



REGLEMENT COUPE DE FRANCE MASTER V050918



COUPE DE FRANCE MASTERS



le 4 et 5 juin 2022



www.ffsr.fr

SAUVETAGE SPORTIF

MURET (31)



le 4 juin : lac des bonnets à Muret

le 5 juin : piscine de portet-sur-Garonne

ne pas fêter sur la voie publique



VILLE de MURET
mairie-muret.fr





GENESE DU PROJET

La Coupe de France Master est née de la volonté de passionnés de sauvetage sportif qui souhaitent développer la pratique de cette discipline chez les plus de 30 ans. L'objectif est de créer un événement ouvert au plus grand nombre, accessible et convivial, afin de développer une pratique de masse en France et de rassembler tous les amoureux de notre sport.

Elle cible les anciens compétiteurs sauveteurs sportifs, mais aussi les nombreux pratiquants adultes inscrits dans les clubs FFSS qui ne pratiquent pas encore la compétition (pratiquants loisirs, sauveteurs professionnels, maîtres-nageurs, parents d'enfants sauveteurs...). C'est pour cette raison, que les épreuves organisées sont en format courte distance (short course). Elle a aussi pour objectif de valoriser auprès des jeunes la pratique du bénévolat dans l'organisation ou dans le rôle d'officiel.

Il se doit de couvrir l'ensemble du territoire. Chaque saison, l'organisation de la Coupe de France est confiée à une association FFSS localisée dans un quart différent de la France, afin de faire le tour de la métropole en 4 étapes.

La dynamique créée permettra ainsi le développement de la pratique compétitive sur les Championnats de France Master en piscine et en côtier, et une augmentation de la représentativité de la FFSS au niveau international.

SAUVETAGE SPORTIF



DATES

SAMEDI 4 JUIN 2022- EPREUVE COTIER (distances short course – « M SHAPE »)

DIMANCHE 5 JUIN 2022 - EPREUVE EAU PLATE (distances short course)

LIEU

EAU PLATE : PISCINE AQUAGARONNA 7 avenue Salvador ALLENDE 31120 Portet sur Garonne

COTIER : PLAN D'EAU : Lac des Bonnets, rue Louison BOBET 31600 MURE

PROGRAMME

SAMEDI 4 JUIN : EPREUVES COTIER

L'ordre des épreuves sera défini en fonction des conditions de marée avant le début de la compétition par le juge référent et l'organisateur.

Ouverture du site	7h30
Fin échauffement	8h15
Réunion capitaine d'équipe	8h15
Réunion des officiels	8h30
Présentation des équipes	8h40
Planche	9h00
Surf ski	



Océanman-woman

Beach flags (15m)

PAUSE 12h00

Photo du groupe Masters 13h20

Echauffement 13h30

Relais nage (3) 14h00

Relais Bouée Tube (4)

Relais sauvetage planche (2)

Relais Taplin mixte (2H-2F)

FIN DE JOURNEE 18h00

REPAS DU SOIR à partir de 19h00 : Restaurant « le Pic » à Muret

DIMANCHE 5 JUIN : EPREUVES EN PISCINE

Ouverture des portes 7h30

Fin échauffement 8h15

Réunion capitaine d'équipe 8h15

Réunion des officiels 8h30

Présentation des équipes 8h40

100 SLS 9h00

50 Bouée Tube

Relais Bouée tube (4)

Relais corde (2)

PAUSE 12h00

Echauffement 13h30

25 Mannequin 14h00

50 Mannequin Palmes

Relais 4X12, 5 Mannequin (4)

Relais 4X25 Sauvetage mixte (2H-2F)

FIN DE JOURNEE 17h30

REMISE DES PRIX 18h00

FIN DE LA COMPETITION 19h00

REPAS DU SOIR à partir de 19h00 : Pizzeria DEL ARTE à Roques sur Garonne



DESCRIPTIF DES EPREUVES

EAU PLATE (*voir réglementation des épreuves dans le schéma des épreuves*)

MANNEQUIN : 12.5m nage + 12.5m remorquage mannequin

MANNEQUIN PALME : 25 m nage avec palmes + 25m remorquage avec palmes

BOUEE TUBE : 25m nage avec bouée tube et palmes + 25 m remorquage mannequin (besoin d'un handler)

SLS : 25m nage + 25m remorquage + 25m avec chaussage/bouée tube et palmes + 25m remorquage mannequin (besoin d'un handler)

RELAIS CORDE (2) : lancé sur 12,50m

RELAIS BOUEE TUBE (4) : 4 X 25m : nage + nage avec palmes + nage avec bouée tube + remorquage bouée tube, palmes avec 3^{ème} relayeur

RELAIS MANNEQUIN (4) : 4 X 12,50m remorquage

RELAIS SAUVETAGE MIXTE (2H-2F) : 4 X 25m : nage + nage avec palmes + remorquage mannequin + remorquage mannequin avec palmes

COTIER « M SHAPE » (*voir réglementation des épreuves dans le schéma des épreuves*)

BEACHFLAGS : 15m

BOARD RACE « M shape » : 380m – 1^{ère} et 9^{ème} bouée de la ribambelle à 100m du bord, les 2 bouées du bord à 20m de la plage et espacé de 20m.

SURFSKI RACE « M shape » : 564m – 1^{ère} et 2^{ème} bouée de la planche à 146m du bord, les 2 bouées du bord à 20m de la plage et espacé de 20m.

OCEANMAN-WOMAN « M shape » : 1264m : 250m Nage (bouée à 60m + drapeau transitoire au bord) – 380m Paddle board (1^{ère} et 9^{ème} bouée de la ribambelle à 100m du bord, les 2 bouées du bord à 20m de la plage et espacé de 20m) – 564m Surfski (1^{ère} et 2^{ème} bouée de la planche à 146m du bord, les 2 bouées du bord à 20m de la plage et espacé de 20m) – 70m Sprint (ordre à définir suivant tirage au sort)

RELAIS SAUVETAGE PLANCHE (2) : 1^{er} nage 100m jusqu'à la bouée (ribambelle à 100m) – 2^{ème} Paddle Board le récupère et les 2 reviennent sur la plage

RELAIS NAGE PAR EQUIPE (3) : 250m (ribambelle à 100m) - Départ groupé

RELAIS BOUEE TUBE (4) : 1^{er} nage 100m jusqu'à la bouée, le 2^{ème} nage en palmes et bouée tube, les 3^{ème} et 4^{ème} sont handlers pour la sortie de l'eau.

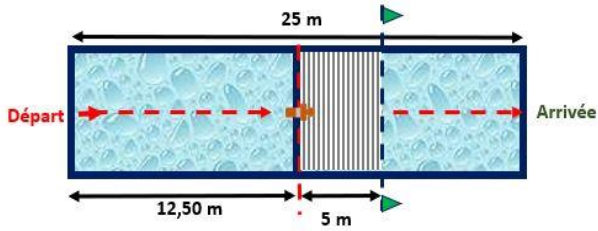
RELAIS TAPLIN MIXTE (2H-2F) : 1320m : le 1^{er} sprint 70m, le 2^{ème} en nage 250m (ribambelle à 100m), le 3^{ème} en Paddle Board 400m, le 4^{ème} en Surf ski 600m.

Les compétiteurs s'engagent à être présents en côtier et en eau plate.

SCHEMA DES EPREUVES : EAU PLATE

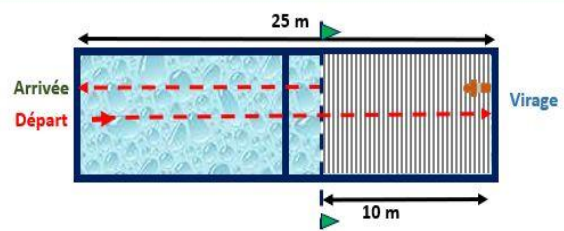
25 m MANNEQUIN (MANIKIN CARRY)

Catégories Master en format Short Course



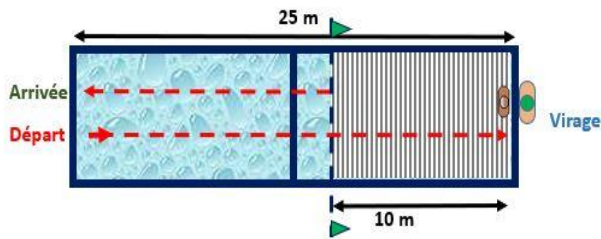
50 m MANNEQUIN PALMES (MANIKIN CARRY WITH FINS)

Catégories Master en format Short Course



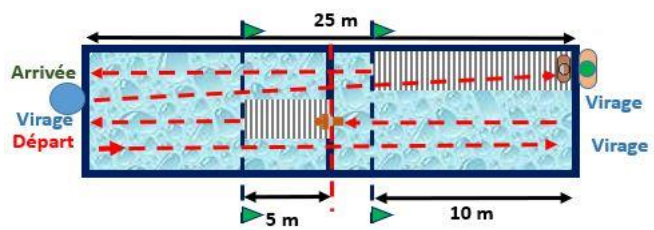
50 m BOUEE TUBE (MANIKIN TOW WITH FINS)

Catégories Master en format Short Course



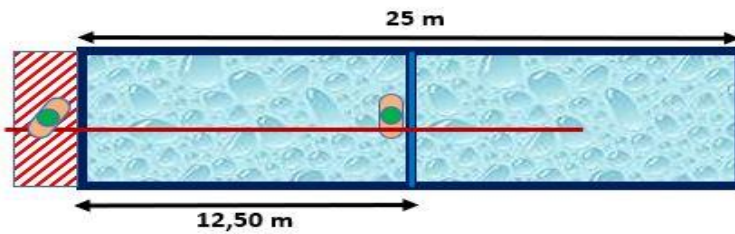
100 m SUPERSAUVETEUR (SUPER LIFESAVER)

Catégories Master en format Short Course



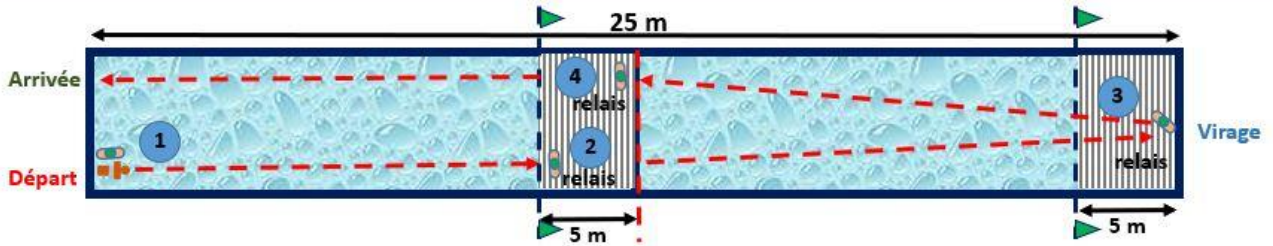
LANCER DE CORDE

Catégories Master en format Short Course



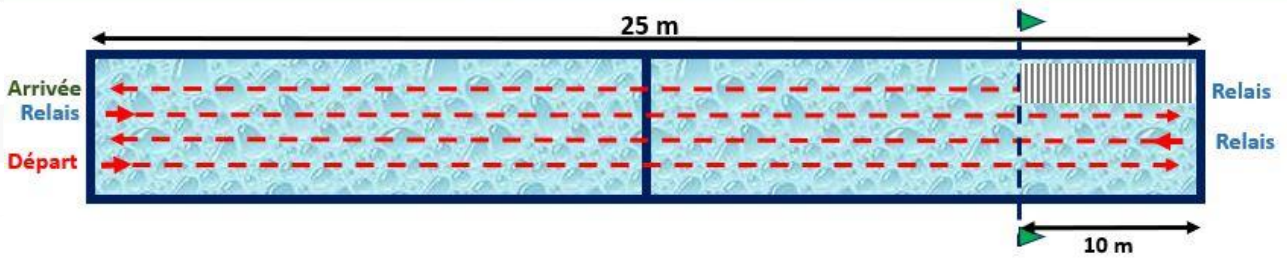
RELAIS MANNEQUIN (4 x 12,5 m) (MANIKIN RELAY)

Catégories Master en format Short Course



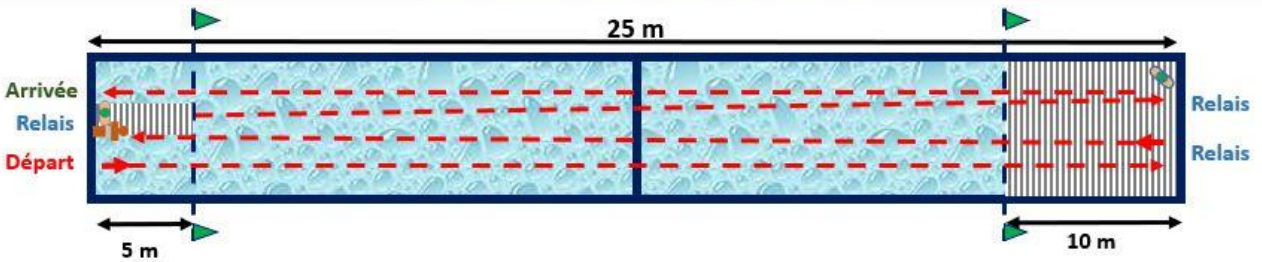
RELAIS DE LA BOUEE TUBE (4x25m) (MEDLEY RELAY)

Catégories Master en format Short Course



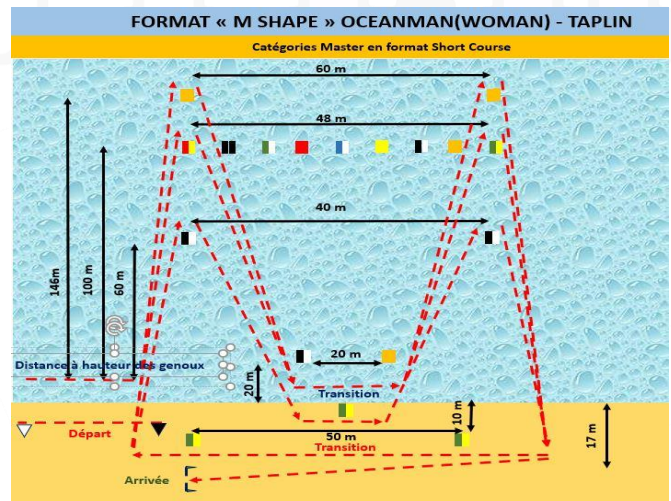
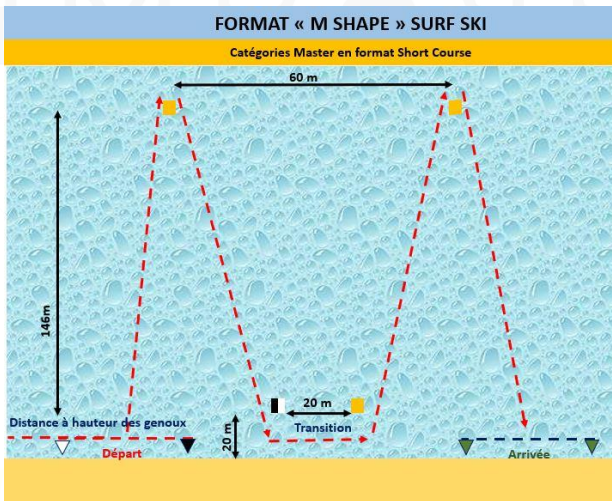
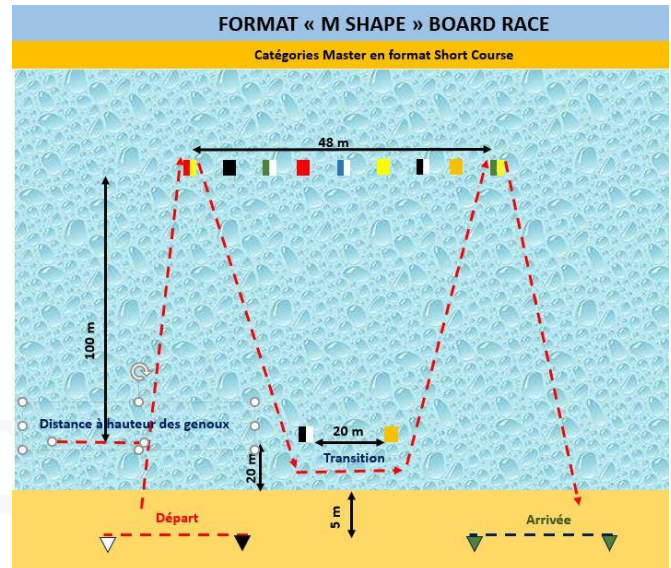
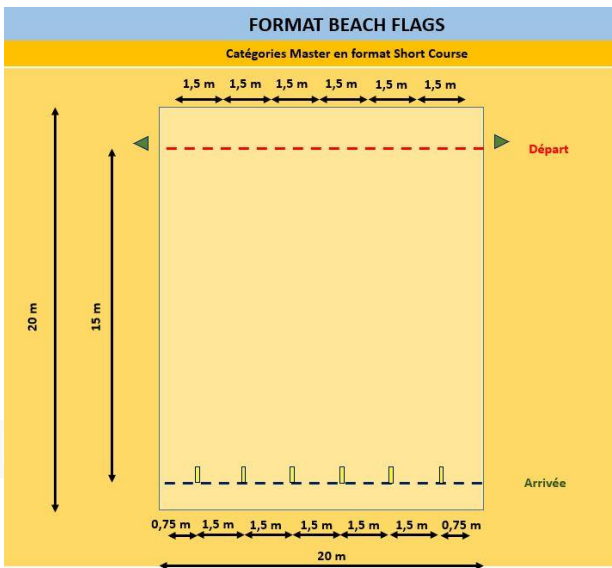
RELAIS SAUVETAGE EN PISCINE (POOL LIFESAVER RELAY)(4x25m)

Catégories Master en format Short Course



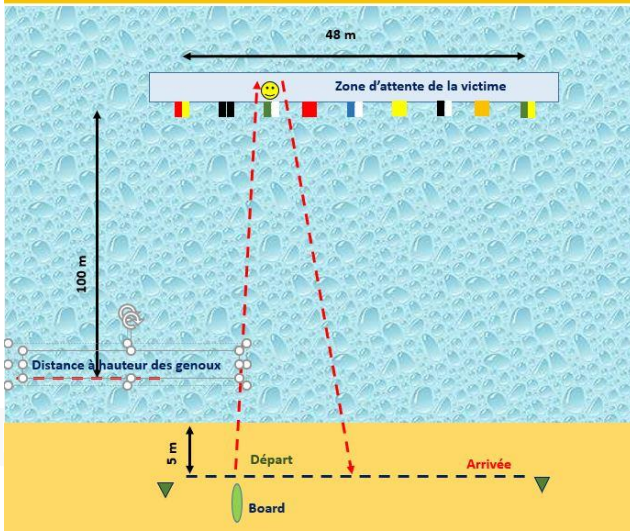
SAUVETAGE SPORTIF

SCHEMA DES EPREUVES : COTIER TRADITIONNELLES



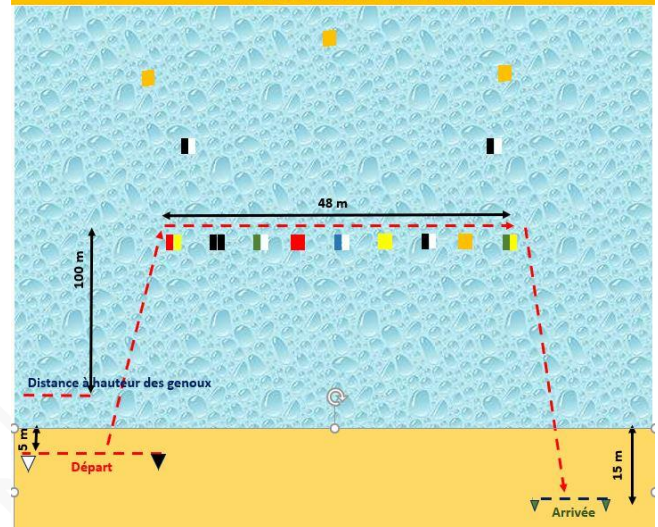
FORMAT RELAIS SAUVETAGE PLANCHE

Catégories Master en format Short Course



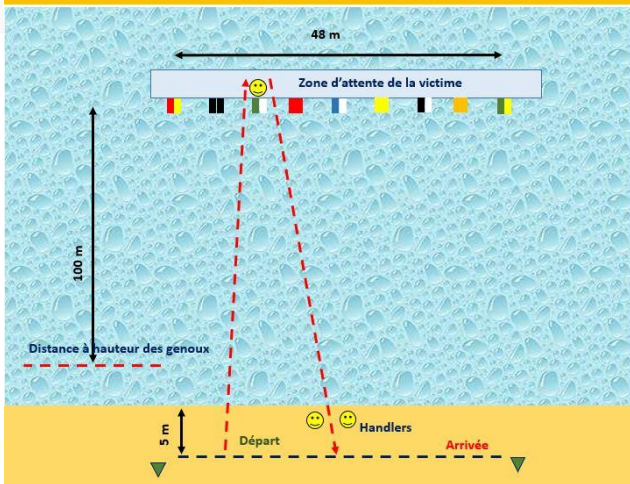
FORMAT RELAIS SURF RACE

Catégories Master en format Short Course



FORMAT RELAIS BOUEE TUBE

Catégories Master en format Short Course



CATEGORIES

EPREUVES INDIVIDUELLES :

Catégories d'âge : Master 1 à Master 9 : Se référer au mémento FFSS pour les années de naissance.

Ex : Je suis master 45 l'année de mes 45 ans jusqu'à l'année de mes 49 ans inclus.

MASTER 30	MASTER 35	MASTER 40	MASTER 45	MASTER 50	MASTER 55	MASTER 60	MASTER 65	MASTER 70
30-34 ANS	35-39 ANS	40-44 ANS	45-49 ANS	50-54 ANS	55-59 ANS	60-64 ANS	65-69 ANS	70 ANS et +

EPREUVES DE RELAIS :

Relais : Un relais est composé de 4, 3 ou 2 relayeurs, en fonction des épreuves. Un relais est composé de sauveteurs de même sexe sauf pour le relais Sauvetage en piscine et le relais Taplin en côtier.

Catégories d'âge des relais :

Pour les relais à 4 : 199 ans et moins ou 200 ans et plus

Pour les relais à 3 : 149 ans et moins ou 150 ans et plus

Pour les relais à 2 : 99 ans et moins ou 100 ans et plus

Composition d'un relais : Elle peut varier en fonction des épreuves relais, mais la somme des âges des relayeurs qui la compose, doit rester dans la catégorie d'âge dans laquelle le relais est engagé. Attention, pour une même épreuve de relais, un relayeur engagé dans une catégorie d'âge de relais, ne peut pas concourir dans l'autre catégorie d'âge.

Nombre maximum de relais : Il n'est possible d'engager qu'une seule équipe relais par club, par catégorie d'âge et par sexe. Pour les relais mixte, 1 seule équipe par club et par tranche d'âge.



Relais mixés : Les relais mixés entre différents clubs, où mixtes sur les relais hors Sauvetage et Combiné, ne seront pas autorisés à s'engager, en raison de l'impossibilité d'engagement ce type de relais sur le site FFSS. Néanmoins une participation hors classement de tels relais pourra être envisagée sur place, avec l'accord de l'organisateur et du juge principal, si le nombre de séries

REGLEMENT DES EPREUVES :

Se reporter au règlement spécifique de la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme. Le port du bonnet et du lycra est OBLIGATOIRE. (Bonnet silicone autorisé sous bonnet côtier). Les combinaisons isolantes ne pourront être autorisées dans les épreuves de côtier que si la température de l'eau est inférieure ou égale à 16°C ou si le juge principal estime, que le degré de refroidissement de l'air est dangereux. Les combinaisons isolantes devront être portées dans une eau de température inférieure ou égale à 13°C.





ORGANISATION DES COURSES

Epreuves individuelles en piscine :

Les séries seront faites en fonction des temps d'engagements, en mixant les catégories d'âge. Les résultats seront ensuite classés par catégorie d'âge.

Epreuves individuelles en côtier : Les séries seront organisées par catégorie d'âge. Néanmoins l'organisateur se réserve le droit de regrouper des départs de catégories d'âge différentes sur les épreuves aquatiques en veillant à séparer distinctement sur la ligne de départ les différentes catégories. Pas de regroupement des catégories d'âge sur les épreuves sur sable.

Epreuves relais en piscine : Les séries seront faites en fonction des temps d'engagements, en mixant les catégories d'âge. Les résultats seront ensuite classés par catégorie d'âge.

Epreuves relais en côtier : Les séries seront organisées par catégorie d'âge. Néanmoins l'organisateur se réserve le droit de regrouper des départs de catégories d'âge différentes sur les épreuves aquatiques en veillant à séparer distinctement sur la ligne de départ les différentes catégories. Les résultats seront ensuite classés par catégorie d'âge. Pas de regroupement des catégories d'âge sur les épreuves sur sable.

SAUVETAGE SPORTIF



RECOMPENSES

CLASSEMENT GENERAL INDIVIDUEL :

Un sauveteur ne sera classé que s'il participe au moins à 2 épreuves en piscine et 2 en côtier. Le classement général individuel, se fera au cumul des points des épreuves individuelles par catégorie d'âge et par sexe. En cas d'ex-aequo, les sauveteurs seront départagés sur le nombre de 1^{ère} place, puis 2^{ème} place et ainsi de suite. Seront récompensés les 3 premiers individuels par catégories d'âge et de sexe.

Il existe 9 catégories d'âge, 2 sexes, pour un total de 18 podiums (soit 54 récompenses maxi).

CLASSEMENT GÉNÉRAL CLUB :

Le **Trophée Coupe de France Master Rescue CDC** sera remis au meilleur club sur l'ensemble des épreuves (individuelles et relais).

Pour ce classement club, seront pris en compte :

- Les points des 3 premiers de chaque club, par catégorie d'âge et par sexe, issus du classement général individuel
- Les points du classement général relais par sexe pour chaque club
- Les points du classement général relais mixte pour chaque club

En cas d'ex-aequo, les clubs seront départagés sur le nombre de 1^{ère} place, puis 2^{ème} place et ainsi de suite. Seront récompensées les 3 premières équipes (soit 3 récompenses).

Chaque année, le club vainqueur se verra graver, son nom, le lieu et l'année sur le trophée et le gardera pendant une année. Il devra le remettre en jeu lors de la prochaine Coupe de France MASTERS. Une mini-réplique du trophée sera offerte au club en souvenir.



INSCRIPTIONS

Les inscriptions devront être faites via le site de la FFSS avec vos accès club.
A l'exception des 2 relais mixte.

DATE LIMITE D'ENGAGEMENT : 25/05/2022 à 14h00

TARIF : 20€ par compétiteur pour les 2 jours, pas de tarif club.

ATTENTION : 1 seul règlement par club (pas de règlement individuel)

<https://www.helloasso.com/associations/club-de-sauvetage-et-de-secourisme-muretain/evenements/coupe-de-france-2022-engagements-des-competiteurs>

REPAS :

Tarif (Samedi midi + Dimanche midi) : 20€

Tarif Samedi soir / Dimanche soir : à venir (entre 15 et 20€ par repas)

Repas des juges pris en charge par l'organisation.

ATTENTION : 1 seul règlement par club (pas de règlement individuel)

<https://www.helloasso.com/associations/club-de-sauvetage-et-de-secourisme-muretain/evenements/coupe-de-france-des-masters-repas-midi-samedi-et-dimanche>

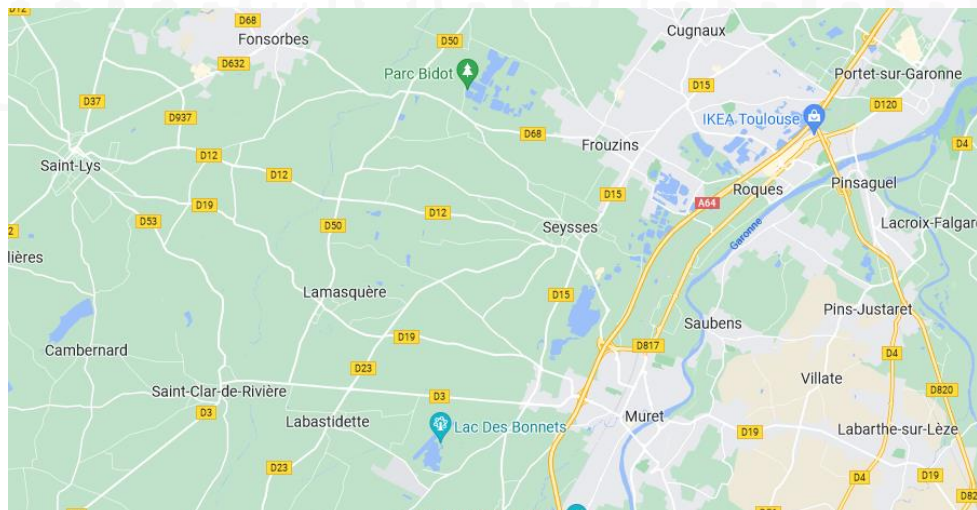
OFFICIEL :

Chaque club devra fournir un nombre d'officiel ou plus suivant le nombre de compétiteurs (voir Mémento FFSS).

CONTACTS : evenements@muretsauvetage.fr

BARON Guillaume, 06.52.09.70.77

CORDOBA Olivier, 06.06.46.25.85





HEBERGEMENTS :

1. Hôtel restaurant Clément Ader (proche Aqualudia)

70 Av. Jacques Douzans, 31600 Muret

Chambre 2 **personnes** (2 pt lits ou 1 grand lit) **65€** (tarif Coupe de France Master)

Petit dej **8€** (buffet)

Restaurant 25 couverts

Possibilité de déléster des clients sur Hotels Kiryad au même tarif

Responsable direction Mm HADHOUM Omayma

Tel : 0534460686

Mail : contact@hotel-clement-ader.fr

2. Hôtel Kyriad Toulouse Roques

1 Chem. des Moines, 31120 Roques

<https://toulouse-sud-roques.kyriad.com/>

tel : 0561725151

3. Hôtel Première Classe Toulouse Portet

5 Bd de l'Europe, 31120 Portet sur Garonne

[https://www.premiereclasse.com/fr/hotels/premiere-classe-toulouse-sud-](https://www.premiereclasse.com/fr/hotels/premiere-classe-toulouse-sud-portet?utm_source=google&utm_medium=maps&utm_content=FRA22245&utm_campaign=Premi%C3%A8re%20Classe)

[portet?utm_source=google&utm_medium=maps&utm_content=FRA22245&utm_campaign=Premi%C3%A8re%20Classe](https://www.premiereclasse.com/fr/hotels/premiere-classe-toulouse-sud-portet?utm_source=google&utm_medium=maps&utm_content=FRA22245&utm_campaign=Premi%C3%A8re%20Classe)

Chambre 1 2 ou 3 personnes **54€**

Petit Dej 5€ (de 6 a 10h)

Parking Fermé de 21h à 6h (mais attention aux places disponibles pour les remorques)

Prendre rue après la laverie Eléphant Bleu

Directeur David Dommange

Tel : 0561724514

toulouse.portet@premiereclasse.fr

4. Hôtel et Résidence Thibaud

9 Rue Colomies, 31100 Toulouse (59€)

<http://www.residencethibaud.com/>

Attention beaucoup de réservation pour une compétition de Karting

Chambre ou studio avec coin cuisine

Parking fermé la nuit

Ex de prix **70€** studio 2 personnes avec cuisine

Petit Dej : ?

Chambre : Twin, double, 3 pers

Parking fermé

Park espaces vert et piscine (agréable)

Tel : 0561410238