



## PROFOND 10

AQUALUC, rue Neckarbischofheim  
10600 LA CHAPELLE ST LUC

Association Loi de 1901 déclarée N°3-7376  
Agréée Jeunesse et Sports N°10/S.246  
Affiliée FFESSM N° 06-10-0200  
N° SIREN 447 922 832 000 12



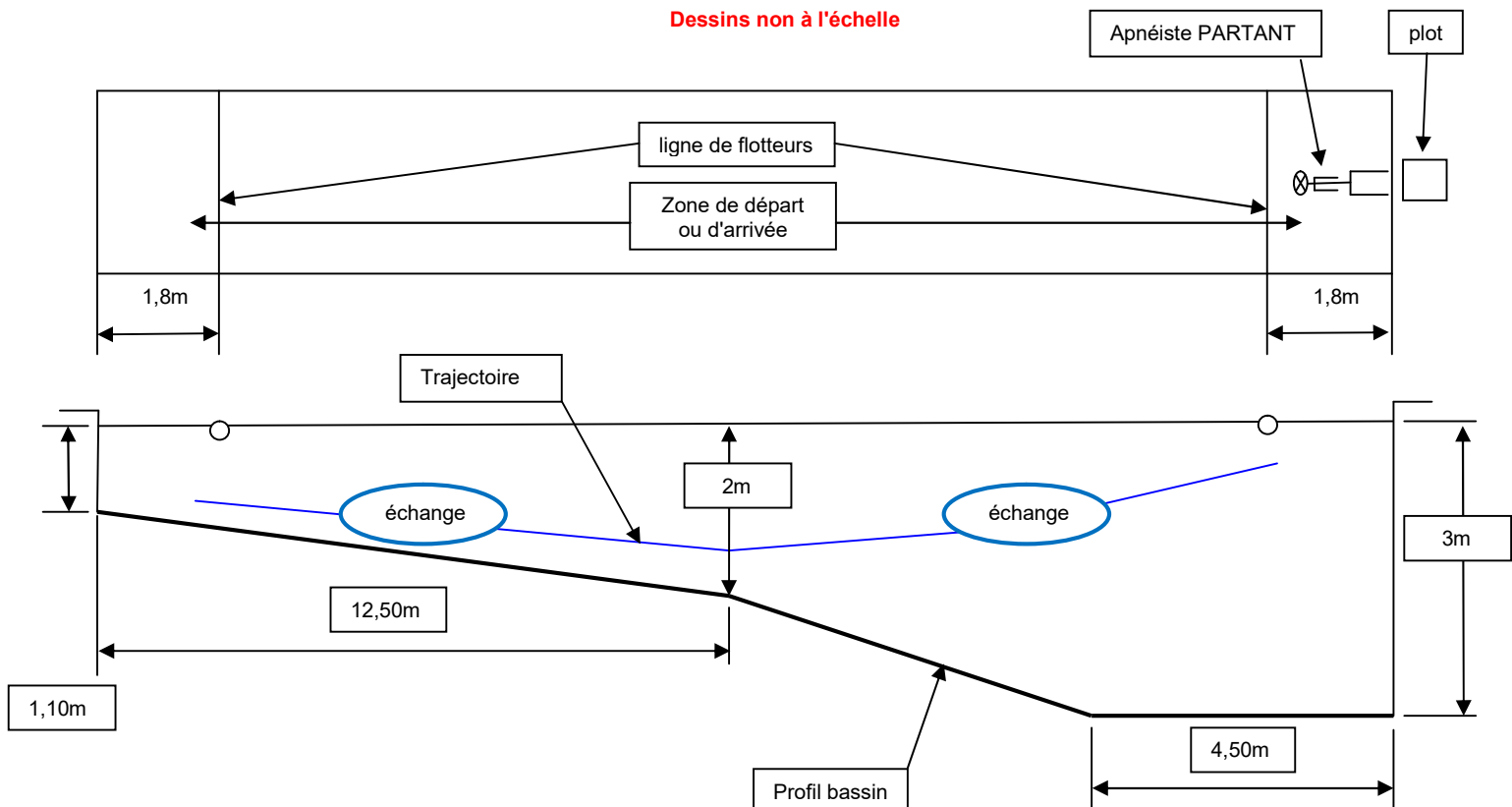
<http://profond10.vpdive.com>

**Samedi 07 décembre 2019, complexe AQUALUC La Chapelle St Luc**  
**Relais "12 heures apnée" de 07h à 19h au profit de l'AFM**  
**Kilométrage maximum**

### Règlement page 1/2

- 1- Les équipes sont formées de 6 personnes, 3 de chaque côté.
- 2 – Le relais se déroule dans la ligne d'eau n°1, longueur 25m ; le bord peut être utilisé pour la récupération entre les apnées.
- 3- Accueil des équipes dans le hall d'Aqualuc à H - 45 min (vous pouvez arriver avant si vous le voulez), déshabillage dans les vestiaires collectifs (vous pouvez mettre une combinaison, ne pas oublier le lestage) puis échauffement dans la ligne N°2.
- 4- L'équipe doit se présenter au coordinateur (Joël LELOVSKY ou son remplaçant) sur la plage de la ligne n°1 avec les juges correspondants 15 min avant leur passage.
- 5- L'équipe descend dans l'eau à H - 3 minutes et gère elle même les apnées. L'ordre de passage des équipiers doit être défini avant la mise à l'eau par les membres de l'équipe. Si un apnéiste est défaillant les autres membres de l'équipe prennent sa place, évidemment cela constitue un handicap.
- 6- C'est le coordinateur qui donne l'ordre de départ au début de chaque heure.
- 7- La ligne d'eau est découpée en trois parties. L'apnéiste PARTANT doit s'immerger entre le mur et la ligne de flotteurs et prendre le **bâton relais** à l'apnéiste ARRIVANT qui doit émerger dans la zone de départ ou d'arrivée.

Dessins non à l'échelle



**Président** : Joël LELOVSKY, 9 Chemin du Pommier de Bois 10000 Troyes  
Tél. 03-25-49-30-23 portable 07 50 98 01 00  
E-Mail : [profond10plongee@gmail.com](mailto:profond10plongee@gmail.com)

5- L'apnéiste PARTANT, pour gagner du temps, doit anticiper son départ avant que l'apnéiste ARRIVANT émerge dans la zone de départ. La zone d'échange du **bâton relais** n'est pas définie. Raisonnablement elle peut se faire entre 4 et 6m du mur

6- Si l'apnéiste ARRIVANT n'émerge pas la tête dans la zone de départ ou d'arrivée la longueur n'est pas comptabilisée.

7- Si le **bâton relais** tombe, l'apnéiste **le recevant** doit le reprendre et continuer son apnée. S'il ne peut pas continuer son apnée il revient en surface vers l'apnéiste suivant à qui il donne le **bâton relais**. Dans ce cas la longueur n'est pas comptabilisée.

8- Le premier départ de chaque équipe se fait côté grand bain (plot).

9- Il y a un juge à chaque extrémité du bassin. Chaque juge possède une feuille de comptabilisation et vérifie que l'apnéiste ARRIVANT émerge la tête dans la zone de départ ou d'arrivée.

**Conclusion** : le **bâton relais** doit rester immergé pendant 12 heures sans être lâché ! Entraînez-vous dans votre piscine et à bientôt en forme.

**Technique de passage du relais** : le **bâton relais** est de **couleur rouge** (la matière est de l'aluminium)  
Le **bâton relais** peut être passé en gardant une ou deux mains devant lors de l'apnée ou une ou deux mains le long du corps en écartant un peu la main portant le **bâton relais**. Au final, c'est les membres de l'équipe qui décident.