



**REGLEMENT PARTICULIER DES
COMPÉTITIONS D'APNÉE
EN PISCINE**

**Version 11.10.1
Validée en CDN du 15/06/2025**

TITRE 1 – REGLEMENT GENERAL.....	3
1. CHAMP D’APPLICATION	3
2. SAISON SPORTIVE.....	3
3. CATEGORIES D’AGE	3
4. STRUCTURE(S) D’APPARTENANCE	3
5. INSCRIPTION DES SPORTIFS	4
6. ACCOMPAGNATEURS.....	5
7. DOCUMENTS	5
8. CAS PARTICULIER DES SPORTIFS ETRANGERS.....	5
9. EPREUVES.....	7
10. ORGANISATION DES COMPETITIONS.....	8
TITRE 2 – REGLEMENT DES EPREUVES	14
11. SECURITE	14
12. DEROULEMENT GENERAL DES EPREUVES	14
13. EPREUVE D’APNEE STATIQUE	17
14. EREUVES D’APNEE DYNAMIQUE.....	18
15. EPREUVES DE 2X50M – 4X50M – 8X50M	19
16. SANCTIONS ET FAUTES.....	20
TITRE 3 – ORGANISATION	25
17. INCOMPATIBILITES.....	25
18. COMITE D’ORGANISATION ET JUGES.....	25
TITRE 4 – MATERIEL ET TENUE DES COMPETITEURS	30
19. MATERIELS AUTORISES	30
20. TENUES ET MARQUAGE DU MATERIEL.....	30
TITRE 5 – DOPAGE	31
21. PREVENTION DU DOPAGE.....	31

TITRE 1 – REGLEMENT GENERAL

1. CHAMP D'APPLICATION

Le présent règlement régit les compétitions fédérales d'apnée en piscine, qu'elles soient organisées par la Fédération Française d'Études et de Sports Sous-Marins (FFESSM), l'un de ses organes déconcentrés (OD) [Comité Départemental (CoDep), Comité Régional ou Ligues (CR) ou Comité Inter-Régional (CIR)] ou l'un de ses membres (Club ou SCA).

Les dispositions spécifiques de ce règlement complètent celles du Règlement Sportif Général de la FFESSM commun à toutes les disciplines.

2. SAISON SPORTIVE

La saison sportive « N » commence le 1^{er} septembre de l'année « N-1 » et se termine le 31 août de l'année « N ».

Par exemple : la saison 2026 débute le 1^{er} septembre 2025 et se termine le 31 août 2026.

3. CATEGORIES D'AGE

Les catégories d'âge en apnée piscine sont les suivantes :

- Jeunes (catégories cadet et junior regroupées) : 14 ans à 17 ans (âge athlétique) ;
- Élite (catégories sénior et masters regroupées) : 18 ans et plus (âge athlétique).

L'âge athlétique et la catégorie d'âge d'un compétiteur s'obtiennent en soustrayant son année de naissance à l'année de la saison sportive en cours.

Sur-classements

Le sur-classement d'un compétiteur de la catégorie d'âge « Jeune » dans la catégorie d'âge « Élite » n'est pas autorisé.

4. STRUCTURE(S) D'APPARTENANCE

Cas général

En référence aux statuts et règlements intérieurs de la FFESSM, un sportif concourt durant toute la saison pour une même et seule structure d'appartenance de laquelle il tient sa seule licence FFESSM.

Cas particulier

Dans le cas où un sportif souhaite pratiquer en compétition une discipline du champ délégataire de la FFESSM à partir d'une structure autre que celle de laquelle il est licencié, il peut demander à concourir avec la même licence sous l'appartenance d'une autre structure, à condition d'en être membre et à jour de ses cotisations club.

Un sportif ne peut avoir plusieurs structures d'appartenance pour la pratique en compétition dans une même discipline fédérale : la 1^{ère} inscription de la saison à une compétition inscrite au calendrier officiel de la fédération détermine le club d'appartenance.

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	3
---	---	---

La demande (cf. demande type en Annexe 7) est à adresser au président de la commission nationale concernée au moins 30 jours avant la date de clôture des inscriptions à la 1ère participation à une compétition inscrite au calendrier officiel FFESSM de ladite discipline. Elle doit être accompagnée de l'accord écrit des deux présidents des structures concernées.

Le président de la commission nationale dispose d'un délai de 15 jours à réception des documents pour donner suite à la demande.

Mutation

On appelle mutation le passage d'un licencié d'une structure à une autre en cours de la saison sportive. Toute demande de mutation est adressée par le sportif au siège de la FFESSM par courrier postal ou voie électronique. Celle-ci doit être accompagnée de l'accord écrit des deux présidents des structures concernées et du règlement correspondant aux frais de mutation en vigueur. (ANNEXE : 7)

La mutation prend effet à l'issue du traitement administratif par les services fédéraux dans un délai maximum de 30 jours à réception des documents.

Une seule mutation est autorisée par saison sportive.

5. INSCRIPTION DES SPORTIFS

Les compétitions d'apnée sont ouvertes à tous les licenciés à partir de la catégorie « Jeune » (cf. §3) à la condition que ces derniers soient en règle avec les conditions d'inscription suivantes :

- 5.1. Être en possession du niveau de pratique minimal requis tel que prévu au §10.1.9 ;
- 5.2. Être en possession d'une pièce d'identité ;
- 5.3. Être en possession d'une licence FFESSM de l'année sportive en cours, valable du 1er septembre de l'année en cours au 31 août de l'année suivante), ou d'une licence d'une fédération étrangère membre de la CMAS ou d'une licence CMAS en cours de validité avec une assurance responsabilité civile (RC) ;
- 5.4. Justifier d'une assurance individuelle accident (AIA) souscrite, soit auprès de la FFESSM (Licence FFESSM avec catégorie assurance piscine à minima), soit auprès d'un autre organisme. Dans ce dernier cas, il est obligatoire de présenter l'attestation d'assurance mentionnant en toutes lettres, qu'elle couvre l'activité « apnée en compétition » ;
- 5.5. Conformément au règlement médical fédéral en vigueur, être en possession lors de la prise de licence :
 - Sportifs adultes : d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de l'apnée en compétition datant de moins d'un an et correspondant à son âge athlétique ;
 - Sportifs mineurs : d'une attestation de réponse négative au questionnaire de santé demandée annuellement (questionnaire et modèle d'attestation téléchargeables sur le site de la fédération > <https://medical.ffessm.fr/actualites/questionnaire-de-sante-pour-les-jeunes>)
- 5.6. Pour les sportifs mineurs, une autorisation parentale (ANNEXE 8 du présent règlement) doit être signée par les deux parents ou les responsables légaux attestant l'autorisation de participation à la compétition et au contrôle anti-dopage ;

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	4
---	---	---

5.7. S'acquitter des éventuels frais d'inscription prévus par l'organisateur des compétitions clubs et Organes Déconcentrés. Les frais d'inscription ne sont pas remboursés si le dossier est incomplet le jour de la compétition, si le compétiteur se désiste dans les 8 jours précédant la compétition ou si le sportif est absent. L'ANNEXE 2 (annexe annuelle) fixe le montant des inscriptions.

5.8. L'ordre de passage des compétiteurs sur une épreuve de dynamique ou de sprint endurance est défini selon l'ordre des performances établies lors de la saison précédente en compétition. Les compétiteurs n'ayant pas de performance de référence seront les premiers par ordre d'inscription dans l'établissement de l'ordre de passage des épreuves de dynamiques et sprint endurance. Pour l'épreuve de statique, tous les compétiteurs réaliseront une annonce de leur choix (celle-ci permettant d'établir les checks de sécurité).

6. ACCOMPAGNATEURS

L'accompagnateur ou le capitaine du compétiteur doit être âgé(e) d'au moins 18 ans et doit être en possession d'une licence FFESSM ou licence CMAS pour accéder à la zone de compétition.

7. DOCUMENTS

Le compétiteur (ou son accompagnateur entraîneur) pourra présenter soit :

- Les originaux des documents prévus au §5.2 à §5.6 à l'organisateur ou une copie certifiée conforme par le président de son club ;
- Les documents numériques via le QR Code de la licence, la copie du CACI devant y figurer.

Un contrôle des documents sera effectué le jour de la compétition par un ou plusieurs délégués du comité d'organisation sous la direction d'au moins un Juge Fédéral Apnée 1er degré. **Dans le cas où les documents auraient été fournis en amont, seul le contrôle d'identité sera réalisé.**

Un contrôle des documents pourra être organisé avant le jour de la compétition. Ce contrôle pourra être dématérialisé.

Les sportifs qui ne sont pas en règle ne seront pas admis à participer à la compétition.

8. CAS PARTICULIER DES SPORTIFS ETRANGERS

8.1. Sportif étranger licencié FFESSM

Un sportif étranger licencié à la FFESSM peut participer aux compétitions de l'animation fédérale, figurer au classement numérique national de la discipline et accéder au podium d'un championnat national, inter-régional, régional ou départemental à la condition de respecter les principes de sélection et les conditions de participation définies dans le règlement particulier de la discipline considérée et/ou dans le règlement de la compétition.

Dans les disciplines et les épreuves individuelles, bien que figurant au classement officiel du championnat considéré, le sportif n'étant pas de nationalité française, ce dernier ne peut pas se voir décerner un titre de champion de France, de champion inter-régional, de champion régional ou de champion départemental. Idem pour ce qui concerne les titres de vice-champion ou de médaillé de bronze. Les médailles sont décernées sur la base du classement des sportifs de nationalité française. Il ne pourra pas être détenteur d'un record de France ou d'une meilleure performance française dans sa catégorie d'âge.

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	5
---	---	---

Dans les disciplines et les épreuves collectives (relais, binômes...), le règlement particulier de la discipline ou le règlement de la compétition peut prévoir des dispositions visant à préciser le nombre de sportifs étrangers composant une équipe de club, un relais de club, une équipe multi-clubs ou une équipe départementale ou régionale. Quand tel est le cas, l'équipe ou le relais dont la composition intègre des sportifs étrangers dans la limite prévue au règlement particulier de la discipline ou de la compétition peut se voir décerner un titre de champion de France, de champion inter-régional, de champion régional ou de champion départemental.

8.2. Sportif étranger non licencié FFESSM

La participation d'un sportif étranger non licencié à la FFESSM aux compétitions inscrites au calendrier de la FFESSM n'est possible que sur invitation de l'organisateur et, pour les compétitions dites « officielles », sous réserve d'acceptation par le président la commission nationale de la discipline considérée.

Dans ce cas le sportif étranger doit :

- Être en possession d'une pièce d'identité en cours de validité ;
- Être en possession de la licence sportive de sa fédération sportive d'appartenance (fédération reconnue par la CMAS) ou d'une licence CMAS valable pour l'année en cours ;
- Être en possession d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la discipline considérée en compétition établi depuis moins de 1 an rédigé en français ;
- Justifier d'une assurance responsabilité civile garantissant les conséquences pécuniaires des dommages corporels, matériels et immatériels causés aux tiers (*) ;
- Le cas échéant, attester que son niveau de pratique correspond aux exigences de la compétition.

Les sportifs étrangers participent aux compétitions "hors concours" et figurent dans le classement officiel de la compétition dans la catégorie « Invités ».

Leur résultat n'est pas pris en compte dans le classement numérique national de la discipline.

(*) L'organisateur pourra à sa discrétion délivrer au sportif un titre temporaire « Open'Pass » de la FFESSM quand bien même ce dernier serait titulaire d'une licence délivrée par une fédération étrangère membre de la CMAS et/ou d'une licence CMAS en cours de validité.

8.3. Sportifs invités

Sont qualifiés de sportifs invités :

- Les sportifs d'une catégorie d'âge non prévue au règlement spécifique de la compétition
- Les sportifs étrangers non licenciés à la FFESSM
- Les sportifs licenciés d'une autre fédération française délégataire en convention avec la FFESSM
- Les sportifs invités par la Président de la Commission Nationale ou le DTN
- Les sportifs participant à un examen ou concours organisé sous l'autorité de l'État

Un sportif invité non-licencié FFESSM doit :

- Être en possession d'une pièce d'identité en cours de validité
- Être en possession d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la discipline concernée en compétition établi depuis moins de 1 an

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	6
---	---	---

- Être en possession d'une assurance responsabilité civile garantissant les conséquences pécuniaires des dommages corporels, matériels et immatériels causés aux tiers et assurance individuelle accident. À défaut, l'organisateur délivrer au sportif un titre temporaire « Open Pass » de la FFESSM
- Le cas échéant : être en possession de la licence fédérale de sa fédération d'appartenance

Le cas échéant, un sportif « invité » n'a pas l'obligation de satisfaire les conditions de sélection à la compétition à laquelle il est invité.

En fonction de la nature de la compétition (championnat, sélectif ou autre), le sportif invité pourra être soit :

- Classé
- Classé avec l'application de restrictions d'accès aux finales (pas d'accès aux finales, ou quotas)
- Classé en « Invité »
- Classé en « Invité / candidat examen »

Le niveau de classement des « Invités » devra être précisé soit dans le règlement spécifique de la CN et/ou dans le règlement de la compétition.

Un sportif « Invité » ne peut pas se voir décerner un titre de champion de France, vice-champion de France ou médaillé de bronze. Idem pour les championnats régionaux ou départementaux.

Un « invité » non-licencié de la FFESSM ne pourra pas être détenteur d'un record de France, ou d'une meilleure performance française.

9. EPREUVES

9.1. Épreuves officielles

- Type 1 : L'apnée **statique** (1 épreuve)
- Type 2 : L'apnée **dynamique** (3 épreuves)
 - L'apnée dynamique monopalme
 - L'apnée dynamique bi-palmes
 - L'apnée dynamique sans palme
- Type 3 : Le sprint **endurance** (2 épreuves)
 - Le 4x50m
 - Le 8x50m
- Type 4 : Le **sprint** (1 épreuve)
 - Le 2x50m

Les épreuves de type 2 peuvent se dérouler en bassin de 25 ou 50 mètres.

Les épreuves de sprint (2x50m) et de sprint endurance (4x50m et 8x50m) se déroulent exclusivement en bassin de 50m.

9.2. Autres épreuves

L'organisateur peut prévoir à son programme des épreuves de démonstration en sus des épreuves officielles. Ces épreuves ne feront pas l'objet d'un classement officiel et devront au préalable être approuvées par le collège des JFA2 ou son délégué au sein de la commission nationale d'apnée et prévoyant impérativement les mesures propres à assurer la sécurité des sportifs.

Le cas échéant, les épreuves de démonstration sont obligatoirement organisées après les épreuves officielles.

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	7
---	---	---

9.3. Déroulement des épreuves

L'engagement des sportifs dans chacune des épreuves et l'ordre des départs se fait au regard du niveau sportif et non par catégorie d'âge et de sexe.

À l'issue de chaque épreuve, un classement « scratch » toutes catégories d'âge et par sexe est établi. Dans le cadre d'un championnat, un classement par catégorie d'âge est réalisé.

10. ORGANISATION DES COMPETITIONS

10.1. Types et niveaux de compétitions ou championnats

10.1.1 Compétitions au format « libre »

Les compétitions au « Format libre » sont destinées à promouvoir l'activité, à faire progresser les pratiquants, à expérimenter de nouvelles formes de pratiques, de nouveaux matériels, de nouveaux formats et règlements. Les résultats de ces manifestations ne sont pas pris en compte dans le classement national. Elles peuvent faire l'objet d'actions spécifiques ou s'intégrer en début ou en fin de programme des compétitions régionales ou nationales officielles lorsque les conditions d'organisation le permettent. Elles doivent respecter les règles de sécurité (§0) ainsi que le protocole de sortie du présent règlement. Les conditions de participation, le programme, les formats compétitifs et les règlements spécifiques de chaque épreuve sont définis à l'initiative de l'organisateur.

10.1.2 Compétitions officielles dites « sélectives »

Les compétitions sélectives ont vocation à sélectionner les meilleurs sportifs au Championnat de France Elite en fonction des performances réalisées (cf. ANNEXE 1). Les compétitions « sélectives » sont à minima de niveau régional.

Accès à une compétition sélective :

Les compétitions sélectives sont ouvertes à tous les licenciés quelle que soit leur région d'appartenance à la condition de justifier du niveau de pratique requis tel que précisé au §10.1.10

10.1.2.1 Format

- Bassin de 25 ou 50 mètres pour les épreuves de type 2, 3 et 4 ;
- Profondeur minimale **de 0,85 mètres**
- Programme intégrant 1 ou plusieurs épreuves officielles telles que précisées au §9.1 du présent règlement :
 - Lorsque le programme intègre 1 à 3 épreuves alors au minimum 16 places par épreuves sont garanties (16 places pour les épreuves de dynamique monopalme et bi-palmes confondues) toutes catégories d'âge et de sexe confondues ;
 - Lorsque le programme intègre 4 épreuves et plus alors au minimum 12 places par épreuve sont garanties (12 places pour les épreuves de dynamique monopalme et bi-palmes confondues), toutes catégories d'âge et de sexe confondues ;
- La compétition peut être répartie sur 1 ou 2 jours ou plus et ce jusqu'à 7 jours consécutifs maximum.

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	8
---	---	---

10.1.2.2 Organisation

- Les compétitions sélectives sont organisées par un OD de la fédération ou un club affilié ou une structure commerciale agréée de la fédération ;
- Elles font obligatoirement l'objet d'une déclaration d'organisation auprès de la CNA et doivent être cautionnées par le comité régional du territoire d'organisation concerné préalablement à leur inscription au calendrier national officiel ;
- • Les éléments de la compétition (affiche, adresse du site web éventuel, procédure et date d'inscription, planning) devront être transmis à la CNA qui en validera le contenu et en fera l'information officielle, au minimum 6 semaines avant la date de l'événement ;
- Les inscriptions devront être closes 2 semaines avant l'événement ;
- La liste des inscrits devra être consultable (à minima 1 semaine avant).

10.1.3 Compétitions sélectives nationales dites « Manche de Coupe de France »

Un circuit de plusieurs compétitions nationales appelées « Coupe de France » est mis en place chaque saison. Il comprend au minimum **3 manches**.

La Coupe de France a pour objectif d'identifier les compétiteurs les plus réguliers et les plus complets de la saison. Elle donne lieu à un classement dit « combiné ».

10.1.3.1 Accès à une Manche de Coupe de France

Avoir réalisé, lors d'une compétition sélective régionale de la saison sportive en cours **ou de la saison précédente** une performance correspondant au « minima » ou « maxima » d'une Coupe de France dans au moins une épreuve tel que spécifié dans l'annexe au règlement particulier apnée piscine (cf. ANNEXE 1).

10.1.3.2 Format

- Bassin de 50m ;
- Profondeur minimale de 1 mètre ;
- Programme intégrant au minimum toutes les épreuves officielles de type 1 et 2 (cf. §9.1) ;
- Organisation sur 2 jours consécutifs au maximum.

10.1.3.3 Classement

Pour être classé à la Coupe de France il faut :

- Avoir participé à au moins 2 manches de coupe de France ;
- Être classé dans au moins 3 épreuves différentes à chaque manche (cf. §9.1) dont obligatoirement l'épreuve de statique, d'apnée dynamique sans palmes et une épreuve de dynamique bi ou monopalme

Le classement est établi à l'issue de la dernière manche de la Coupe de France.

Il est établi sur la somme des deux meilleurs combinés des manches de coupe de France. Le combiné est calculé sur une manche de coupe de France en cumulant les points de l'épreuve de statique, de dynamique sans palmes et la meilleure des performances de dynamique bi-palmes ou dynamique monopalmes (cf. barème ci-dessous).

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	9
---	---	---

Le sportif qui obtient le plus de point est sacré vainqueur dans sa catégorie d'âge (cf. §3) et de sexe.

Les résultats et la remise des récompenses sont promulgués lors du Championnat de France Elite et sur le site internet de la CNA.

10.1.3.4 Barème

- L'apnée statique : 0,4 pts/seconde.
- L'apnée dynamique mono palme : 1,0 pt/mètre.
- L'apnée dynamique bi-palmes : 1,25 pts/mètre.
- L'apnée dynamique sans palme : 1,0 pt/mètre.

10.1.3.5 Repêchage pour le championnat de France Elite

Le vainqueur de la Coupe de France dans chaque catégorie d'âge et de sexe :

- Est repêché pour le championnat de France Elite, dans le cas où il ne serait pas encore sélectionné et est engagé au championnat de France, dans deux des trois épreuves retenues pour son classement au combiné (épreuves au choix de ce dernier).
- Peut être engagé au championnat de France **dans une épreuve maximum** en sus de celles pour lesquelles il est déjà sélectionné au championnat de France.

Les athlètes repêchés au Combiné Coupe de France sont inscrits hors quotas du Championnat de France.

10.1.4 Championnat de France Elite

Le but du Championnat de France Elite est de délivrer les titres de Champion de France d'apnée piscine au meilleur sportif, par sexe et par catégorie d'âge de chacune des épreuves prévues au §9.1

Les épreuves inscrites au programme de chaque championnat de France sont précisées annuellement dans l'annexe au règlement particulier apnée piscine (cf. Annexe annuelle 1).

10.1.4.1 Conditions de délivrance d'un titre de champion de France

Les titres de Champion de France ne peuvent être décernés que si 6 sportifs minimum d'une catégorie d'âge et de sexe concourent dans l'épreuve. Dans l'objectif de développer et valoriser la catégorie « Jeune » et les épreuves en cours de développement notamment de sprint 2x50m et de sprint endurance 4x50m et 8x50m, cette disposition est ramenée à 4 sportifs.

10.1.4.2 Accès au Championnat de France

- Avoir participé à au moins 1 compétition sélective ;
- Figurer au classement numérique national de l'épreuve et être classé dans les quotas arrêtés pour chaque épreuve inscrite au programme du championnat de France.

Les quotas par épreuves sont précisés dans l'ANNEXE 1 au règlement particulier. La liste des sélectionnés est établie en référence au classement numérique national de chaque épreuve arrêté à l'issue de la dernière compétition sélective. Elle est publiée sur le site internet de la CNA.

Le championnat de France Elite peut être support aux épreuves sélectives en équipe de France.

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	10
---	---	----

10.1.5 Championnat de France Jeunes

Le but du Championnat de France Jeunes est de délivrer les titres de Champion de France d'apnée piscine au meilleur sportif, par sexe de chacune des épreuves prévues au §9.1

Les épreuves inscrites au programme de chaque championnat de France sont précisées annuellement dans l'annexe au règlement particulier apnée piscine (cf. Annexe annuelle 1).

Les quotas par épreuves sont précisés dans l'ANNEXE 1 au règlement particulier. La liste des sélectionnés est établie en référence au classement numérique national de chaque épreuve arrêté à l'issue de la dernière compétition sélective. Elle est publiée sur le site internet de la CNA.

Le championnat de France Jeunes peut être support aux épreuves sélectives en équipe de France Junior.

10.1.6 Animation régionale et départementale

Chaque comité régional et départemental est chargé de coordonner la mise en place de l'animation sportive sur son territoire. À ce titre, il veille à l'organisation de compétitions d'apnée dès lors que la discipline est à minima structurée (existence d'une commission régionale ou départementale d'apnée).

L'animation régionale comprend :

- Des compétitions régionales officielles (format imposé) sélective au Championnat de France dès lors qu'elle respecte le cahier des charges d'une compétition tel que prévu dans les règlements sportifs.
- Des animations régionales (compétitions au format « libre »)

Les championnats régionaux et départementaux

Le but est de délivrer les titres de Champion Régional ou Départemental aux meilleurs sportifs de la région ou du département, par sexe et par catégorie d'âge, des épreuves prévues au §9.1

Les championnats régionaux et départementaux sont ouverts à tous les licenciés de la région ou du Département à la condition de justifier du niveau de pratique requis tel que précisé au §10.1.9. La CRA peut décider d'ouvrir la compétition à des licenciés issus d'autres régions. Si tel est le cas, ces derniers sont classés en « invité ».

Format

- Bassin de 25 ou 50 mètres ;
- Profondeur minimale **de 0,85 mètres ;**
- Programme intégrant au minimum toutes les épreuves officielles de type 1 et 2 (cf. §9.1)

Organisation

Deux formules possibles :

- Une compétition unique organisée sur 1 ou 2 jours consécutifs
- Un circuit d'au maximum 3 compétitions (manches) qui respecteront les critères des compétitions sélectives tel que prévu au §10.1.2 du présent règlement.

Les titres sont délivrés à l'issue de chaque compétition lors de la remise des prix.

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	11
---	---	----

En cas de championnat organisé sur plusieurs manches, le champion régional de chaque épreuve est celui qui aura réalisé la meilleure performance de l'ensemble des manches.

Les épreuves inscrites au programme d'un championnat régional ou départemental ainsi que le choix de la formule sont précisées annuellement lors de l'inscription de la compétition sur le calendrier fédéral officiel.

10.1.7 Calendrier des compétitions

- La date limite d'organisation des compétitions sélectives est précisée dans l'ANNEXE 1 au présent règlement ;
- Les autres compétitions peuvent être réalisées tout au long de la saison sportive.

10.1.8 Procédures

- Les intentions d'organisation d'une Manche de Coupe de France devront être effectuées avant le 15 juillet de la saison sportive précédente. La demande se fera en ligne. La CNA informera des candidatures retenues.
- Les déclarations d'organisation d'une compétition sélective devront être effectuées entre le 1er août et le 30 septembre pour être inscrites au calendrier de la saison en cours. **Tout ajout ou modification qui interviendrait après cette date devra faire l'objet d'une validation auprès de la Commission Nationale Apnée.**
- Les déclarations d'organisation d'une compétition non officielle, pourront être effectuées 1 mois calendaire avant la date de l'événement.

Pour être recevable, les compétitions, objet de la demande, devront être inscrites aux calendriers sportifs du comité départemental ou du comité régional dont elles dépendent.

Les éléments de la compétition devront être enregistrés dans le logiciel fourni et transmis au site web dédié des résultats sous 8 jours (bouton spécifique dans le logiciel).

A défaut du respect de ces dispositions, la compétition ne sera pas prise en compte dans les classements.

10.1.9 Accessibilité

- **Niveau de pratique minimal requis**

Toutes les catégories d'âges sont astreintes aux niveaux de pratique suivant selon le niveau des compétitions et les exigences techniques et de sécurité afférentes.

NIVEAU D'APNEE REQUIS

NIVEAU D'APNEE REQUIS	
Compétitions « LIBRES »	Aucun niveau requis
Toutes autres compétitions	Niveau FFESSM Apnée, Piscine ou Eau libre à partir du Poulpe, + Pass'Apnéiste

- **« Minimas » sélection**

Les performances minimales à satisfaire selon les compétitions dites « Minimas » sont précisées dans l'annexe annuelle au règlement particulier apnée piscine (cf. ANNEXE 1)

Il peut exister 2 types de « minima » :

- « Minima » sélection Coupe de France.
- « Minima » sélection Championnat de France.

Les « minima » sont différenciés par catégorie de sexe et d'âge le cas échéant

Ces performances sont à réaliser :

- Au cours de la saison pour accéder au Championnat de France Elite
- Au cours de la saison en cours et/ou précédente pour accéder à une Manche de Coupe de France.

10.1.10 Classement numérique national

Les résultats des compétitions sélectives (dont manches de coupe de France) et du championnat de France Elite servent à établir le classement numérique national de chaque épreuve.

Les résultats sont pris en compte officiellement pour actualiser le classement numérique national d'une épreuve à la condition que l'organisateur ait respecté le cahier des charges spécifique des dites compétitions et achevé la procédure afférente.

10.1.11 Passerelle interactivité facilitant l'accès aux Championnats de France

Dans le but d'encourager la polyvalence, en particulier chez les jeunes, un compétiteur justifiant d'un niveau national reconnu dans une discipline (attesté sur la base d'une certification fédérale ou d'une position au classement numérique national de la discipline) peut demander à participer à une compétition de sélection au Championnat de France ou directement au championnat de France dans une autre activité auprès des présidents des Commissions Nationales Sportives concernées. Ce dernier donne sa réponse en concertation avec son homologue représentant l'activité d'origine du compétiteur demandeur.

TITRE 2 – REGLEMENT DES EPREUVES

11.SECURITE

11.1. La compétition est placée sous la responsabilité du comité d'organisation. **L'organisateur devra désigner, avec son accord préalable, un directeur de bassin pour la durée de la compétition. Pour le championnat de France (cf. application nouvelles dispositions / syncope), la présence d'un médecin est obligatoire.** La chaîne habituelle des secours est mise en place par l'organisateur conformément aux dispositions du code du sport. Si l'organisateur veut l'aide d'un médecin pour l'élaboration d'un plan de secours, il aura la possibilité de consulter les médecins locaux. Le juge de sécurité, placé sous l'autorité du juge principal est chargé de toutes les questions de sécurité sur la compétition.

11.2. Le matériel de secourisme utilisable sur les lieux de la compétition est au minimum composé de trois bouteilles d'oxygénothérapie pleines (200b) équipées d'un BAVU ou masque à haute concentration. Cependant, jusqu'au niveau régional, seules 2 bouteilles d'oxygénothérapie sont obligatoires à la condition qu'il n'y ait pas plus de deux postes de compétition en simultané.

11.3. La présence d'apnéistes de sécurité dans l'eau est obligatoire pour toutes les épreuves à l'exception des épreuves de sprint 2x50m et de sprint endurance 4x50m et 8x50m, les apnéistes de sécurité sont positionnés sur le bord du bassin.

11.4. Les apnéistes de sécurité sont sélectionnés et choisis par le comité d'organisation. Ils sont sous l'autorité du juge de sécurité. Ils n'interviennent pour assistance que sur directive du juge principal.

11.5. La zone d'échauffement est placée sous la responsabilité du juge d'échauffement. **Un apnéiste** de sécurité au minimum assure la surveillance générale de la zone et veillent au respect des règles de sécurité. Tout manquement aux règles de sécurité doit être signalé au juge principal.

11.6. Épreuve statique : la sécurité de chaque compétiteur dans la zone d'échauffement peut être assurée par les concurrents entre eux, ou par leur capitaine ou accompagnateur respectif à la condition que celui-ci soit en possession d'une licence FFESSM ou CMAS. Ces personnes ne peuvent pas pratiquer l'apnée tout en assurant la sécurité des sportifs.

12.DEROULEMENT GENERAL DES EPREUVES

12.1. Les épreuves se dérouleront toutes catégories d'âges confondues ;

12.2. **L'ordre de passage des sportifs est fonction des meilleures performances de la saison précédentes ou annoncées par ces derniers lors de leur inscription.** Les passages se succèdent dans l'ordre croissant des performances annoncées (et ordre inverse pour les épreuves de vitesse et d'endurance) ;

12.3. Les sportifs doivent se présenter à (aux) l'heure(s) précisée(s) par le comité d'organisation pour émarger la feuille de présence et, si le contrôle des documents n'a pas été fait de façon dématérialisée, présenter les originaux des pièces d'inscription.

12.4. Les sportifs doivent être visibles sur les bords de bassin, 1 heure avant son TOP DÉPART.

12.5. Un listing nominatif des passages comportant : l'heure d'accès à la zone d'échauffement, l'heure d'accès en zone de compétition, l'heure de passage de chaque sportif doit être affiché en un lieu accessible aux sportifs et indiqué à ces derniers. L'organisateur s'engage **à transmettre aux compétiteurs et/ou à publier en ligne au plus tard 4 jours avant la compétition**, les horaires de

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	14
---	---	----

passage des athlètes à la première épreuve de chaque journée. **Il appartient aux sportifs de se présenter à l'heure prévue, aux différents postes.**

12.6. Pour les épreuves de dynamique, la zone de compétition ne pourra pas comporter plus de 4 lignes de compétition. Chaque ligne doit être délimitée par deux lignes flottantes. Les lignes près du bord sont autorisées comme lignes de compétition, uniquement si elles sont équipées de 2 lignes flottantes.

12.7. Pour les épreuves de sprint 2x50m et de sprint endurance 4x50m et 8x50m, le nombre de ligne de compétition est libre et déterminé par l'organisateur.

12.8. Les postes de passage sont identifiés par des panneaux aussi bien visibles depuis la zone de compétition (bassin) que depuis le poste de contrôle (juges).

12.9. La zone d'échauffement est ouverte 45 minutes avant le passage de la première série ce délai pourra être réduit jusqu'à 15 minutes.

12.10. 45 mn avant son passage, et avant d'accéder à la zone d'échauffement, le sportif se présente au juge d'échauffement. Il peut se faire représenter par son accompagnateur. Le sportif devra ensuite, de lui-même, 5-6 mn avant son TOP DÉPART se présenter au juge départ.

12.11. Un seul partenaire licencié FFESSM ou CMAS (capitaine, accompagnateur...) est autorisé à suivre et à encadrer l'échauffement du sportif dans la zone d'échauffement (toutes épreuves).

12.12. Le sportif n'accède à la zone de compétition **qu'avec l'accord du juge départ**. Une zone de temporisation peut être mise en place.

12.13. Un accompagnateur est autorisé à suivre le sportif dans la zone de compétition **jusqu'aux 3 mn précédant le TOP DÉPART**, pour les épreuves de dynamique.

12.14. Lors de sa préparation, y compris dans les 3mn précédant le TOP DÉPART, le sportif peut immerger les voies aériennes. Il devra toutefois obligatoirement avoir les voies aériennes hors de l'eau lors du TOP DÉPART. A défaut, il aura une faute de règlement pour « départ hors protocole ».

12.15. Afin de procéder aux différents contrôles, le sportif doit obligatoirement être présent à son poste, à minima 1mn avant le TOP DÉPART de l'épreuve, à moins d'avoir signalé son désistement à la table de marque, avant l'affichage des séries. A défaut, une faute de règlement est appliquée sauf si, pour des circonstances exceptionnelles, le juge principal en décide autrement et autorise le sportif à participer dans le cadre d'une série suivante

12.16. Le départ est donné suivant le décompte ci-après effectué en français par un juge : 3'00, 2'00, 1'30s, 1'00, 30s, 20s, 10s, 5s, 4s, 3s, 2s, 1s, « TOP DÉPART », 10s, 20s, 25s, 26s, 27s, 28s, 29s, 30s.

Chaque compétiteur doit débuter sa performance à partir du « TOP DÉPART » et avant le « TOP DÉPART + 30s », **ceci pour toutes les épreuves de type 1 et 2.**

12.17. Les sportifs n'ont droit qu'à une seule performance officielle qu'ils réalisent obligatoirement au moment du passage de la série à laquelle ils appartiennent.

12.18. Le matériel est au choix de l'apnéiste et fait l'objet d'une réglementation spécifique telle que définie par les articles (§19) et suivants.

L'organisation pourra fournir de quoi se maintenir en surface pour le départ.

12.19. Le compétiteur peut enlever son lest à tout moment au cours de son épreuve.

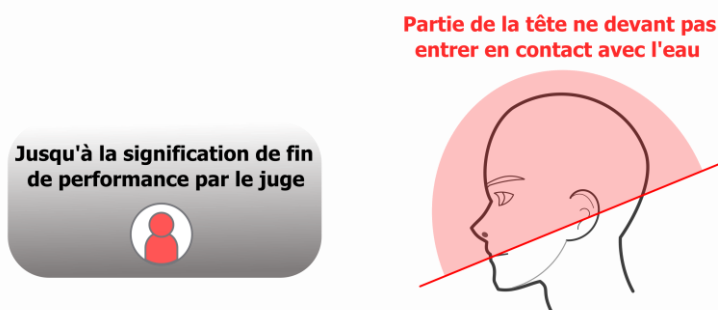
12.20. Pour les épreuves de dynamique, de sprint et de sprint endurance, toute aide à la propulsion autre que les mouvements de nage et de palmage est interdite, en dehors des appuis au mur lors du départ et des virages. **Un appui au fond (mains ou pieds) est autorisé à la sortie.**

12.21. Protocole de sortie

Le protocole de sortie débute dès l'émersion des voies aériennes du compétiteur. Il se réalise dans la zone de performance attribuée au sportif (délimitée par les 2 bords et les 2 lignes d'eau), zone dans laquelle ce dernier doit rester sous la surveillance des juges jusqu'à ce que le juge surface, placé au bord du bassin, lui signifie la fin de l'épreuve en présentant une des plaquettes de couleur (voir §12.22).

Pendant ce protocole de sortie, le sportif doit :

- Sans aucune incitation de qui que ce soit, faire le signe « OK » en direction du juge de surface dans un délai maximum de 20 secondes après son émergence, hormis pour les épreuves de types 3 et 4 (sprint).
- Se maintenir à flot sans assistance* de qui que ce soit.
- S'assurer qu'aucune partie de sa tête **depuis la lèvre inférieure** située au-dessus de la ligne rouge (figure ci-dessous) ne soit (ré)immergée.



- Pendant toute la durée du protocole de sortie, le sportif pourra prendre appui :
 - En statique : sur le bord du bassin.
 - En dynamique : sur la ligne ou le mur **(y compris le plot de départ)** de sa zone de compétition.
- La tête ne devra pas être en appui sur la ligne d'eau, sur le bord, sur le mur ou sur les bras sous peine de défaut de protocole.
- Les apnéistes de sécurité ne doivent en aucun cas soulager les lignes d'eau de quelque manière que ce soit. Ceci constituerait une aide au compétiteur et pourrait être sanctionné (faute de règlement).
- Seul le sportif est autorisé à parler pendant le protocole. Toute intervention de l'accompagnateur pendant le protocole sera sanctionnée (faute au règlement).
- Si le sportif est en difficulté, le juge principal demandera l'assistance des apnéistes de sécurité. Dans ce cas, le sportif sera déclaré en syncope.

*Il n'y aura plus de planche à la sortie

12.22. Le juge surface aura à sa disposition 3 plaquettes (une blanche, une jaune, une rouge). Ces plaquettes lui permettront à la fin de la performance, en accord avec le juge principal, de valider (blanche), ou d'invalider la performance (rouge). La plaquette jaune indique que la décision est reportée ou fait l'objet d'une pénalité. La décision doit être rendue dans les 3 mn suivant la fin de la performance. Si ce n'est pas possible, la décision est reportée en fin d'épreuve afin de ne pas perturber le déroulement de l'épreuve.

12.23. Le commentateur officiel est autorisé à commenter en permanence les épreuves sans que les compétiteurs ne puissent s'estimer gênés. Il peut annoncer les temps réalisés par chaque sportif à la fin de leur performance ou pendant celle-ci, ainsi que les décisions du juge principal.

12.24. Les applaudissements et encouragements sont admis pendant ou à la fin de chaque performance des sportifs, et ce même si les autres sportifs de la même série n'ont pas terminé leur performance, de sorte que les sportifs ne seront pas recevables à soutenir qu'ils auraient été gênés dans leur réalisation par les dits applaudissements.

12.25. Les vidéastes et photographes autorisés par le comité d'organisation ne sont admis dans l'eau uniquement dans les zones d'échauffement ou dans les zones prévues à cet effet.

12.26. L'heure de l'affichage des résultats sera annoncée officiellement et il sera précisé où trouver le juge principal pour déposer une éventuelle réclamation.

12.27. Les réclamations : le sportif ou son accompagnateur peut effectuer une réclamation écrite qui doit obligatoirement préciser l'article du règlement remis en cause. Cette réclamation sera déposée auprès du juge principal, dans les 15min suivant l'affichage des résultats. Pour être recevable, une somme de 50€, sera demandée par réclamation. Cette somme sera rendue s'il s'avère que cette réclamation était justifiée.

12.28. Lorsqu'un système d'assistance vidéo à l'arbitrage officiel est mis en place, sauf dysfonctionnement, seul celui-ci est exploitable dans le cadre d'une réclamation. Les vidéos et photos des accompagnateurs et de tout autre tiers seront alors irrecevables.

13. EPREUVE D'APNEE STATIQUE

13.1. Le principe de cette épreuve est de demeurer en apnée, voies aériennes immergées, le plus longtemps possible. Le vainqueur de l'épreuve est donc le sportif qui aura réalisé le temps le plus long dans ces conditions.

13.2. L'épreuve se déroule en milieu artificiel ou naturel aménagé de manière que le compétiteur puisse prendre appui avec les pieds.

13.3. Pour être validée, la performance doit être réalisée avec les voies aériennes immergées. La position du corps est au choix du sportif.

13.4. L'équipement est au choix du sportif. Cet équipement fait l'objet d'une réglementation spécifique telle que définie par l'article intitulé « matériel des compétiteurs ».

13.5. La présence de l'accompagnateur est acceptée dans la zone de compétition dans ou en dehors de l'eau auprès du sportif qu'il encadre, sans gêner les apnéistes de sécurité ou les juges. Dès l'immersion des voies aériennes du compétiteur, les tops sécurité et/ou une intervention d'urgence seront réalisés uniquement par l'apnéiste de sécurité de l'organisation. L'apnéiste de sécurité choisira sa place à côté du sportif en priorité afin d'assurer au mieux la sécurité. Une fois la performance commencée, en aucun cas l'accompagnateur ne peut s'adresser aux juges ou apnéistes de sécurité sauf pour demander l'arrêt en urgence de l'épreuve de son sportif entraînant ainsi sa disqualification. Pendant l'épreuve, l'accompagnateur peut toucher et parler au sportif. Dès l'émersion des voies aériennes du sportif, l'accompagnateur doit se mettre en retrait et ceci jusqu'à la fin de l'épreuve spécifiée par les juges par la présentation de la plaquette de couleur ; c'est-à-dire qu'il ne doit en aucun cas stimuler le sportif par aucun moyen que ce soit.

13.6. Le **chronométrage** est effectué par deux chronométrateurs. Ils déclenchent leur chronomètre à l'immersion des voies respiratoires. Ils arrêtent leur chronomètre à l'émersion des voies respiratoires du compétiteur.

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	17
---	---	----

13.7. La **performance** retenue est la moyenne des temps des 2 chronomètres (effectuée par le logiciel). La performance est mesurée au 100ème de secondes près.

13.8. Un **apnéiste de sécurité** est présent dans l'eau à côté du sportif pendant la réalisation de la performance. Il est chargé de vérifier l'état de conscience du sportif durant la réalisation de la performance et n'a aucune prérogative d'un accompagnateur. Pour ce faire, il doit préalablement à la réalisation de la performance convenir avec le sportif (ou son accompagnateur) d'un geste de communication, validé par le juge de surface. Au cours de la réalisation de la performance, il doit toucher le sportif de façon non équivoque. De son côté, le sportif doit répondre convenablement par le geste convenu à l'avance avec l'apnéiste de sécurité. Le premier signal sera fait 1mn avant la Performance Annoncée (PA), le second 30s avant, le troisième 15s avant, puis à PA et toutes les 15s ensuite. Si le temps annoncé, n'est pas un multiple de 30s, on retiendra un temps de Performance Annoncée Recalculé (PAR) prenant le multiple de 30s inférieur (ex : PA 3'46s, on retiendra PAR 3'30s pour le calcul).

13.9. Si l'apnéiste de sécurité en charge de la surveillance d'un compétiteur estime que le geste proposé par ce dernier n'est pas de nature à permettre la vérification de l'état de conscience, il doit en faire part au juge responsable de la zone. Dans ce cas le juge impose alors au compétiteur un geste à sa convenance.

13.10. Si le sportif ne répond pas par le geste convenu, l'apnéiste de sécurité doit le solliciter une nouvelle fois sans délai. Si le sportif persiste à ne pas répondre correctement, ou s'il ne répond pas, le juge principal demandera à l'apnéiste de sécurité de le sortir immédiatement de l'eau. Si l'intervention de l'apnéiste de sécurité est requise, le sportif sera alors considéré en syncope.

13.11. L'apnéiste de sécurité est autorisé à déplacer doucement le compétiteur pendant la performance afin de ne pas gêner les compétiteurs voisins.

14. EPREUVES D'APNÉE DYNAMIQUE

14.1. Principe des épreuves dynamiques avec palmes (monopalme et bi-palmes) et sans palme
Le principe consiste à parcourir en apnée, la distance la plus longue possible. Le vainqueur de l'épreuve est donc le sportif qui aura réalisé la distance la plus longue. Pour être validée, la performance doit être réalisée avec les voies aériennes immergées.

14.2. Protocole de départ spécifique aux épreuves de dynamique

Ces épreuves se déroulent sur 4 postes maximum (nombre pair de poste, obligatoirement, pour une bonne alternance de côté).

- Le sportif se présente au juge départ, au minimum 1 mn avant son TOP DÉPART, sous peine de pénalité (faute de règlement)
- Les sportifs partent « décalés » en principe toutes les 3mn selon la séquence suivante :
(Exemple de départ 1 par 1 bassin 4 lignes d'eau dédiées aux épreuves) :
 - Ligne 2 : appel 00:00 > départ 00:03
 - Ligne 5 : appel 00:03 > départ 00:06
 - Ligne 3 : appel 00:06 > départ 00:09
 - Ligne 4 : appel 00:09 > départ 00:12

Les concurrents partent un par un, alternativement d'un côté et de l'autre du bassin.

- Les épreuves de dynamique mono et bi-palmes pourront s'enchaîner sans interruption **et dans l'ordre défini par l'organisateur.**

14.3. Sécurité

Chaque compétiteur sera sous la surveillance immédiate d'un ou de deux apnéistes de sécurité chargé(s) de le suivre durant son évolution.

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	18
---	---	----

14.4. Départ

Le départ doit se faire obligatoirement dans l'eau. Le sportif doit démarrer sa performance en touchant le mur de départ avec **une partie du corps ou de son équipement**. Ainsi, au moment du départ, il est demandé au sportif de toucher le mur que ce soit au moment où il immerge ses voies aériennes ou juste après.

14.5. Nage

En dynamique bi-palmes, le mouvement devra obligatoirement se faire en battements et non en ondulations. Une ondulation sera toutefois tolérée pour relance en sortie de virage. **Un sportif inscrit en monopalme ne pourra pas utiliser des bi-palmes pour l'épreuve.**

14.6. Virage

A chaque virage **une partie quelconque du corps ou de l'équipement** devra obligatoirement toucher le mur de la piscine ou de la zone de performance sans émerger les voies aériennes.

14.7. Sortie

La distance parcourue est déterminée par la sortie franche des voies aériennes. La mesure s'effectue au centimètre près. Si le compétiteur émerge ses voies aériennes avant de toucher le mur, la distance retenue sera celle correspondant à l'émersion des voies aériennes. Si le compétiteur touche le mur puis émerge ses voies aériennes sans avoir effectué un demi-tour complet, la distance retenue est celle correspondant au toucher du mur (50,00m ou 100,00m, 150,00m...). Si le compétiteur touche le mur puis engage un demi-tour complet avant d'émerger ses voies aériennes, la distance retenue sera celle de la distance au mur additionnée de la distance où émergent les voies aériennes (ex : 100,00m + 1,55 = 101,55m).

15. EPREUVES DE 2X50M – 4X50M – 8X50M

15.1. Le principe des épreuves est de couvrir les longueurs de piscine en un minimum de temps.

15.2. L'épreuve se déroule exclusivement en piscine en bassin de 50 mètres.

15.3. Les séries sont numérotées et se succèdent dans **l'ordre décroissant des performances réalisées la saison précédente** (ou annoncée si pas de performance existante). Dans une même série, les deux meilleures performances annoncées seront situées dans les deux lignes d'eau centrales. Les deux meilleurs temps suivants seront de part et d'autre des deux lignes centrales et ainsi de suite.

15.4. La prise de temps commence au TOP DÉPART et se finit :

- À la fin de la 2ème longueur lorsque le mur est touché pour le 2x50m
- À la fin de la 4ème longueur lorsque le mur est touché pour le 4x50m
- À la fin de la 8ème longueur lorsque le mur est touché, pour le 8x50

15.5. Le vainqueur est le sportif ayant obtenu le temps le plus faible pour parcourir les 2, 4 ou 8 longueurs. Si dans la même épreuve, plusieurs compétiteurs touchent le mur simultanément, ils sont classés au même rang dans le classement officiel.

15.6. **Le plongeon de départ doit se faire obligatoirement depuis le plot. Le compétiteur ne peut quitter le plot avant que le juge de départ n'ait donné le signal de départ (« TOP DEPART », coup de sifflet ou signal sonore).**

15.7. Les voies aériennes doivent restées immergées sur toute la longueur avec une phase de récupération passive en bout de ligne d'eau si le compétiteur le désire.

15.8. A la fin de chaque longueur, le sportif doit avoir un contact avec le mur avant que ses voies aériennes ne sortent de l'eau sous peine de faute de règlement. Au départ de la longueur suivante, le sportif doit toucher le mur, que ce soit au moment où il immerge ses voies aériennes ou juste après.

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	19
---	---	----

15.9. Cas particulier du 2x50m : si le sportif fait le choix de ne pas reprendre sa respiration à l'issue du 1er 50m, une partie quelconque de son corps ou de son équipement devra obligatoirement toucher le mur de la piscine ou de la zone de performance lors du virage.

15.10. Fin de performance

Pour valider sa performance, à l'arrivée de l'épreuve, le sportif doit avoir un contact avec le mur avant que ses voies aériennes ne sortent de l'eau sous peine de faute de règlement.

15.11. La présence d'un seul accompagnateur est autorisée de chaque côté du bassin dès lors que cela ne gêne en rien la sécurité mise en place.

15.12. La présence d'apnéistes de sécurité dans l'eau n'est pas obligatoire, cependant des apnéistes de sécurité ou des juges doivent être prêts à intervenir.

16. SANCTIONS ET FAUTES

16.1. Définition des sanctions et pénalités

Chaque type d'infraction aux règlements est sujet soit à des pénalités soit à des sanctions. Trois niveaux de sanction sont définis (avertissement, faute de règlement et disqualification).

16.1.1 « L'avertissement » : donné pour faute minime et à titre préventif. En cas de récidive, la sanction peut être augmentée. Cette sanction n'a aucune incidence sur la performance, ni sur la participation du sportif aux autres épreuves de la compétition. Un deuxième avertissement envers un accompagnateur ou un sportif entraînera une sanction pouvant aller jusqu'à la disqualification du sportif.

16.1.2 « La faute de règlement » : sanction donnée lors d'un non-respect de règle spécifique à une épreuve. Cette sanction implique la nullité de la performance pour l'épreuve dans laquelle elle a été donnée. Elle n'interdit pas au sportif de participer aux autres épreuves. (§9.1)

16.1.3 « La disqualification » : sanction donnée pour faute grave. Cette sanction entraîne la nullité de l'épreuve dans laquelle elle a été jugée et elle entraîne, par surcroît, l'interdiction de participer aux épreuves suivantes de la compétition, voire à une interdiction de participation à tout type de compétition apnée pendant une durée déterminée.

16.1.4 Les pénalités de performance n'entraînent pas la nullité de l'épreuve. Cependant la performance est minorée en fonction du type d'erreur commise telle que : pénalité de mur départ.

16.1.5 Les sanctions sont données pour l'année sportive en cours et peuvent être applicables sur la saison suivante dans le cas de recouvrement.

16.2. Les pénalités de performance concernant l'apnée statique, l'apnée dynamique avec ou sans palme

16.2.1 Pénalité générale

Dynamique : 3m

16.2.2 Pénalités de « mur départ »

Dans les épreuves dynamiques, au départ il est demandé au sportif de toucher le mur (partie du corps ou équipement) que ce soit au moment où il immerge ses voies aériennes ou juste après. En cas de non- respect, une pénalité générale sera appliquée.

16.2.3 Changement de ligne d'eau au cours de l'épreuve

Tout compétiteur changeant totalement (le corps entier) de ligne d'eau et revenant de lui-même dans sa zone de compétition au cours de l'épreuve en apnée dynamique avec ou sans palme ou au cours

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	20
---	---	----

des épreuves de sprint 2x50m et de sprint endurance 4x50 m ou 8x50m aura une pénalité générale. Si ce changement nécessite l'intervention de l'apnéiste de sécurité ou du juge, il sera disqualifié.

16.3. Les fautes de règlement communes à toutes les épreuves d'apnée

16.3.1 Entraînement seul

L'échauffement du sportif dans la zone d'échauffement doit être encadré et ceci obligatoirement en présence d'un seul partenaire (capitaine, accompagnateur) ou à défaut, par un apnéiste de sécurité. Tout échauffement seul dans cette zone entraîne une faute de règlement (nullité de l'épreuve) pour le sportif concerné. Si une récidive est constatée au cours de la même compétition, le sportif se verra attribuer une disqualification pour l'ensemble des épreuves suivantes de cette même compétition.

16.3.2 Présence de l'accompagnateur, capitaine ou tout autre membre de l'équipe du sportif

En dehors des plages de temps et des zones autorisées au cours des épreuves telles que l'apnée statique et de sprint endurance, la présence de l'entraîneur accompagnateur du sportif, et/ou de son capitaine et/ou d'un membre de son équipe dans la zone de compétition entraîne une faute de règlement pour le sportif en cours de performance et donc la nullité de sa performance. Si une récidive est constatée au cours de la même compétition, le sportif se verra attribuer une disqualification pour l'ensemble des épreuves suivantes de cette même compétition. A noter, si la personne qui pénètre dans la zone de compétition est un compétiteur, alors il s'expose aussi à une faute de règlement.

16.3.3 Non-respect du « TOP DÉPART »

Tout compétiteur coupable d'un faux départ, c'est-à-dire partant avant le TOP DÉPART, ou n'étant pas parti à TOP DÉPART + 30s, se verra appliquer une « faute de règlement » entraînant la nullité de l'épreuve en cours.

16.3.4 Nage en ondulation (bi-palmes)

Dans les épreuves de dynamique bi-palmes, le mouvement doit obligatoirement se faire en battements. Toute ondulation, en dehors d'une au départ et d'une après virages, sera sanctionnée par une faute de règlement.

16.3.5 Utilisation d'un matériel non conforme au règlement

16.3.6 Aide à la propulsion

Tout compétiteur se propulsant par des moyens autres que les mouvements de nage (à l'exception la poussée contre le mur, se verra attribuer une faute de règlement entraînant la nullité de l'épreuve. Une main peut être posée au fond lors du virage. **Un appui au fond (mains ou pieds) est autorisé à la sortie.**

16.3.7 Non-respect du protocole de sortie. Si le compétiteur ne respecte pas le protocole de sortie défini au §12.21, il se verra attribuer une « faute de règlement » entraînant la nullité de sa performance.

16.3.8 Accès zones d'échauffement ou de compétition avant l'appel. Le compétiteur qui accéderait à ces zones avant d'y avoir été autorisé se verra attribuer une « faute de règlement » entraînant la nullité de sa performance.

16.3.9 Quitter la zone de compétition avant libération par le juge. Le compétiteur qui quitterait la zone de compétition avant d'avoir été libéré par le juge (présentation d'un des cartons) se verra attribuer une « faute de règlement » entraînant la nullité de sa performance.

16.4. Les pénalités et fautes de règlement dans les épreuves de sprint 2x50m et de sprint endurance 4x50m et 8x50m

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	21
---	---	----

16.4.1 Pénalité générale Vitesse : 10% du temps réalisé

16.4.2 Faute de règlement : Non-respect du « TOP DÉPART »

Tout compétiteur coupable d'un faux départ, c'est-à-dire partant avant le TOP DÉPART, se verra appliquer une « faute de règlement ».

16.4.3 Faute de règlement : Non-respect de la « fin de longueur »

A la fin de chaque longueur, le compétiteur doit avoir un contact avec le mur avant qu'il émerge ses voies aériennes. Un sportif qui ne respecte pas cette condition se verra appliquer une faute de règlement.

16.5. Les disqualifications

16.5.1 Non-présentation à l'enregistrement

Tout sportif doit se présenter sur les lieux de la compétition, pour enregistrement à l'heure précisée par le comité d'organisation de la manifestation. Il pourra être représenté, mais ses documents originaux nécessaires à l'inscription initiale devront être présentés. Si le sportif est absent ou s'il ne peut présenter ou faire présenter les documents, il sera disqualifié. Dans ce cas, il ne pourra pas demander le remboursement de ses frais d'inscription.

16.5.2 Non-présentation à une épreuve

Tout sportif doit se présenter à l'appel de sa série aux juges de sa série si aucune disqualification ne lui a été notifiée dans une épreuve précédente. S'il décide de ne pas se présenter, il doit impérativement avoir prévenu le secrétaire, avant l'affichage des séries et **au plus tard une heure avant sa performance**, sous peine de disqualification pour l'ensemble des épreuves à venir de cette même compétition.

16.5.3 Inhalation d'oxygène

Toute inhalation d'oxygène ou d'un mélange suroxygéné dans l'heure qui précède l'épreuve est interdite et engendre la disqualification du sportif pour l'ensemble de la compétition. Cette faute grave pouvant être accompagnée d'une suspension de compétitions définie en conseil de discipline.

16.5.4 Perte de conscience (syncope)

Cadre général :

- En cas de perte de conscience (syncope) au cours de l'échauffement ou de l'épreuve et/ou si le juge principal décide que le compétiteur a besoin d'assistance, et demande aux apnéistes de sécurité d'assister le sportif en lui sortant au minimum les voies aériennes de l'eau le sportif est déclaré en syncope, ce qui entraîne de facto sa disqualification de l'épreuve et des épreuves à venir dans lesquelles il est engagé **pour toute la durée de la compétition**.

Le sportif conserve les résultats précédemment acquis dans les autres épreuves ;

- La première syncope de la saison en cours interdit son auteur de toutes compétitions d'apnée en piscine et en eau libre durant une période de 30 jours suivant le jour de ladite syncope ;
- Une seconde syncope en compétition dans la même saison entraîne une interdiction de toutes compétitions d'apnée en piscine ou en eau libre de 90 jours ;
- Une troisième syncope en compétition dans la même saison entraîne une interdiction de toutes compétitions d'apnée en piscine ou en eau libre de 180 jours ;
- Une sanction dont la durée va au-delà de la saison sportive se poursuit la saison suivante.

Cas particuliers du Championnat de France

Dans le cas d'une perte de conscience en surface (syncope) pendant l'échauffement ou l'épreuve, le sportif est disqualifié de l'épreuve et des épreuves à venir dans lesquelles il est engagé pour la journée. Il doit être examiné par le médecin de la compétition qui décidera s'il est en mesure de continuer la compétition le(s) jour(s) suivant(s).

A défaut, il ne sera pas autorisé à reprendre la compétition.

Dans le cas d'une perte de conscience sous l'eau (syncope) pendant l'échauffement ou l'épreuve, le sportif est disqualifié de l'épreuve et des épreuves à venir dans lesquelles il est engagé pour la journée et les jours suivants pour une période de 30 jours.

16.5.5 Manifestation d'humeur

Toute manifestation d'humeur, de la part d'un sportif, de son capitaine ou de son accompagnateur, de nature à gêner les autres compétiteurs ou juges peut amener le juge principal à prononcer la disqualification du sportif pour l'ensemble des épreuves restantes et/ou à autoriser les compétiteurs gênés à recommencer leur performance après les dernières séries.

16.5.6 Non-présentation au test anti-dopage

Le refus de signer la notification ou de se présenter à un contrôle anti-dopage fera l'objet d'un constat de carence et le sportif sera sanctionné conformément à la législation en vigueur.

Tableau récapitulatif des pénalités et sanctions, avec carton correspondant.

Statique	Échauffement seul	A,FR	
Toutes épreuves	Comportement (sportif ou accompagnateur)	A,FR	
Dynamiques	Mur départ	PG	Jaune
Dynamiques	Changement total de ligne d'eau et retour sans intervention AS	PG	Jaune
Toutes épreuves	Aide à la propulsion	FR	Rouge
Toutes épreuves	Départ hors protocole	FR	Rouge
Toutes épreuves	Protocole de sortie	FR	Rouge
Toutes épreuves	Matériel non validé	FR	Rouge
Toutes épreuves	Accès/sortie zone de compétition sans autorisation	FR	Rouge
Toutes épreuves	Présence accompagnateur hors des plages prévues	FR, D	Rouge
Dynamiques	Mur virage	FR	Rouge
Dynamique bi-palmes	Nage en ondulation	FR	Rouge
Vitesse	Mur virage	FR	Rouge
Vitesse	Non-respect fin de longueur	FR	Rouge
Dynamiques/ Vitesse	Changement total de ligne d'eau avec intervention de l'AS	D	Rouge
Toutes épreuves	Non présentation à une épreuve	D	Rouge
Toutes épreuves	Inhalation d'oxygène	D	Rouge
Toutes épreuves	Syncope surface et sous l'eau	D	Rouge
Toutes épreuves	Manifestation d'humeur	D	Rouge
Toutes épreuves	Non présentation au test Anti-dopage	D	Rouge
	Avertissement	A	
	Faute de Règlement	FR	
	Pénalité	P	
	Pénalité Générale	PG	
	Disqualification	D	

TITRE 3 – ORGANISATION

17. INCOMPATIBILITES

Dans le déroulement des compétitions, il existe des incompatibilités entre les différents postes ou fonctions. L'application de la charte de déontologie et des règlements fédéraux nécessite un partage sans ambiguïté des fonctions.

Le cumul de fonctions de juge, compétiteur, accompagnateur, organisateur, délégué fédéral, est soumis à l'autorisation du comité d'organisation.

Compétitions sélectives :

- **Il est possible qu'un compétiteur soit juge et inversement, si et seulement si, il concourt et juge dans des épreuves différentes. La demande doit être faite au juge principal.**
- **Un juge principal ne peut être ni accompagnateur ni compétiteur.**

18. COMITE D'ORGANISATION ET JUGES

18.1. Le comité d'organisation

18.1.1 Rôle du comité d'organisation

- Il fait valider et parvenir aux responsables de la commission apnée concernée, les actes de candidatures des diverses manifestations.
- Il est responsable de l'organisation de la compétition d'apnée. Il s'assure notamment du respect du protocole et de manière générale, du bon déroulement de la compétition.
- Le comité d'organisation doit :
 - Nommer le juge principal (ou le proposer à la CNA pour les épreuves nationale) ainsi que l'ensemble des juges et apnéistes sécurité
 - Établir le programme des épreuves.
 - Organiser les réunions d'information.
 - Donner les informations générales aux compétiteurs ainsi qu'aux apnéistes de sécurité.
 - Veiller, en collaboration avec le médecin de la compétition et le juge de sécurité, à la mise en œuvre de mesures propres à assurer la sécurité de tous et notamment des sportifs.
 - Veiller à la transmission des éléments de la compétition, au site web dédié résultats.

18.1.2 Composition du comité d'organisation

Le comité d'organisation est composé au minimum :

- Du responsable régional de l'organisation.
- Du responsable du club ou de la structure organisatrice.
- Du juge principal
- Du médecin fédéral retenu pour la compétition.
- Du juge sécurité assurant, entre autres, la responsabilité des apnéistes de sécurité.

En outre font partie de droit du comité lorsqu'elles sont présentes les personnes suivantes :

- Le Directeur Technique National ou son représentant ou délégué.
- Le Président de la Commission Nationale d'Apnée ou son représentant.
- Le Président de la FFESSM ou son représentant.

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	25
---	---	----

18.2. Les Juges

18.2.1 Général

Les juges et les assistants doivent prendre leur décision de manière autonome, et, à moins d'une indication contraire dans le règlement, indépendamment l'un de l'autre.

Ils doivent être en possession d'une licence FFESSM de l'année sportive en cours (licence valable du 1er septembre de l'année en cours au 31 août de l'année suivante). Ils sont couverts par l'assurance de l'organisateur pour l'exercice de leur fonction.

18.2.2 Composition du groupe des juges et assistants, définitions

- Juge Principal, approuvé par la CNA pour les compétitions nationales
- Juge Départ
- Juge Surface
- Juge Échauffement
- Juge Sécurité
- Juge Chronomètreur (statique, Sprint et Endurance)
- Secrétaire de la compétition
- Assistance médicale
- Autres assistants (Apnéistes Sécurité)

Le groupe des juges et les assistants, sont choisis par l'organisateur (sauf §11.2.1.1.1). Celui-ci est entièrement responsable de la préparation et du déroulement de l'évènement.

18.2.2.1 Le Juge Principal

Le Juge principal est proposé et nommé par le bureau de la CNA, pour les compétitions de niveau national. Pour les autres niveaux, il est choisi par l'organisateur.

Il a tout pouvoir et autorité sur les officiels dans les limites définies dans le présent règlement. Il doit approuver leurs positions et leur donner les instructions spécifiques concernant la compétition.

Il peut désigner un juge principal assistant pour opérer de l'autre côté du bassin.

- Il doit s'assurer que les règles soient appliquées et doit résoudre toutes les questions concernant l'organisation de la compétition quand le règlement ne propose pas de solutions.
- Il doit s'assurer que tous les officiels nécessaires à l'organisation de la compétition soient à leur position respective. Il peut nommer des remplaçants pour les juges absents et remplacer ceux qui ne sont pas en mesure de tenir leur place. Il peut nommer des officiels supplémentaires s'il le juge nécessaire.
- Il autorise le juge départ à donner le départ après s'être assuré lui-même que tous les juges soient prêts et en place.
- Il peut prendre la décision pour un faux départ et relancer la procédure de départ.
- Le Juge principal peut annuler ou suspendre la compétition en cas de force majeure, tel que des conditions météo défavorables (dans le cas de piscine extérieure ou de milieu naturel) ou si le lieu de la compétition n'est plus en accord avec les besoins du règlement.
- Le Juge principal peut disqualifier un sportif pour toute violation des règles qu'il a personnellement observé ou pour lequel un officiel l'a informé.
- Seul le Juge principal peut autoriser l'équipe représentative à intervenir en cas de problème technique.
- **Le juge principal valide et signe la feuille de résultats qui sera affichée avec les horaires de réclamation et servira de base à celle-ci**
- Il reçoit les réclamations de l'accompagnateur ou du sportif

- **Pour les compétitions de niveau national (manches de Coup de France et Championnat de France), il rédige un rapport de compétition qui sera transmis à la CNA dans les 7 jours suivant la fin de la compétition**

18.2.2.2 Le Juge Départ

- Il supervise le séquençement des épreuves.
- Il autorise le départ de la performance pour chaque sportif et il **effectue les décomptes pour les sportifs**, dans les épreuves de dynamiques.
- Il **vérifie la qualité du départ** (timing et contact au mur) et valide en levant le bras.

18.2.2.3 Le Juge Surface

- Il doit signaler la sortie du sportif en levant un bras.
- Il observe le sportif durant la performance, il continue de le faire pendant les 20 (vingt) secondes que dure le protocole de sortie / surface et jusqu'à la présentation de la plaquette (blanche, jaune ou rouge) de fin de performance
- Il contrôle la mesure de distance parcourue
- Il vérifie que le sportif, pendant l'ensemble de sa tentative, est en bonne condition, et ne nécessite pas d'assistance.
- Il renseigne la fiche pour ce qui concerne performances et observations (irrégularités) et la transmet au secrétariat en fin d'épreuve.
- Il exécute ses fonctions depuis le côté de la piscine.

18.2.2.4 Le Juge Échauffement

- Le juge échauffement se situe à l'entrée de la zone d'échauffement de la piscine.
- Sur la base des listes de départ :
- Il vérifie et valide l'équipement non conventionnel des athlètes.
- Il autorise le sportif à entrer en zone d'échauffement.
- Il gère l'échauffement des sportifs dans la zone d'échauffement.

18.2.2.5 Le Juge Sécurité

- Il est responsable pour les questions de sécurité ainsi que des problèmes techniques de la compétition.
- Il est sous l'autorité du Juge principal
- Il doit s'occuper de tout le matériel nécessaire au bon déroulement des épreuves **y compris du matériel d'oxygénothérapie (mise en place et vérification du fonctionnement).**
- Il est responsable de l'installation des différentes zones de compétitions selon les plans publiés dans le règlement spécifique.
- Il peut demander que le comité d'organisation mette à sa disposition un nombre suffisant d'assistants afin qu'il puisse accomplir sa mission sans difficultés.

18.2.2.6 Les Juges Chronomètres ⁽³⁾

- Ils enregistrent les temps des sportifs dont ils sont responsables.

(3) Pour les épreuves de statique, sprint et endurance.

18.2.2.7 Le Secrétaire de la compétition

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	27
---	---	----

- Il est responsable de la vérification des résultats écrits et des séries de chaque épreuve
- Il désigne ses assistants et dirige leurs missions.
- Il prépare le matériel ainsi que les documents nécessaires pour la compétition.
- Il vérifie les résultats et s'assure que les décisions du Juge principal soient mises dans un document officiel.
- Il transmet les résultats concernant les podiums.
- Les résultats et documents ne doivent pas être transférés pour distribution tant que le Juge principal ne l'a pas autorisé.
- Il prépare le rapport final de la compétition.
- Si un responsable "presse" existe, le secrétaire de la compétition, avec la permission du Juge principal, fournit les informations sur la compétition aux médias.

18.2.2.8 L'Apnéiste de Sécurité

- Il est à minima titulaire du RIFAA.

18.2.2.9 La tenue des juges

Pour bien différencier les différents postes « clés », les juges porteront des équipements (chasubles ...) de couleur avec leur rôle imprimé.

- Rouge Juge Principal
- Vert Juge Départ
- Jaune Juge Surface
- Bleu Juge Échauffement
- Les autres juges, au choix de l'organisateur.

18.2.2.10 Niveau des juges

NIVEAU DES JUGES A MINIMA						
Niveau de compétition	Juge Principal	Juge de Départ	Juge de Surface	Juge Échauf.	Juge de Sécurité	Juge Chrono
Officielle sélective	JFA1	JFA1	JFA1	JFA1 Stg	JFA1	JFA1 Stg
Manches de coupe Championnat de France	JFA2 ⁽⁴⁾	JFA1	JFA1	JFA1 stg	JFA1	JFA1 Stg

Si un JFA2 est présent sur une compétition, il sera obligatoirement juge principal.

⁽⁴⁾ Proposé par l'organisateur et validé par CNA.

18.2.3 L'organisation des juges

L'organisation des juges est liée au type d'épreuves. Les différents postes ont été décrits ci-dessus. Une personne peut occuper plusieurs rôles (ex : le juge surface peut être également chronométrateur sur les épreuves chronométrées). Toutefois, le juge surface ne peut être également juge principal.

Les tableaux ci-dessous indiquent **l'effectif des juges, par type d'épreuve, pour toute compétition officielle sélective.**

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	28
---	---	----

EFFECTIF DES JUGES					
APNÉE STATIQUE					
Juge Principal	Juge Départ	Juge Sécurité	Juge Surface	Juge Échauf.	Apnéistes Sécu
2 si 4 postes ou +	1	1	1 par poste + 1 chrono	1	1 par poste + 2 à l'échauffement
ÉPREUVES CHRONOMETRÉES (2x50m - 4x50m - 8x50m)					
Juge Principal	Juge Départ	Juge Sécurité	Juge Surface	Juge Échauf.	Apnéistes Sécu
2 (1 par extrémité)	1	1	1 juge surface et 1 juge chrono	1	2 hors d'eau
ÉPREUVES DE DYNAMIQUE					
Juge Principal	Juge Départ	Juge Sécurité	Juge Surface	Juge Échauf.	Apnéistes Sécu
2	2 (1 pour 2 lignes)	1	1 par coté (pour 2 lignes)	1	2 par coté (pour 2 lignes) + 1 mini par zone d'échauffement

On distingue les épreuves de dynamique et les épreuves « à chronométrage »

⁽⁴⁾ Proposé par l'organisateur et validé par CNA.

18.2.3.1 Organisation pour les épreuves de dynamique

Ces épreuves se déroulent **sur 4 postes maximum**. Pour un bon fonctionnement de l'alternance des côtés, le nombre de poste doit être pair (2 ou 4).

18.2.3.2 Organisation pour les épreuves à chronométrage (statique - 2x50m - 4x50m - 8x50m)

Ces épreuves se déroulent sur 4 à 10 postes.

La **procédure de départ reste inchangée** avec simultanéité pour tous les sportifs d'une même série.

TITRE 4 – MATERIEL ET TENUE DES COMPETITEURS

19. MATERIELS AUTORISES

Il appartient au compétiteur de réaliser sa performance (après le top départ) avec un matériel conforme au présent règlement. A défaut, une faute de règlement sera appliquée.

- Bi-palmes et monopalmes sans restriction de dimension et de nature de matériau, sur lesquelles pourra être collé le numéro d'ordre du sportif (Dessus et dessous).
- Masque ou lunettes.
- Pince nez.
- Bonnet de bain
- Lest visible et largable déclaré, approuvé et autorisé avant son utilisation en compétition par le juge de la zone d'échauffement. L'usage d'un lestage caché entraînera la disqualification immédiate du compétiteur pour toute la compétition.
- Combinaison, cagoule, gants et chaussons en néoprène ou lycra.
- Montre
- Frite

En dehors des matériels autorisés précisés ci-dessus, tout autre matériel est interdit.

20. TENUES ET MARQUAGE DU MATERIEL

Les concurrents doivent se présenter dans une tenue sportive décentes.

Tenue vestimentaire lors des podiums des championnats sportifs (Résolution N°11/063 du CDN 439 du 17 juin 2011) :

« Les sportifs portent la tenue de la structure qui les envoie à la compétition nationale (club, département, région). En l'absence de tenue, le sportif porte le T-shirt de la manifestation. »

Les T-shirts de la manifestation arborent le logo de la Fédération avec marques ou dessins des clubs.

Les marques des Fédérations ou organisations sportives autres que celle de la FFESSM ne sont pas autorisées.

Les inscriptions publicitaires (dont partenaires personnels...) sur les équipements et matériels sportifs (palmes...) sont autorisées dès lors que celles-ci ne sont pas contraires à la loi, aux bonnes mœurs et aux règlements fédéraux.

Toutefois les sportifs, capitaines et accompagnateurs doivent, nonobstant lesdites inscriptions publicitaires, se conformer aux exigences de l'organisation et porter les dossards, brassards et autres badges nécessaires au bon déroulement de la compétition et de son organisation.

TITRE 5 – DOPAGE

21. PREVENTION DU DOPAGE

Document de référence : Plan Fédéral de Prévention Dopage adopté par le Comité Directeur National de la FFESSM.

La liste des substances interdites est actualisée chaque année et consultable sur le site de l'agence française de lutte contre le dopage (AFLD) : <https://ressources.afl.fr/liste-des-substances-et-methodes-interdites/>. La plateforme pédagogique « Podium » de l'AFLD offre quantité d'informations sur le dopage et sa prévention. Les sportifs de haut niveau et leur encadrement doivent suivre et attester du suivi de la formation ADEL sur la plateforme d'éducation et d'apprentissage anti-dopage de l'Agence Mondiale Anti-dopage (AMA).

- *Obligations du sportif*
 - **Le sportif doit toujours s'assurer, avant de quitter une compétition, qu'il n'est pas désigné pour le contrôle anti-dopage.**
 - **Le refus de signer la notification ou de se présenter à un contrôle fera l'objet d'un constat de carence et le sportif sera sanctionné conformément à la législation et la réglementation en vigueur (sanction encourue : jusqu'à 4 années de suspension).**
 - **En cas d'autorisation accordée pour usage de substances interdites à des fins thérapeutiques** (formulaire AUT de l'AFLD - <https://sportifs.afl.fr/effectuer-une-demande-daut/>), celle-ci doit être remise au délégué antidopage de la compétition avant le début des épreuves. Il est rappelé que cette autorisation doit être préalablement déposée auprès de l'AFLD et que cette dernière dispose de maximum 30 jours pour autoriser ou pas la prise d'une substance interdite. Le sportif doit disposer, en sus de l'AUT, du double de l'ordonnance médicale de son traitement complet et présenter un justificatif d'identité.
 - Si le sportif contrôlé est un mineur ou un majeur protégé, tout prélèvement nécessitant une technique invasive, notamment un prélèvement de sang, ne peut être effectué qu'au vu d'une autorisation écrite de la ou des personnes investies de l'autorité parentale ou du représentant légal de l'intéressé remise lors de la prise ou du renouvellement de la licence. L'absence d'autorisation est constitutive d'un refus de se soumettre aux mesures de contrôle. Un représentant du sportif doit être identifié pour assister obligatoirement aux opérations de contrôle (cf. article 22.2.8)

Ces obligations doivent être rappelées par le délégué fédéral antidopage avant le début des compétitions notamment lors de la réunion des chefs d'équipes.

- *Obligations de l'organisateur*
 - L'organisateur doit identifier un délégué fédéral antidopage de la compétition
 - Il doit mettre à la disposition de l'agent de contrôle missionné par l'AFLD des locaux dédiés aux contrôles anti-dopage et qui doivent comprendre :
 - ✓ Un espace qui servira de salle d'attente
 - ✓ Des toilettes et un lavabo réservé ou isolé de tout contact extérieur (lavage à l'eau claire / usage du savon ou autre interdit)
 - ✓ Un bureau ou local fermé avec table et chaises pour entretien médical, (qui doit pouvoir être confidentiel). Si le bureau ne ferme pas à clef, le

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	31
---	---	----

délégué antidopage de la compétition devra organiser, en lien avec l'agent de contrôle, un dispositif permettant d'assurer en permanence la surveillance des flacons prélevés.

- L'accès au poste de contrôle doit être fléché
- Des bouteilles d'eau cachetées doivent être mises à disposition des sportifs qui seront désignés pour le contrôle
- *Obligations du délégué fédéral antidopage*
 - Le délégué fédéral antidopage veille au bon déroulement du contrôle en assistant la personne chargée du contrôle. Il facilite les relations entre l'organisateur, les sportifs et le préleveur.
 - Le délégué fédéral antidopage désigne les escortes mises à la disposition de la personne chargée du contrôle anti-dopage.
 - La personne contrôlée doit être accompagnée dans tous ses déplacements par la personne chargée du contrôle ou par une escorte. L'escorte doit être du même sexe que la personne contrôlée.
 - Le délégué fédéral antidopage est tenu, le cas échéant et à la demande de la personne chargée du contrôle, de participer à la désignation des sportifs à contrôler et d'assister celle-ci dans le déroulement des opérations de contrôle.

ANNEXE 1 – ANNEXE ANNUELLE MINIMAS ET QUOTAS – SAISON 2025-2026

Les « minimas » ainsi que les quotas de chaque épreuve sont fixés par catégorie de sexe et d'âge, le cas échéant, en référence :

- Au niveau sportif international et français ;
- À la densité sportive sur le plan national.

Sélection au championnat de France Elite

A l'issue de la dernière compétition sélective de la saison, une liste des sportifs, par épreuve et par catégorie de sexe et d'âge, est établie au regard du classement numérique national de l'épreuve.

Les sportifs qui rentrent dans le quota de place d'une épreuve sont sélectionnés au championnat de France Elite. Les suivants sont placés en liste d'attente. En cas de désistement d'un sportif sélectionné, le 1er placé en liste d'attente prend sa place pour participer au championnat de France et ainsi de suite.

Dans une même épreuve, si un quota de place reste disponible à l'issue des sélections, le reliquat est transféré, par catégorie de sexe, au bénéfice de la catégorie de d'âge « Jeune », au 1er placé au classement numérique de l'épreuve et ainsi de suite.

Participation au Championnat de France Elite

Quotas par épreuves :

ÉPREUVES	Statique	DYN MONO	DYN BI	DYN SANS PALMES	8x50m	4x50m	2x50m
Femmes	12	12	12	12	8	8	8
Hommes	16	16	16	16	8	8	8

Participation au Championnat de France Jeunes

Quotas par épreuves :

ÉPREUVES	Statique	DYN MONO	DYN BI	DYN SANS PALMES	8x50m	4x50m	2x50m
Femmes	6	6	6	6	6	6	6
Hommes	6	6	6	6	6	6	6

Participation à une Manche de Coupe de France

Performances minimales à avoir réalisé lors de la saison en cours et/ou de la saison précédente. En cas de places restants disponibles, elles pourront être attribuées sans exigence de minimas avec priorité à la catégorie Jeune.

Jeunes

ÉPREUVES	Statique	Dynamique monopalme	Dynamique bi-palmes	Dynamique sans palme	8x50m	4x50m	2x50m
Femmes	03:00	75m	70m	65m	8:15	-	02:00
Hommes	03:30	85m	80m	75m	7:15	-	01:45

Elite

ÉPREUVES	Statique	Dynamique monopalme	Dynamique bi-palmes	Dynamique sans palme	8x50m	4x50m	2x50m
Femmes	04:15	100m	85m	75 m	8:15	-	01:05
Hommes	05:00	125m	100m	80 m	7:15	-	01:00

**DATE LIMITE D'ORGANISATION
DES COMPETITIONS SELECTIVES
POUR LA SAISON 2025-2026 :**

26/04/2026

ANNEXE 2 - ANNEXE ANNUELLE - TARIFS INSCRIPTION AUX COMPÉTITIONS - SAISON 2025-2026

Compétition	Tarif d'inscription
Championnat de France Juniors	30€ de droit d'entrée Puis 10€ par épreuve
Championnat de France Elites	30€ de droit d'entrée Puis 10€ par épreuve
Manches de Coupe de France	30€ pour la compétition Quel que soit le nombre d'épreuves
Compétitions sélectives de niveau régional	Fixé par l'organisateur
Autres compétitions régionales ou départementales	Fixé par l'organisateur
Compétition au format libre (Open)	Fixé par l'organisateur

Dans l'objectif de développer la catégorie Junior, l'organisateur peut se réserver la possibilité d'appliquer une réduction pour les « Juniors » dont le montant sera fixé à sa discrétion.

ANNEXE 3 – REGLES D’HOMOLOGATION D’UN RECORD DE France D’APNEE EN PISCINE

Épreuves concernées

Les RF concernent les seules épreuves précisées à l’article 3 du règlement particulier apnée piscine.

Catégories concernées

Les RF concernent les catégories Jeunes et Elite, chez les femmes et les hommes.

Compétitions concernées

Ne sont pris en considération pour une homologation potentielle d’un RF que les performances réalisées à l’occasion d’une compétition officielle inscrite au calendrier fédéral national :

- Compétitions sélectives ;
- Championnats régionaux ;
- Manche de Coupe de France ;
- Championnat de France Elite.

Conditions à satisfaire

Toutes épreuves : présence d’un JFA2 (garant du respect du règlement sportif fédéral d’apnée et du règlement de lutte contre le dopage).

Une performance sera reconnue par la CMAS que si elle est effectuée dans un bassin d’une profondeur minimum de **1,20m** en respectant les prescriptions du présent règlement.

Décision d’homologation et Officialisation du record

A l’issue de la performance, si celle-ci est validée par les juges, le JFA2 homologue la performance et officialise le record. Dans le cas d’une épreuve d’endurance ou de sprint, le JFA2 pourra, en cas de doute, avoir recours au visionnage des images vidéo avant officialisation.

Manches de Coupe de France et Championnats de France

Du fait de la présence automatique d’au moins 1 JFA2, Les records réalisés lors d’une Manche de Coupe de France ou Championnat de France sont automatiquement homologués et déclarés comme tels, sous réserve du respect des conditions ci-dessus.

Demande de tentative de record à l’initiative d’un sportif sur une compétition officielle qui ne satisfait pas les conditions ci-dessus énoncées

Un sportif souhaitant faire une demande de tentative de record s’engage à effectuer les démarches suivantes à ses frais :

- Demande déclarée auprès de l’organisateur 60 jours avant l’épreuve à l’aide du formulaire joint en ANNEXE 4 du présent règlement.
- Engagement contractuel (cf. formulaire joint en ANNEXE 1) du sportif à prendre en charge la totalité des frais générés au niveau de l’organisation pour satisfaire les exigences prévues au présent règlement et notamment les frais de déplacement, d’hébergement, de restauration du (ou des) juges JFA2 et ce, quel que soit le résultat de la tentative de record.
- Acceptation ou non de l’organisateur sous 45 jours avant l’épreuve sous réserve de sa capacité de satisfaire les exigences prévues au présent règlement.

Records de France réalisés hors territoire français

Tout sportif qui participe à une manifestation internationale inscrite au calendrier officiel de la CMAS et qui réalise un RF pourra voir celui-ci homologué.

Communication

- **Annonce d'une tentative de Record de France**

Le sportif qui fait la demande d'une tentative de RF ou l'organisateur qui annonce la tentative de RF a obligation d'apposer le logo de la FFESSM sur tous les supports de communication mis en œuvre dans le respect de charte fédérale et de communiquer celui-ci à tous les organes de presse qui ont vocation à organiser la promotion de cette tentative (presse écrite, télévisée ou web).

- **Promotion d'un Record de France**

Devront apparaître sur tous les supports de promotion (vidéo officielle, affiche, autre...) du RF qui pourrait être réalisée par l'organisateur ou le sportif :

- Le logo fédéral en 1ère image
- Le nom, lieu et date de la compétition
- Le nom du sportif
- La performance (nouveau RF)

Les vidéos mises en ligne sur les réseaux sociaux devront l'être prioritairement en 1er sur les outils de communication fédéraux (site web et Facebook de la FFESSM et de la CN Apnée).

- **Journaliste et représentant d'un organe de presse**

Tout journaliste ou représentant d'un organe de presse désirant filmer la performance à des fins de retransmission télévisée ou via internet devra solliciter l'autorisation de l'organisateur, demander une accréditation auprès de l'organisateur.

ANNEXE 4 – DEMANDE D'ORGANISATION D'UNE TENTATIVE DE RECORD DE France D'APNEE

EPREUVE :

TEMPS/DISTANCE :

CATEGORIE :

Nom et prénom du sportif :

Date de naissance :

Sexe :

N° de licence :

Adresse :

N° club :

Dénomination Club :

Lieu et niveau de la compétition :

Organisateur :

Date :

Longueur du bassin :

Atteste accepter de prendre en charge la totalité des frais générés au niveau de l'organisation pour satisfaire les exigences prévues au présent règlement et notamment les frais de déplacement, d'hébergement, de restauration.

Fait à :

Date :

Signature :

ANNEXE 5 – FEUILLE D’HOMOLOGATION DE RECORD DE France D’APNEE OU DE MEILLEURE PERFORMANCE NATIONALE

EPREUVE :

TEMPS/DISTANCE :

CATEGORIE :

Nom et prénom du sportif :

Date de naissance :

Sexe :

N° de licence :

Adresse :

N° club :

Dénomination Club :

Contrôle anti-dopage effectué : Oui / Non

Lieu et niveau de la compétition :

Organisateur :

Date :

Longueur du bassin :

Le 1er JFA2 :

Date :

Signature :

Le 2ème JFA2 :

Date :

Signature :

Autres juges présents :

ANNEXE 6 – EXTRAIT DU REGLEMENT MEDICAL FEDERAL

En compétition, les protocoles de sécurité et la présence d'apnéistes de sécurité limitent fortement la gravité de ces accidents.

Une perte de conscience (syncope) survenant chez un apnéiste non surveillé peut avoir des conséquences dramatiques, en entraînant une noyade.

En cas d'accident, même si les premiers gestes sont assurés dans l'eau par l'apnéiste de sécurité, il appartient au médecin de surveillance de la compétition (si présent / non obligatoire hormis championnat de France Elite) ou aux personnes formées, de prendre en charge la victime au décours de l'accident et d'adapter le traitement selon la nature de l'accident et l'état de la victime.

1. En cas de Perte de Contrôle moteur (« Samba »)

Le masque est retiré et la victime sera éloignée des bords du bassin pour éviter un traumatisme surajouté.

La conscience a été altérée, mais il n'y a le plus souvent pas d'inhalation : les secouristes ou le médecin présent devront s'assurer que la victime a totalement récupéré, qu'elle ne présente pas de signes d'inhalation et s'est réhydratée... Conformément au règlement de la discipline, il est disqualifié pour le reste de la compétition.

2. En cas de perte de conscience (syncope)

La situation est plus extrême et nécessite dans un 1er temps l'intervention rapide des équipes de sécurité pour éviter à la victime inconsciente de couler et d'inonder ses voies aériennes :

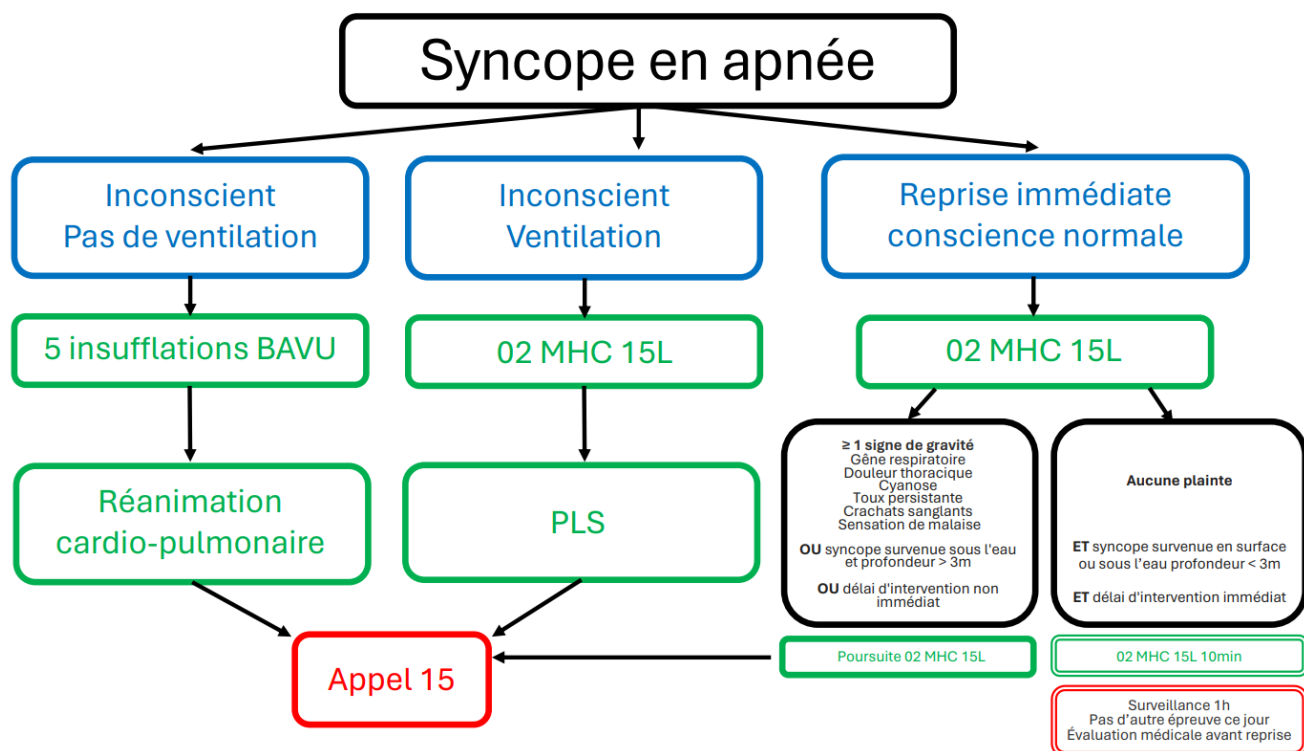
- Le masque est retiré ;
- Plusieurs insufflations bouche à nez (un trismus est souvent observé) sont délivrés alors que la victime est encore dans l'eau ;
- Puis elle est évacuée du bassin ;
- Le plus souvent après ces 1ers gestes, l'apnéiste totalement amnésique a repris connaissance et n'a pas inhalé : son bilan clinique est strictement normal et une mise sous O₂ au masque est préconisée (15L/min) pendant 10min.

En l'absence de médecin de surveillance de la compétition : les secouristes suivent le protocole de prise en charge établi par la commission concernée et suivent le plan d'organisation des secours de la compétition.

Si un médecin de surveillance de la compétition est présent sur site, il adaptera son traitement à l'état du syncopé :

- Si le délai d'intervention en surface est plus long, l'apnéiste qui recoule inconscient a pu inhaler et présente une toux persistante et/ou de tachypnée, éventuellement accompagnées de signes généraux (asthénie, pâleur, tachycardie, vomissements). Le risque d'atteinte pulmonaire retardée (SDRA, pneumopathie) est alors élevé et justifie une hospitalisation pour surveillance et contrôle radiologique et gazométrique.

- Enfin dans les cas les plus extrêmes qui ne devraient pas survenir en compétition, la victime, échappant à toute surveillance, coule et après avoir fortement inhalé est récupérée en état de mort apparente (stade 4 de grand anoxique de la classification de Bordeaux). La réanimation cardiorespiratoire s'impose dès que la victime est extraite de l'eau dans l'attente de l'intervention d'une équipe de réanimation (SAMU / pompiers). On ne cherche pas nécessairement à réchauffer la victime, une légère hypothermie étant à l'heure actuelle considérée comme améliorant le pronostic après réussite de la RCP.



ANNEXE 7 - DEMANDE TYPE APPARTENANCE À PLUSIEURS CLUBS

Le demandeur :

Je soussigné (Mr / Mme NOM : Prénom :) enregistré sous le numéro de licence : demande l'autorisation de concourir lors des compétitions des disciplines de la Commission (discipline :) au titre du (nom du club : et n° d'affiliation :) pour la saison : J'atteste être à jour de ma cotisation et membre de la structure/club d'accueil le jour de ma participation aux dites compétitions.

Date :

Signature :

Le Président de la structure « d'appartenance » où la licence a été souscrite :

Je soussigné (Mr / Mme NOM : Prénom :), Président(e) du Club (nom du club : et n° d'affiliation :) déclare répondre favorablement à la demande du sportif.

Date :

Signature :

Cachet du club :

Le Président de la structure « d'accueil » pour lequel le sportif souhaite concourir :

Je soussigné (Mr / Mme NOM : Prénom :), Président(e) du Club (nom du club : et n° d'affiliation :) déclare répondre favorablement à la demande du sportif.

Date :

Signature :

Cachet du club :

Le Président de la Commission Nationale :

Je soussigné (Mr / Mme NOM : Prénom :), Président(e) de la Commission Nationale (discipline) déclare avoir enregistré la demande du sportif.

Date :

Signature :

Le Président de la Commission Nationale dispose d'un délai de 15 jours à réception des documents pour donner suite à la demande et retourner cette attestation au demandeur. Elle est à fournir avec l'ensemble des pièces demandées lors de l'inscription aux compétitions.

	Version n°11.10.1 Date de révision : 15/06/2025 Date de création : 21/11/2008	42
---	---	----

ANNEXE 8 – AUTORISATION PARENTALE

Pour l'enfant mineur :

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Sexe :

Numéro de licence :

Information préalable de la CMPN sur les risques spécifiques :

« La pratique de la plongée en apnée soumet l'organisme à des contraintes physiologiques importantes, parfois extrêmes, susceptibles d'avoir des conséquences néfastes sur l'état de santé du jeune pratiquant.

Certaines sont connues (malaise, accident cardio respiratoire, syncope, accident neurologique notamment) mais nos connaissances sur ces risques sur la santé ne sont que partielles et d'autres accidents peuvent se produire lors de cette activité à contraintes particulières. »

Nous l'autorisons à se soumettre, si nécessaire, à un contrôle anti-dopage et à un prélèvement sanguin.

Nous, responsables légaux du compétiteur sus nommé, l'autorisons à participer à la compétition d'apnée en eau libre.

Championnat National ou Régional ou Départemental date(s) de(s) l'épreuve(s) :

.....

Fait à :

Le :

Parent 1 :

Parent 2 :

Nom, Prénom :

Nom, Prénom :

Signature :

Signature :