



## Règlement « Record de l'heure » 2022

Le Comité Départemental de Natation de la Gironde et les clubs partenaires présentent le « **Record de l'heure** ». L'objectif est de nager la plus grande distance en une heure. Dans ce document vous trouverez le règlement commun à toutes les étapes qui seront organisées en 2022 en Gironde.

L'organisation des étapes est assurée par les clubs locaux de natation partenaires. La coordination, le développement et la communication sont assurées par le Comité départemental de natation de la Gironde.

### Catégories concernées :

Les catégories listées ci-dessous peuvent participer aux étapes du record de l'heure :

- Jeunes (filles 2011 à 2009) / Garçons (2010 à 2008)
- Juniors (filles 2008 à 2005) / Garçons (2007 à 2004)
- Séniors (filles 2004 à 1997) / Garçons (2003 à 1998)
- Maîtres 1 (Filles 1996 à 1977) / Garçons (1997 à 1978)
- Maîtres 2 (Filles 1976 et +) / Garçons (1977 et +)

### Licence :

Les étapes du record de l'heure sont accessibles uniquement aux nageurs et nageuses licenciés dans un club de la Fédération Française de Natation (licence « compétition » et « loisir »).

## Sécurité :

Le club organisateur se charge de la sécurité lors de l'épreuve (BNSSA / BPJEPS)

## Classements :

Un classement sera édité à l'issue de chaque événement.

Après chaque étape, le Comité Départemental diffusera sur son site internet un classement de tous les nageurs et de toutes les étapes.

## Récompenses / Podiums :

A l'issue de chaque étape, le club organisateur récompense :

- Les trois premier(e)s de chaque catégorie citée ci-dessus.

A l'issue des étapes 2022 une remise de récompenses sera organisée par le Comité Départemental et les clubs organisateurs pour récompenser les meilleurs nageurs de chaque catégorie toutes étapes confondues.

## Officiels :

Dans la mesure du possible, les clubs engagés à une étape peuvent venir avec un officiel et/ou bénévoles pour aider le club organisateur au comptage des longueurs. Merci de vous rapprocher du club organisateur.

## Engagements :

Pour tous les nageurs les engagements se feront via un formulaire google qui sera sur le site internet du CD33 Natation

Les engagements se clôtureront le mercredi à 23h59 avant l'événement du week-end

## Tarif :

L'engagement est de 5 € par nageur

## Course / organisation :

- Tout 25m commencé est comptabilisé
- Limitation à 5 nageurs par ligne d'eau
- Départ toutes les 5 secondes (Coup de sifflet pour arrêter les nageurs toutes les 5 secondes à l'issue de l'heure de course)
- Ravitaillement possible au niveau du plot

- La sortie de l'eau est autorisée (arrêt du comptage de longueurs), le chrono lui ne s'arrête pas
- Pas de matériel (palmes, tuba, planche...)
- Obligation de "tourner" dans la ligne d'eau
- Toutes les nages sont autorisées

Sur chaque événement le club organisateur :

- Mettra à disposition une plage horaire pour l'échauffement
- Organisera un Briefing d'avant course (consignes, règlement, etc)
- Donnera un tatouage à coller sur l'épaule pour reconnaître les nageurs

Sur chaque événement le nageur inscrit s'engage :

- A participer au briefing d'avant course
- A coller sur son épaule et selon les recommandations du club organisateur le tatouage
- A respecter le règlement

Bonne course !