



## SHORT COURSE NOVEMBRE 2023

LE 19/11/2023  
À PORTET-SUR-GARONNE

Entrée libre et gratuite



**Date :** Dimanche 19 novembre 2023

**Lieu :** Piscine AQUAGARONNA

Av. Salvador Allende  
31120 Portet-sur-Garonne

**Contact :**

Mail Commission Sportive :

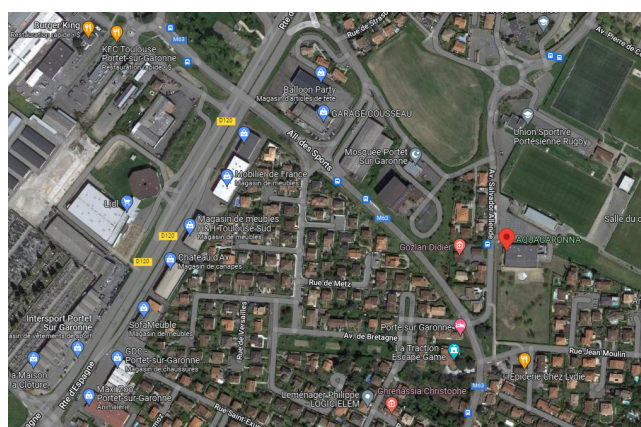
[Commissionsportive@muretsauvetage.fr](mailto:Commissionsportive@muretsauvetage.fr)

Mail Coach :

[Coach@muretsauvetage.fr](mailto:Coach@muretsauvetage.fr)

Téléphone : 0633443979

*Présence de notre partenaire Go and Sea,  
fabricant de palmes françaises*



# COMPÉTITION SHORT COURSE À PORTET-SUR-GARONNE (31) DE CADETS À MASTERS

## ÉPREUVES

---

Cette compétition est ouverte aux sauveteurs des catégories de cadets à Masters.

Ouverture des portes : 8h

Réunion des officiels dans la salle du haut à : 8h15

Le programme :

Le matin :

Echauffement à partir de 8h, évacuation du bassin à 8h50

Début des épreuves à 9h00

- 100m obstacles
- 50m bouée tube
- 50m mannequin palmes

L'après-midi :

Echauffement à partir de 13h30, évacuation du bassin à 14h20

Début des épreuves à 14h30

- 100m SLS
- 25m mannequin
- 50m combiné

Le programme et les horaires pourront être modifiés.

Cette compétition est ouverte à tous les sauveteurs haut-garonnais inscrits sur le site FFSS.

Les sauveteurs extérieurs au département et des clubs isolés frontaliers au 31, seront acceptés en fonction de la capacité d'accueil de la piscine et pour que cette dernière se déroule dans de bonnes conditions pour réaliser toutes les épreuves.

La compétition devra être terminée à 18H.

## RÈGLEMENT

---

Chaque club devra présenter au minimum 1 officiel pour 5 compétiteurs. Le règlement des épreuves est celui de la FFSS en vigueur le jour de la compétition.

## RESTAURATION

---

Une buvette est prévue, uniquement des espèces acceptées.

Pour la pause méridienne, la piscine devra être évacuée, il est interdit de manger autour du bassin.

Nous ne pourrions pas mettre à disposition de salle pour le repas.

Un pique-nique extérieur est possible sur une terrasse non couverte.

Repas froid fourni uniquement pour officiels et bénévoles.

Dans un but écologique et pour éviter les oublis de bouteilles autour du bassin, les personnes présentes dans la piscine (officiels, bénévoles etc ) devront privilégier les gourdes. Les bouteilles d'eau ne seront pas distribuées.

## INSCRIPTION

---

Date limite d'engagement : 15/11/2023 à 14h00.

Les droits d'inscription sont de 10 euros par club et 6 euros par sauveteur, à régler à l'ordre du CSSM avant le début des épreuves.

## MATÉRIEL

---

Pour le bon déroulé de la compétition, chaque club est tenu de venir avec **2** mannequins Orange et **2** bouées tube.

Le matériel devra être marqué au nom du club d'appartenance.

## PROGRAMME

---

08h00 : Ouverture des portes / début de l'échauffement.

08h15 : Réunion des officiels / fin déclaration forfaits

09h00 : Début de la compétition

18h00 : Fin l'événement, tous les participants auront quitté le site.

**Le programme sera défini en fonction du nombre de participants et des heures de disponibilités de l'infrastructure.**



GO N SEA - Des palmes carbone pour tous

Fabricant de palmes carbone en France depuis plus de 12 ans