

Meeting Apnée du 20 juin 2009

A la veille de la seconde édition du « Meeting Interclubs Apnée » organisé par les HGC, quelques petits rappels à l'adresse des participants et des organisateurs. *Par thierry Tonnelier*

Tout d'abord il convient de redire que cette rencontre se veut avant tout amicale... offrant pour certains la possibilité de découvrir des disciplines de compétition en apnée et pour d'autres de se confronter à la performance.

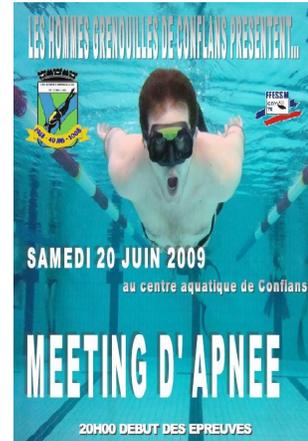
Les Clubs participants à cette soirée :

- ⇒ Les HGC – Conflans (78)
- ⇒ Le SCA 2000 Evry (91)
- ⇒ AA Massy (91)
- ⇒ CAS Versailles (78)
- ⇒ CN Poissy Plongée (78)

... soit un total de 25 compétiteurs répartis en 5 équipes mixtes

Au menu ... dans l'ordre des épreuves :

- ⇒ Apnée Statique
- ⇒ Apnée Dynamique
- ⇒ Relais par équipe 15 x 25m (un des relayeurs sera sans palmes !)



Au terme de la soirée, un classement par épreuve (filles et garçons) et surtout par équipe. Une seule coupe: celle du premier club !

Les règles seront celles appliquées lors des compétitions « officielles ».

Pour les compétiteurs :

- 1- Accueil des participants au centre aquatique dès 19H00 (n'oubliez pas votre licence et votre certificat médical) pour vérification du dossier d'inscription
- 2- Accès au bassin d'échauffement dès 19H 30
- 3- Début des épreuves de statiques dès 20 H 00 (5 postes de passage constitués d'un juge et d'un apnéiste de sécurité)
- 4- Pour rappel, toute PCM (Perte Contrôle Moteur) ou Syncope = Arrêt de participation aux épreuves (possibilité de faire rentrer un remplaçant pour le relais)
- 5- Déroulement Statique (dans le petit bassin):
 - ⇒ A l'appel de son nom, le compétiteur rejoint son poste de passage pour un rapide contrôle d'identité et la mise au point concernant le protocole de sécurité (défini conjointement entre le compétiteur et l'apnéiste de sécurité). Ce protocole se fera avant le décompte des 2 minutes.
 - ⇒ Le départ pour chaque série est donné suivant le décompte ci-après effectué par un juge : 2'00 , 1'30" , 1'00, 30" , 20" , 10" , 9" , 8" , 7" , 6" , 5" , 4" , 3" , 2" , 1" , TOP DEPART
 - ⇒ Chaque compétiteur doit débiter sa performance entre la dixième seconde précédant le « TOP DEPART » et le « TOP DEPART » (le temps est établi entre l'immersion des voies aériennes et la sortie)

- ⇒ Si le compétiteur débute sa performance après le TOP DEPART une pénalité de 3 secondes par seconde de dépassement sera retranchée au temps de sa performance
- ⇒ Sans aucune incitation de la part du jury, le compétiteur, à la fin de sa performance, doit, dans un délai maximum de 15 secondes, enlever son masque ou ses lunettes et/ou pince nez, et signaler au jury qu'il va bien en prononçant distinctement la phrase « tout va bien » et en faisant le signe « OK ». A défaut de respecter cette procédure dans son intégralité l'athlète est disqualifié pour l'épreuve (dès la sortie, les voies aériennes doivent rester à l'air libre !)
- ⇒ Après avoir maintenu la surveillance de l'apnéiste entre 30 secondes et 1 minute (après le signe « OK » et la phrase « tout va bien »), le juge informe oralement l'athlète de sa décision de validation ou de mise en délibération par le jury

6- Déroulement Dynamique (dans le grand bassin) :

- ⇒ A l'appel de son nom, le compétiteur rejoint son poste de passage pour un rapide contrôle d'identité et la mise au point concernant le protocole de sécurité (défini conjointement entre le compétiteur et l'apnéiste de sécurité). Ce protocole se fera avant le décompte des 2 minutes
- ⇒ Seules les palmes ou les mono-palmes sont autorisées. En cas d'utilisation de lest de cou, il devra être facilement largable et avoir été validé par le jury
- ⇒ Le départ pour chaque série est donné suivant la procédure de départ (idem à l'épreuve de statique)
- ⇒ Le départ doit se faire obligatoirement dans l'eau, une partie du corps en contact avec le mur de la piscine au moment des voies aériennes . La tête doit s'immerger obligatoirement à moins de 2m du mur de départ (une pénalité de 3m sera attribuée en cas de non respect de la procédure de départ)
- ⇒ A chaque virage une partie quelconque du corps devra obligatoirement toucher le mur de la piscine (une pénalité de 3m sera attribuée en cas de non respect de la procédure de virage)
- ⇒ Pour être validée la performance (la distance parcourue est déterminée par la sortie des voies respiratoires) devra être accomplie avec la totalité du corps immergé. Néanmoins, à chaque virage, il sera toléré que la partie basse des membres inférieurs puisse sortir de l'eau ; toutefois et sous peine de disqualification, toutes les parties du corps du genou à la tête, devront toujours être totalement immergées
- ⇒ Sans aucune incitation de la part du jury, le compétiteur, à la fin de sa performance, doit prendre un point d'appui (planche de l'apnéiste de sécurité, bord du bassin...) et dans un délai maximum de 15 secondes, enlever son masque ou ses lunettes et/ou pince nez, et signaler au jury qu'il va bien en prononçant distinctement la phrase « tout va bien » et en faisant le signe « OK » ; A défaut de respecter cette procédure dans son intégralité l'athlète est disqualifié pour l'épreuve (dès la sortie, les voies aériennes doivent rester à l'air libre !)
- ⇒ Après avoir maintenu la surveillance de l'apnéiste entre 30 secondes et 1 minute (après le signe « OK » et la phrase « tout va bien »), le juge informe oralement l'athlète de sa décision de validation ou de mise en délibération par le jury

Pour les Apnéistes de sécurité :

- ⇒ Voir planning de passage et affectation des postes de passage (vous enregistrez à l'accueil ... licence + certificat médical)

- ⇒ Pour la statique : Le compétiteur doit répondre convenablement par le geste convenu à l'avance avec l'apnéiste de sécurité (et validée par le juge .. si nécessaire). Cette procédure doit être mise en oeuvre avant la fin de la Performance Annoncée (PA), au minimum à 1mn - PA, 30s - PA et à PA. Après le temps de la performance annoncée (PA), cette procédure doit être réitérée toutes les 15 secondes
- ⇒ Si l'athlète ne répond pas par le geste convenu, l'apnéiste de sécurité doit le solliciter une nouvelle fois sans délai. Si l'athlète persiste à ne pas répondre correctement, ou s'il ne répond pas, l'apnéiste de sécurité doit le sortir immédiatement de l'eau
- ⇒ L'apnéiste de sécurité est autorisé à déplacer doucement le compétiteur pendant la performance afin de ne pas gêner les compétiteurs voisins
- ⇒ En cas d'intervention sur un signe ou comportement anormal, sortir l'apnéiste par « retournement » pour le mettre sur le dos et dispenser les premiers secours.
- ⇒ **Dés la sortie** de l'apnéiste, maintenir une surveillance rapprochée sans intervenir ni le solliciter (par le touché ou la parole). La fin de cette surveillance active intervient dès que le juge aura validé la performance.

- ⇒ Pour le Dynamique : Assurer la sécurité avec une planche qui sera présentée à l'apnéiste dès sa sortie. La surveillance sera rapprochée (à moins de 2 mètres du compétiteur)
- ⇒ En cas d'utilisation d'un lest de cou, vérifier que celui ci ait été validé préalablement et vérifier qu'il puisse être dégagé rapidement en cas d'intervention
- ⇒ **En cas d'intervention sur un signe ou comportement anormal, sortir l'apnéiste par « retournement » pour le mettre sur le dos et dispenser les premiers secours.**
- ⇒ **Dés la sortie** de l'apnéiste, maintenir une surveillance rapprochée sans intervenir ni le solliciter (par le touché ou la parole). La fin de cette surveillance active intervient dès que le juge aura validé la performance

Pour les juges :

- ⇒ Pour la statique et dynamique : Dès l'arrivée du compétiteur au poste de passage, vérifier :
 - Identité
 - Performance annoncée
 - Rappel du protocole de départ et de sortie
 - Pour la statique : préciser les règles de sollicitation (voir compétiteur « statique »...1 min avant PA, 30sec avant PA, PA puis toutes les 15 secondes)
 - Remplir la fiche compétiteur
 - Annoter les observations et temps de départ après le TOP ainsi que immersion (pour le dynamique) au delà des 2m
 - Si doute sur validation de la performance (PCM douteuse ...) indiquer que la performance sera en délibéré
 - Prévoir crayon et chronomètre