

COUPE de FRANCE des Clubs de Nage avec Palmes

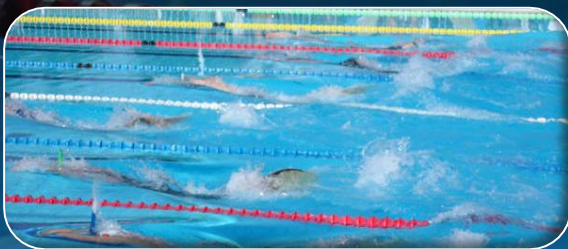
**27 et 28
mars 2010**

**Stade Nautique
Liberté**

De 9h30 à 18h



CAMBRAI





LA NAGE AVEC PALMES



On entend par Nage Avec Palmes, la progression sur ou sous l'eau d'un nageur avec palmes n'utilisant que sa force musculaire. La Nage Avec Palmes se pratique à l'aide d'une monopalme et se rapproche du mouvement d'ondulation du dauphin. Elle s'apparente à un sport de glisse spectaculaire où le palmeur peut atteindre des vitesses de 12 à 14 Km/h.

Quelques records

France

Junior Fille

50m apnée	17.48
100m surface	43.39
400m Immersion	3.28.89
800m surface	7.28.30

Junior Garçon

50m apnée	16.19
100m surface	39.73
400m Immersion	2.59.94
800m surface	6.49.97

Senior Dame

50m apnée	18.83
100m surface	40.17
400m Immersion	3.13.06
800m surface	7.17.28

Senior Homme

50m apnée	14.94
100m surface	37.33
400m Immersion	2.51.85
800m surface	6.34.88

Monde

Senior Dame

50m apnée	15.10
100m surface	38.11
400m Immersion	2.57.06
800m surface	6.52.27

Senior Homme

50m apnée	14.16
100m surface	34.79
400m Immersion	2.44.83
800m surface	6.18.24



EPREUVES OFFICIELLES :

En surface :

50m, 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 1850m, relais 4x100m et 4x200m

En immersion scaphandre :

100m, 400m, 800m

En apnée :

50m (25m pour les benjamins)

En longue distance :

Nage en milieu naturel. Les plus courantes sont 3km, 6km et 20km.

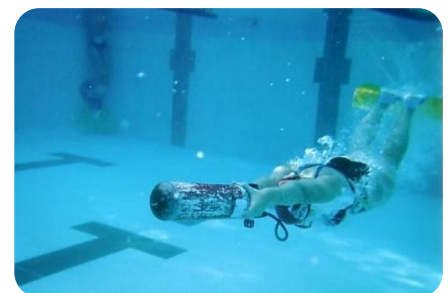
La place de la France

Nation toujours présente dans les rendez-vous internationaux elle a remporté cet été quelques précieuses médailles :

World Games (Kaohsiung)
3^{ème} au 100sf dames



Europe Juniors (Belgrade)
2 médailles d'or
1 médaille d'argent
1 médaille de bronze
1 médaille de bronze en relais





Palmarès

Classement féminin

2009

- 1^{er} Gravenchon (CSG)
- 2^{eme} Aix en Provence (AN)
- 3^{eme} Douai (PCD)

2008

- 1^{er} Aix en Provence (AN)
- 2^{eme} Paris (PPO)
- 3^{eme} Gravenchon (CSG)

2007

- 1^{er} Aix en Provence (AN)
- 2^{eme} La Ciotat (CCNP)
- 3^{eme} Uckange (UEP)

2006

- 1^{er} La Ciotat (CCNP)
- 2^{eme} Quimper (UJAP)
- 3^{eme} Uckange (UEP)

Classement masculin

2009

- 1^{er} Gravenchon (CSG)
- 2^{eme} Uckange (UEP)
- 3^{eme} Quimper (UQN)

2008

- 1^{er} Gravenchon (CSG)
- 2^{eme} Paris (PPO)
- 3^{eme} Quimper (UQN)

2007

- 1^{er} Antibes (SCA)
- 2^{eme} Uckange (UEP)
- 3^{eme} Rennes (CPBR)

2006

- 1^{er} Uckange (UEP)
- 2^{eme} La Ciotat (CCNP)
- 3^{eme} Antibes (SCA)

Classement général

2009

- 1^{er} Gravenchon (CSG)
- 2^{eme} Douai (PCD)
- 3^{eme} Quimper (UQN)

2008

- 1^{er} Gravenchon (CSG)
- 2^{eme} Paris (PPO)
- 3^{eme} Aix en Provence (AN)

PRÉSENTATION ET PALMARÈS

Cette saison, la **Coupe de France des Clubs de Nage avec palmes** vit sa 5^{ème} édition. La première édition de la **Coupe de France des Clubs de Nage avec palmes** a eu lieu au cours de la saison 2005-2006. Depuis cette date, le fonctionnement de la Coupe de France a évolué, mais l'esprit est toujours resté le même : récompenser les meilleures équipes de France lors d'une compétition où l'esprit d'équipe et le collectif priment.



LA COUPE DE FRANCE EN CHIFFRES

611 : le nombre de nageurs ayant participé à la Coupe de France des Clubs depuis la création

6940km : la distance séparant l'équipe la plus éloignée (Martinique) avec le lieu de compétition

~12 km/h : la vitesse dans l'eau de la course la plus rapide

121 : le nombre d'équipes ayant participé à la Coupe de France des Clubs depuis la création

9,61s : la différence entre le record de France au 100m NL en natation et en nage avec palmes
(37.33 en nage avec palmes contre 46.94 en natation)



REGLEMENT ET PROGRAMME



Les courses nagées

50m surface

50m apnée

200m surface

400m immersion

400m surface

800m surface

4x100m relais

4x200m relais



PRINCIPE

La **Coupe de France des Clubs de Nage avec palmes** est une épreuve se déroulant en équipe. Chaque équipe (féminine ou masculine) a un total de 8 courses à réaliser (6 courses individuelles et 2 relais). Chaque course est nagée par un seul nageur. Un même nageur ne peut nager plusieurs courses individuelles. Selon sa performance, le nageur marque un certain nombre de point. L'addition de tous les points de l'équipe déterminera un classement.

CLASSEMENT

3 types de classements sont établis et récompensés. Un classement masculin, un classement féminin et un classement club, comprenant le total des points des hommes et des dames. Les **trophées** sont gravés et remis en jeu chaque année.



PROGRAMME

Vendredi 26 Mars

17h
accueil des équipes
17h
entraînement

Samedi 27 Mars

8h15
Echauffement
10h
50m Apnée H
50m Surface D
400m Surface H
4x200m Surface D
14h30
Echauffement
16h
Cérémonie d'ouverture
16h30
200m Surface H
400m Immersion D
800m Surface H
4x100m Surface D

Dimanche 28 Mars

8h15
Echauffement
10h
50m Apnée D
50m Surface M
400m Surface D
4x200m Surface H
13h30
Echauffement
15h
200m Surface D
400m Immersion H
800m Surface D
4x100m Surface H
17h
Remise des récompenses

Les horaires sont notés à titre indicatif et peuvent être modifiés par l'organisation



PORTRAITS D'ATHLETES

Nageurs régionaux, internationaux français ou étrangers, venus de tous les clubs de France, composeront à Cambrai, un plateau d'athlètes impressionnant.

DAMES

Les nageuses qui pourraient faire la différence dans la compétition...

Léa LOUISON (Squales)

Double médaillée : Championnats d'Europe 2008 (100sf et 4x100)

Coraline AZE (CSG)

Championne d'Europe Junior en titre sur 1500m

Triple médaillée d'Europe Junior

Camille HEITZ (TOP)

3^{ème} au WorldGames 2009 sur 100sf.

Détentrice de 6 records de France

Recordman d'Europe (100 IS)

HAVET Lauralie (PCD)

Meilleure palmeuse Régionale Sur 100 et 200m

Meilleure Performance Française Junior sur 200m

MESSIEURS

Les nageurs qui pourraient faire pencher la balance pour leur club...

Nicolas COCHOU (CSL)

Record de France (50sf)

Finaliste aux Europe 2008

Polo Hugo ALVARO (PPO)

Désigné Meilleur monopalmeur d'Amérique du Sud 2009 (Finswimmer Magazine)

Thomas MUIA (UEP)

Champion d'Europe Junior 2009 sur 6km

Rémi ARMAND (PCD)

Meilleur palmeur Régional sur 400, 800 et 1500m

Multi-finaliste Championnat de France

EQUIPES

Les équipes à surveiller, pronostiques difficiles...





LIEU DE L'ÉVÉNEMENT

Album photos



La piscine Liberté a laissé place au **stade Nautique Liberté**, véritable piscine du 21^{ème} siècle.

Ce Stade Nautique Liberté a ouvert ses portes le 5 mars 2008. Cette **nouvelle piscine** comprend, dans sa partie **Compétition** un bassin de 10 couloirs de 25 mètres ainsi qu'un bassin d'entraînement en bas-fond.

Dans sa partie **Ludique** / Loisirs, le stade nautique liberté comprend plusieurs toboggans, un jacuzzi, et un sauna.

C'est un équipement unique au nord de Paris.



LES CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

Grand bassin 25x10 couloirs

Profondeur 3.80m – 2.00m

Lignes d'eau anti-vagues

Plots « compétition »

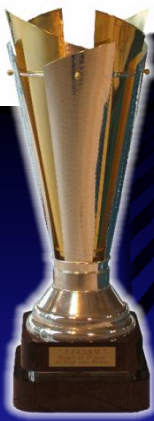
Compresseur accessible directement du bassin (5 sorties)

Chronométrage électronique

LES ÉVÉNEMENTS DÉJÀ ORGANISÉS

– *Championnat régional FFN, natation*

– *Championnat de France des maîtres FFN natation*



LES INFOS PRATIQUES

Adresse Piscine :

Piscine Liberté
Boulevard de la Liberté
59400 Cambrai

C'est donc Le **Stade Nautique Liberté de Cambrai** qui accueillera cette Coupe de France des Clubs, 5^{ème} du nom. Le plateau proposé est de nature à attirer, entre autres passionné(e)s, les spectateurs Nordistes. Avec la **présence de nombreux internationaux**, les performances devraient être élevées dans les eaux cambraisiennes. L'équipe de Douai, 2^{ème} l'année passée au classement général pourra aussi compter sur ses supporters.

La **Section d'Activités Subaquatiques de Cambrai (SASC)**, le **comité régional Nord Pas-de-Calais**, sont mobilisés pour faire de cette Coupe une **grande fête de la nage avec palmes** et la promotion de cette discipline au niveau régional et national.

Diffusion en direct sur ...

L'organisation a d'ores et déjà prévu la diffusion en direct sur internet de l'ensemble de l'évènement.

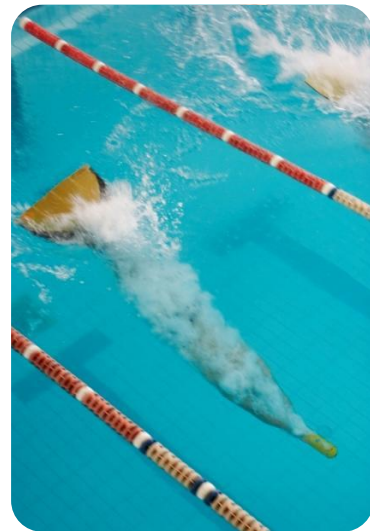
Sur ...



www.nageavecpalmes-ffessm.com



www.fiospirit.com



Contact

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter :

Nom :

Tél :

Mail :

www.coupedefrance-cambrai2010.overblog.com



**Coupe de France des Clubs
Nage avec Palmes
Cambrai 2010**

Du 26 au 28 Mars 2010

Stade Nautique Liberté

