

# Open d'apnée Langres 19 novembre 2017



# Le mot du président

l'apnée se médiatise grâce à un engouement des pratiquants et aux résultats exceptionnels des compétiteurs et notamment des français leaders de la discipline.

La section apnée des bulles Langroises se développe et fait le choix de proposer une compétition lors de la saison 2017-2018. Cette compétition a pour objectif la promotion de ce sport au seins de notre territoire.

Nous attendons une quarantaine de compétiteurs régionaux et extérieurs.

Aqualangres offre un site idéal pour proposer une compétition attractive.

Nous recherchons donc pour mener à bien ce projet des partenaires permettant de nous soutenir matériellement et financièrement.

Je vous remercie donc de vous inscrire à nos côtés dans cette aventure

Martine Léotier - les bulles Langroises - Présidente

# Sommaire

- Les épreuves
  - Programme
    - Récompenses
      - Médias

# Les épreuves

- Epreuve d'apnée statique

Le principe de cette épreuve est de demeurer en apnée, voies aériennes immergées, le plus longtemps possible. Le vainqueur de l'épreuve est donc l'athlète qui aura réalisé le temps le plus long.



# Les épreuves

- Epreuve d'apnée dynamique palme et sans palme

Epreuve dynamique avec palme : Le principe consiste à parcourir en apnée avec des palmes, corps entièrement immergé, la distance la plus longue possible. Le vainqueur de l'épreuve est donc l'athlète qui aura réalisé la distance la plus longue.

Epreuve dynamique sans palme : Le principe consiste à parcourir en apnée sans palme, corps entièrement immergé, la distance la plus longue possible. Le vainqueur de l'épreuve est donc l'athlète qui aura réalise la distance la plus longue.



# Les épreuves

- Epreuve de 16 x 25 m d'apnée

Le principe de l'épreuve de 16 x 50 m et 16 x 25 m apnée est de couvrir 16 longueurs de piscine en un minimum de temps. L'épreuve se déroule obligatoirement en piscine et est nagée par fractions en alternant la nage en apnée sur toute la longueur avec une phase de récupération passive en bout de ligne d'eau.

# Le programme

- 8h30 Accueil des compétiteurs
- 10h00 Epreuve d'apnée statique
- 12h00 Pose repas
- 13h00 Epreuve d'apnée dynamique palme
- 14h30 Epreuve d'apnée dynamique sans palme
- 16h00 Epreuve 16 X 25 d'apnée
- 17h00 Podiums
- 17h30 Collation

# Récompenses

- Grille de prix sur le classement combiné et 16x25

Femmes	Récompense	Hommes	Récompense
1ere	50	1er	50
2eme	30	2eme	30
3eme	20	3eme	20

- Cadeaux

En fonction des partenaires : Fleurs pour les femmes - Vin, bière pour les hommes - Fromage (issues de la filière locale). Matériel apnée/ plongée ...



# Les Médias

- JHM
- Diffusion Plaquettes
- France 3 région
- Site internet Les bulles
- Radios Locales
- Site office de tourisme
- Annonces partenaires

Compétition Apnée  
Langres



- Statique
- Dynamique

19 novembre 2017  
Piscine Aqualangres  
De 10h à 17h

