

# Challenge

# OXYJEUNES



## CAHIER DES CHARGES

**Présentation**

**Déclinaison départementale**

**La structure d'accueil**

**Les besoins humains**

**Les épreuves**

**Le classement**



## I. PRESENTATION

Le « Challenge Oxyjeunes » est une compétition créée et organisée par le Comité Occitanie Pyrénées-Méditerranée FFESSM. Cette compétition regroupe des épreuves originales alliant l'ensemble des disciplines sportives fédérales afin de permettre au jeune public le perfectionnement et la performance dans les disciplines sportives subaquatiques.

Cette compétition s'adresse aux jeunes licenciés à la FFESSM, âgés de 8 à 18 ans et titulaires au minimum du brevet de Plongeur de Bronze et d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la plongée sous-marine en cours de validité.

Les participants sont inscrits dans la catégorie d'âge correspondant à leur année de naissance : Poussins (-10 ans)-Benjamins (10-11)-Minimes (12-13) – Cadets (14-15) – Espoirs (16-17).

## II. DECLINAISON DEPARTEMENTALE

Les Comités départementaux peuvent organiser une compétition départementale.

Ils respecteront le cahier des charges, notamment en ce qui concerne la sécurité, l'encadrement par les cadres des disciplines sportives concernées, le logo et les épreuves.

Ils lui donneront le nom Challenge Oxyjeunes Plongée – Département (*Ex Challenge Oxyjeunes Plongée Lot*).

Ils déclareront la date de leur compétition au responsable Oxyjeunes régional.

Ils trouveront leurs partenaires et sponsors dans leur réseau local.

Leurs articles seront publiés sur le site régional.

### III. LA STRUCTURE D'ACCUEIL

Une piscine de 50 m. permet de mettre en place différentes zones d'épreuves.  
Une piscine de 25 m. peut être utilisée en largeur en fonction des épreuves.

L'accès au bassin est réservé aux compétiteurs, aux capitaines et aux membres de l'organisation.

Les spectateurs restent en tribune.

Une profondeur au-delà de 2 m. n'est pas recommandée. Si la profondeur excède 2 m. seules les épreuves de surface s'y dérouleront.

### IV. LES BESOINS HUMAINS

#### ➤ Le responsable technique

Il s'occupe des inscriptions et des relations avec les clubs.  
Il a en charge la totalité de ce qui se passe sur le bassin.  
Il constitue les séries des différentes épreuves et le programme.  
Il constitue l'équipe des différents responsables.  
Il récupère la liste des bénévoles et leur attribue un poste.  
Il élabore les dossiers de responsable.  
Il récupère les différents lots et les répartit sur les différents podiums.

#### ➤ Le responsable de zone

Il a en charge la totalité des épreuves se déroulant dans sa zone, tant sur le plan sécuritaire que technique.  
Il a sous sa responsabilité l'ensemble des chronométreurs et plongeurs de sécurité.  
Avec l'appui du responsable matériel, il se charge de regrouper tout le matériel nécessaire aux épreuves.  
Il met en place la chambre d'appel de sa zone.  
Il accueille les compétiteurs et leur explique le déroulement de l'épreuve, donne les départs, récupère les temps sur la fiche série.  
Si nécessaire, il assume le rôle de juge arbitre.

#### ➤ Le responsable de catégorie

Il a en charge la totalité ou une partie (filles ou garçons) des compétiteurs d'une catégorie d'âge.  
Il informe ses compétiteurs de l'heure et lieu de rendez-vous.  
Il amène ses compétiteurs au départ de chaque épreuve.



Il récupère en début de compétition et restitue à la fin, le dossier de responsable de catégorie établi par le responsable technique, comprenant le listing des compétiteurs et le programme de la catégorie d'âge.

➤ **Le responsable intendance**

Il a en charge toute la partie intendance à l'extérieur du bassin.

Il constitue son équipe de bénévoles et répartit les postes en fonction des besoins.

Les principales tâches sont la mise en place des tables et chaises pour le repas, le service repas, la mise en place des différentes ventes (café, tee-shirt).

➤ **Le responsable communication**

Il a en charge le suivi médiatique de la compétition avant, pendant et après.

Il propose des articles pour les différents médias.

Il propose des courriers pour les différentes instances.

➤ **Le responsable matériel**

Il a en charge toute la partie intendance du bassin.

Il liste précisément les besoins en bloc, gilet, et détendeurs des compétiteurs en fonction des épreuves et des catégories d'âge, ainsi que les besoins des photographes sous-marins et plongeurs de sécurité.

➤ **Le responsable commission**

Il est en relation avec les différentes commissions sur les besoins en matériels.

Il fournit le nombre, les noms et taille de tee-shirts pour chaque commission présente.

Aux différents postes, il faut rajouter

1 chronométreur par ligne,

le personnel de sécurité spécifié à chaque épreuve,

1 médecin,

des bénévoles à l'accueil et à la saisie des résultats.

## V. LES EPREUVES

Pour l'ensemble des épreuves, chaque compétiteur doit amener son petit matériel (palmes, masque, tuba).

Les palmes dont la taille est supérieure à 74 cm (chausson compris) sont interdites. Un gabarit peut-être nécessaire pour vérification.

## POUSSINS- PUPILLES

- **50 m. PMT** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur. Il faut parcourir le plus rapidement possible la distance de 50 m. L'utilisation des bras est autorisée.
  - ☞ **Matériel** : aucun, chaque compétiteur utilise son propre matériel.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
  
- **5 m. Apnée** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur. Il faut parcourir le plus rapidement possible la distance de 5 m. en immersion, sur un fond compris entre 1 m. et 1,5 m. Deux cerceaux, dans lequel doit passer le nageur, matérialisent le début et la fin de la distance. Une distance de 3 m. est laissée entre le mur et le 1<sup>er</sup> cerceau pour permettre l'immersion. Le chronomètre s'arrête à l'émersion du nageur. Le nageur a la possibilité de remonter en surface entre les 2 cerceaux. Le fait de ne pas passer dans les cerceaux rétrograde le nageur en fin de classement.
  - ☞ **Matériel** : 2 cerceaux par ligne. Chaque compétiteur utilise son propre matériel.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
  
- **Course Hawaïenne** : le départ se fait au fond de l'eau sur une profondeur maximale de 2 m. Le plongeur équipé de son bloc, tient ses palmes dans la main. Il doit parcourir la distance de 12,5 m. en courant pieds nus sur le fond de la piscine. L'utilisation de chaussons, de lest et des bras est interdite. Au bout des 12,5 m. (matérialisé par 1 plot), le plongeur remet ses palmes et termine la longueur en palmant pour aller toucher le mur.
  - ☞ **Matériel** : 1 bloc de petite taille équipé d'un gilet et d'un détendeur par ligne.
  - ☞ **Sécurité** : 1 plongeur par ligne pour aider le compétiteur.
  
- **Hockey** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur. Le nageur doit passer dans 1 cerceau et pousser le palet sur un slalom. Le chronomètre s'arrête quand le palet touche le mur. Le nageur a la possibilité de remonter en surface et de redescendre sans pénalités.
  - ☞ **Matériel** : 1 crosse, 1 palet, 5 plots par ligne.
  - ☞ **Sécurité** : 1 nageur par ligne pour valider le slalom.
  
- **25 m. nage en eau vive** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur Il faut parcourir le plus rapidement possible la distance de 25 m. en effectuant 1 esquimautage dans la longueur. L'utilisation des bras n'est pas autorisée.
  - ☞ **Matériel** : 1 flotteur par ligne.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
  
- **25 m. nage en monoplame** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur Il faut parcourir le plus rapidement possible la distance de 25 m. en ondulation avec les bras tendus devant et en respirant au tuba. L'utilisation des bras n'est pas autorisée.



## CAHIER DES CHARGES



- ☞ **Matériel** : 1 monopalme par ligne. Seules les monopalmes fournies par le comité d'organisation sont autorisées.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
- **Tir sur cible** à l'issue d'un tir d'essai, effectuer 3 tirs. Chaque cible touchée donne 10 points.
- ☞ **Matériel** : cible, lest, fusil et flèches fournis par le comité d'organisation.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne dans l'eau pour chaque pas de tir. 1 personne en surface qui régule les entrées et sorties de l'eau.

## BENJAMINS

- **100 m. PMT** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur. Il faut parcourir le plus rapidement possible la distance de 100 m. L'utilisation des bras est autorisée.
- ☞ **Matériel** : aucun, chaque compétiteur utilise son propre matériel.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
- **5 m. Apnée** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur. Il faut parcourir le plus rapidement possible la distance de 5 m. en immersion, sur un fond compris entre 1 m. et 1,5 m. Deux cerceaux, dans lequel doit passer le nageur, matérialisent le début et la fin de la distance. Une distance de 3 m. est laissée entre le mur et le 1<sup>er</sup> cerceau pour permettre l'immersion. Le chronomètre s'arrête à l'émersion du nageur. Le nageur a la possibilité de remonter en surface entre les 2 cerceaux. Le fait de ne pas passer dans les cerceaux rétrograde le nageur en fin de classement.
- ☞ **Matériel** : 2 cerceaux par ligne. Chaque compétiteur utilise son propre matériel.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
- **Course Hawaïenne** : le départ se fait au fond de l'eau sur une profondeur maximale de 2 m. Le plongeur équipé de son bloc, tient ses palmes dans la main. Il doit parcourir la distance de 12,5 m. en courant pieds nus sur le fond de la piscine. L'utilisation de chaussons, de lest et des bras est interdite. Au bout des 12,5 m. (matérialisé par 1 plot), le plongeur remet ses palmes et termine la longueur en palmant pour aller toucher le mur.
- ☞ **Matériel** : 1 bloc de petite taille équipé d'un gilet et d'un détendeur par ligne.
  - ☞ **Sécurité** : 1 plongeur par ligne pour aider le compétiteur.
- **Hockey** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur. Le nageur doit passer dans 1 cerceau et pousser le palet sur un slalom. Le chronomètre s'arrête quand le palet touche le mur. Le nageur a la possibilité de remonter en surface et de redescendre sans pénalités.
- ☞ **Matériel** : 1 crosse, 1 palet, 5 plots par ligne.
  - ☞ **Sécurité** : 1 nageur par ligne pour valider le slalom.



## CAHIER DES CHARGES



- **50 m. nage en eau vive** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur Il faut parcourir le plus rapidement possible la distance de 50 m. en effectuant 1 esquimautage à chaque longueur. L'utilisation des bras n'est pas autorisée.
  - ☞ **Matériel** : 1 flotteur par ligne.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
  
- **50 m. nage en monopalme** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur Il faut parcourir le plus rapidement possible la distance de 50 m. en ondulation avec les bras tendus devant et en respirant au tuba. L'utilisation des bras n'est pas autorisée.
  - ☞ **Matériel** : 1 monopalme par ligne. Seules les monopalmes fournies par le comité d'organisation sont autorisées.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
  
- **Tir sur cible** : à l'issue d'un tir d'essai, effectuer 3 tirs. Chaque cible touchée donne 10 points.
  - ☞ **Matériel** : cible, lest, fusil et flèches fournis par le comité d'organisation.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne dans l'eau pour chaque pas de tir. 1 personne en surface qui régule les entrées et sorties de l'eau.

## MINIMES

- **Parcours** : Effectuer 100 m. P.M.T avec un passage en apnée à chaque longueur dans un cerceau en petite profondeur, suivi de 50 m. en palmage dorsal. Le nageur récupère ensuite un flotteur d'eau vive et effectuer 50 m. avec un esquimautage dans chaque longueur.
  - ☞ **Matériel** : 1 bloc gréé et 1 flotteur par ligne, et chaque compétiteur utilise son propre matériel.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
  
- **Apnée** : Le nageur doit déplacer en apnée et le plus rapidement possible 20 pinces à linge (maximum 2 par 2) accrochées à un bout, sur un autre bout situé à une distance de 5 m, et sur une profondeur maximale de 2 m. Une fois les pinces à linge accrochées, le nageur fait surface et retourne au bout de départ, pour une nouvelle apnée.
  - ☞ **Matériel** : 2 bouts lestés et matérialisés en surface, ainsi que 20 pinces à linge par ligne (prévoir des pinces de rechange). Chaque compétiteur utilise son propre matériel.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne dans chaque ligne.
  
- **Course Hawaïenne** : le départ se fait au fond de l'eau sur une profondeur maximale de 2 m. Le plongeur équipé de son bloc doit parcourir la distance de 25 m. en courant pieds nus sur le fond de la piscine. L'utilisation de chaussons, de lest et des bras est interdite.
  - ☞ **Matériel** : 1 bloc équipé d'un gilet et d'un détendeur par ligne.
  - ☞ **Sécurité** : 1 plongeur par ligne pour aider le compétiteur.



## CAHIER DES CHARGES



- **Hockey** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur. Le nageur doit passer dans 1 cerceau et pousser le palet sur un slalom. Le chronomètre s'arrête quand le palet touche le mur. Le nageur a la possibilité de remonter en surface et de redescendre sans pénalités.
  - ☞ **Matériel** : 1 crosse, 1 palet, 5 plots par ligne.
  - ☞ **Sécurité** : 1 nageur par ligne pour valider le slalom.
  
- **50 m. nage en monopalme** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur Il faut parcourir le plus rapidement possible la distance de 50 m. en ondulation avec les bras tendus devant et en respirant au tuba. L'utilisation des bras n'est pas autorisée.
  - ☞ **Matériel** : 1 monopalme par ligne. Seules les monopalmes fournies par le comité d'organisation sont autorisées.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
  
- **Tir sur cible** : à l'issue d'un tir d'essai, effectuer 3 tirs. Chaque cible touchée donne un bonus de 5, 10, ou 15 points en fonction de la zone où se plante la flèche.
  - ☞ **Matériel** : cible, lest, fusil et flèches fournis par le comité d'organisation.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne dans l'eau pour chaque pas de tir. 1 personne en surface qui régule les entrées et sorties de l'eau.

## CADETS-ESPOIRS

- **Parcours** : Gréer entièrement son bloc, effectuer 25 m. en apnée en poussant le palet de hockey avec une crosse, suivi de 25 m. en palmage dorsal à la surface et de 100 m. P.M.T. Le nageur récupère alors son bloc et enchaîne 50 m. en capelé surface. A l'issue du parcours dans l'eau, il ressort, met en place sur son visage un masque opaque et dégréer son bloc.
  - ☞ **Matériel** : 1 bloc, avec gilet et détendeur par ligne, ainsi qu' 1 flotteur et 1 masque opaque par ligne. Chaque compétiteur utilise son propre matériel.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
  
- **Course Hawaïenne** : le départ se fait au fond de l'eau sur une profondeur maximale de 2 m. Le plongeur équipé de son bloc doit parcourir la distance de 25 m. en courant pieds nus sur le fond de la piscine. L'utilisation de chaussons, de lest et des bras est interdite.
  - ☞ **Matériel** : 1 bloc équipé d'un gilet et d'un détendeur par ligne.
  - ☞ **Sécurité** : 1 plongeur par ligne pour aider le compétiteur.
  
- **100 m. nage en monoplame** : le départ se fait dans l'eau, accroché au mur Il faut parcourir le plus rapidement possible la distance de 100 m. en ondulation avec les bras tendus devant et en respirant au tuba. L'utilisation des bras n'est pas autorisée.



## CAHIER DES CHARGES



- ☞ **Matériel** : 1 monopalme par ligne. Seules les monopalmes fournies par le comité d'organisation sont autorisées.
- ☞ **Sécurité** : 1 personne de part et d'autre du bord du bassin.
  
- **Tir sur cible** à l'issue d'un tir d'essai, effectuer 3 tirs. Chaque cible touchée donne un bonus de 5, 10, ou 15 points en fonction de la zone où plante la flèche.
  - ☞ **Matériel** : cible, lest, fusil et flèches fournis par le comité d'organisation.
  - ☞ **Sécurité** : 1 personne dans l'eau pour chaque pas de tir. 1 personne en surface qui régule les entrées et sorties de l'eau.

## VI. LE CLASSEMENT

Un classement filles et un classement garçons sont effectués dans chaque catégorie d'âge.

Pour chaque épreuve, le 1<sup>er</sup> prend 1 point, le 2<sup>nd</sup> 2 points et ainsi de suite.

Le classement se fait en cumulant les points obtenus sur les différentes épreuves. Le 1<sup>er</sup> sera celui qui aura cumulé le moins de points.

Les 3 premiers sont récompensés.

Un classement des clubs peut être réalisé selon des critères définis à l'avance par le comité d'organisation.