



# 39<sup>ème</sup> Traversée de Lyon à la nage avec palmes (8 Km)

Cette **COMPETITION OPEN** aura lieu :

**dimanche 20 janvier 2019**

**Cité Scolaire Internationale**  
2 place de Montréal  
69007 LYON

Pour des raisons de sécurité, le nombre de participants est limité à **400 Nageurs Adultes (Mineurs interdits)**.

**Règlement de la compétition :**

<http://traverseelyon.nap.free.fr/docs/public/reglement2019.pdf>

**Inscription sur le site :**

<https://www.timepulse.run/evenements/voir/953/39e-traversee-de-lyon-a-la-nage-avec-palmes-lyon>

Clôture des inscriptions le **16 janvier 2018 20H00**. Néanmoins les inscriptions seront closes dès le nombre atteint (400 nageurs).

**Dossier d'inscription complet** avec les pièces obligatoires suivantes :

- Photocopie de la licence 2019 : licence FFESSM ou pour les autres fédérations voir annexe
- Certificat d'assurance individuelle complémentaire (Loisir 1 pour FFESSM)
- Un certificat médical de non contre-indication à la pratique compétitive de moins de 3 ans, rédigé par tout médecin
- Règlement en ligne de 24€ (+1€ de frais d'inscription)

Tout candidat dont l'inscription **n'aura pas fait l'objet d'une inscription et le paiement en ligne** ne sera pas accepté.

## Montant du règlement

- Le club THALASSA LYON PLONGEE, organisateur de la course, soutient « Palmer pour elles », une commission de l'association SOLIDAIEMENT VOTRE qui a pour objet : d'aider et d'accompagner les malades atteintes de cancer féminin (<http://www.solidairement-votre.fr>).
- Cette association, pour ses actions, récolte des fonds grâce à des événements sportifs.
- Aussi le montant de la participation est fixé à 24.00 € dont 2 euros seront reversés à SOLIDAIEMENT VOTRE
- Vous avez également la possibilité de soutenir d'avantage Palmer Pour Elles en achetant le T-Shirt édition 2019. Pour cela une pré-commande est possible sur la page: <http://solidairement-votre.fr/pages/palmer-pour-elles>.



## **Liste des Fédérations admises**

- Fédération des Clubs Sportifs et Artistiques de la Défense (FCSAD)
- Fédération Française Handisport
- Fédération Française de Natation
- Fédération Française de Pentathlon Moderne
- Fédération Française du Sport Adapté
- Fédération Française du Sport d'Entreprise
- Fédération Française de Sauvetage et Secourisme
- Fédération Française du Sport Universitaire (FFSU)
- Fédération Française de Triathlon
- Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF)
- Fédération Sportive Gymnique du Travail (FSGT)
- Union Française des Œuvres Laïques d'Éducation Physique (UFOLEP)
- Union Générale Sportive de l'Enseignement Libre (UGSEL)
- Union Nationale du Sport Scolaire (UNSS)
- Union Sportive de l'Enseignement du Premier Degré (USEP)
- Fédération Française des Sociétés d'Aviron
- Fédération Française de Canoë-kayak
- Fédération Française de Char à voile
- Fédération Française Motonautique
- Fédération Française de Pêche sportive au coup
- Fédération Française des Pêcheurs en mer
- Fédération Française de Ski nautique
- Fédération Française de Surf
- Fédération Française de Voile
- Fédération Française de Vol Libre



## Programme de la journée

<b>Samedi 20 Janvier de 16h00 à 18h00</b>	<b>Retrait des dossards et bracelets électroniques à la Cité Scolaire Internationale (CSI) 2 place de Montréal 69007 LYON</b>
<b>Dimanche 21 Janvier de 7h30 à 9h00</b>	<b>Retrait des dossards à la Cité Scolaire Internationale (CSI) Vestiaires collectifs pour se changer et y laisser ses affaires pendant la course</b>
<b>9h30 précises</b>	<b>Départ de la CSI, transfert en bus TCL vers le point de départ de la course</b>
<b>10h00</b>	<b>Départ de la course Cité Internationale, sur la rive gauche du Rhône 2 départs décalés de 10 min Départ 1 - Nageurs NAP Départ 2 - Nageurs SUPPORT</b>
<b>de 11h00 à 12h00</b>	<b>Arrivée à 300m après le Pont Raymond BARRE, une collation vous y attendra (café, thé, chocolat, jus de fruit...) Restitution des bracelets Electroniques Des douches sont disponibles à la CSI</b>
<b>13h00</b>	<b>Annonce des résultats et remise des prix, à la CSI et apéritif offert</b>



## **Règlement de course**

- La présente compétition est encadrée par le Règlement sportif national de Nage avec Palmes présent sur le site <http://www.nageavecpalmes-ffessm.com/index.php>
- Equipement néoprène obligatoire pour tous les nageurs
- Les participants devront obligatoirement nager avec des palmes (monopalme ou bipalmes).
- Les nageurs de la catégorie NAP auront un tuba
- Les nageurs avec supports sont admis et feront l'objet d'un classement séparé toutes catégories confondues
- Chronométrage électronique
- Dossard remis à coller sur le haut du tuba ou à l'avant du support. Le bracelet électronique est à mettre au poignet
- -Classement et récompenses :
  - o Un classement par catégorie sera établi pour les nageurs et les supports
    - Sénior (S) : 18-34 ans
    - Vétéran (V): A partir de 35 ans
    - Il est décidé de faire des regroupements de catégories Vétéran en MASTERS. La catégorie des Masters est organisée par tranche d'âge de 10 années :  
M1 : 35-44 / M2 : 45-54 / M3 : 55-64 / M4 : + 65
- Trophée ROGER TRIOLA offert par THALASSA au club remportant la course par équipe. Trophée remis en jeu l'année suivante. Le club qui gagne le trophée 3 années de suite le garde



## **CONSIGNES aux participants**

**RETRAIT DES DOSSARDS** : le samedi de 16h à 17h30 ou le dimanche de 7h30 à 9h à la cité scolaire internationale

- ⇒ Présenter éventuellement les pièces justificatives manquantes
- ⇒ Récupérer votre **dossard**, **Transpondeur Electronique** et votre **carton « participant »**

**Coller le dossard sur votre tuba ou à l'avant du Support**

**Le transpondeur électronique se fixera sur le tuba et le dossard sera à coller par-dessus.**

**VESTIAIRES**: se changer aux vestiaires et y **laisser vos affaires**. Le club THALASSA décline toute responsabilité en cas de vol.

**DEPART BUS**: 9h30 précises. 5 bus disponibles – répartissez-vous dans tous les véhicules.

**DEPARTS**: 10h00 : départ nageurs NAP / 10h10: départ nageurs SUPPORT

Pour comptabiliser les participants, il est nécessaire de **METTRE VOTRE CARTON DANS L'UNE DES URNES SITUEES A LA MISE A L'EAU**

**Merci aux nageurs SUPPORT de laisser passer les nageurs NAP qui partent les premiers**

**PENDANT LA COURSE**: l'autorisation de course est donnée jusqu'à un débit de 1400 m<sup>3</sup>/s. Au-delà de ce débit, l'organisateur serait contraint d'annuler la manifestation.

- ⇒ La navigation est interdite jusqu'au pont de la Guillotière (pont n° 9). Au-delà, nagez RIVE GAUCHE
- ⇒ Les nageurs veilleront aux dangers éventuels liés à la présence d'objets flottants ou immergés sur le parcours, au courant (piles de pont, balise) ou aux bateaux.
- ⇒ Les nageurs en difficultés ou souhaitant abandonner **se signaleront en levant le bras à l'attention des bateaux de sécurité**. Ils seront, soit amenés sur la rive où ils seront pris en charge par un véhicule, soit ramenés à l'arrivée.
- ⇒ **Après 1h30 de course, les participants n'étant pas arrivés au pont Pasteur seront pris en charge par les bateaux. Durée maximale dans l'eau : 2 heures**

**APRES LA COURSE**:

- ⇒ Poste de secours à disposition des participants.
- ⇒ Collation offerte (café, thé, chocolat, jus fruit...)
- ⇒ Douches et vestiaires à la cité scolaire internationale.

**RESULTATS ET REMISE DES PRIX**: A partir de 13h00 à la cité scolaire internationale – Apéritif offert.

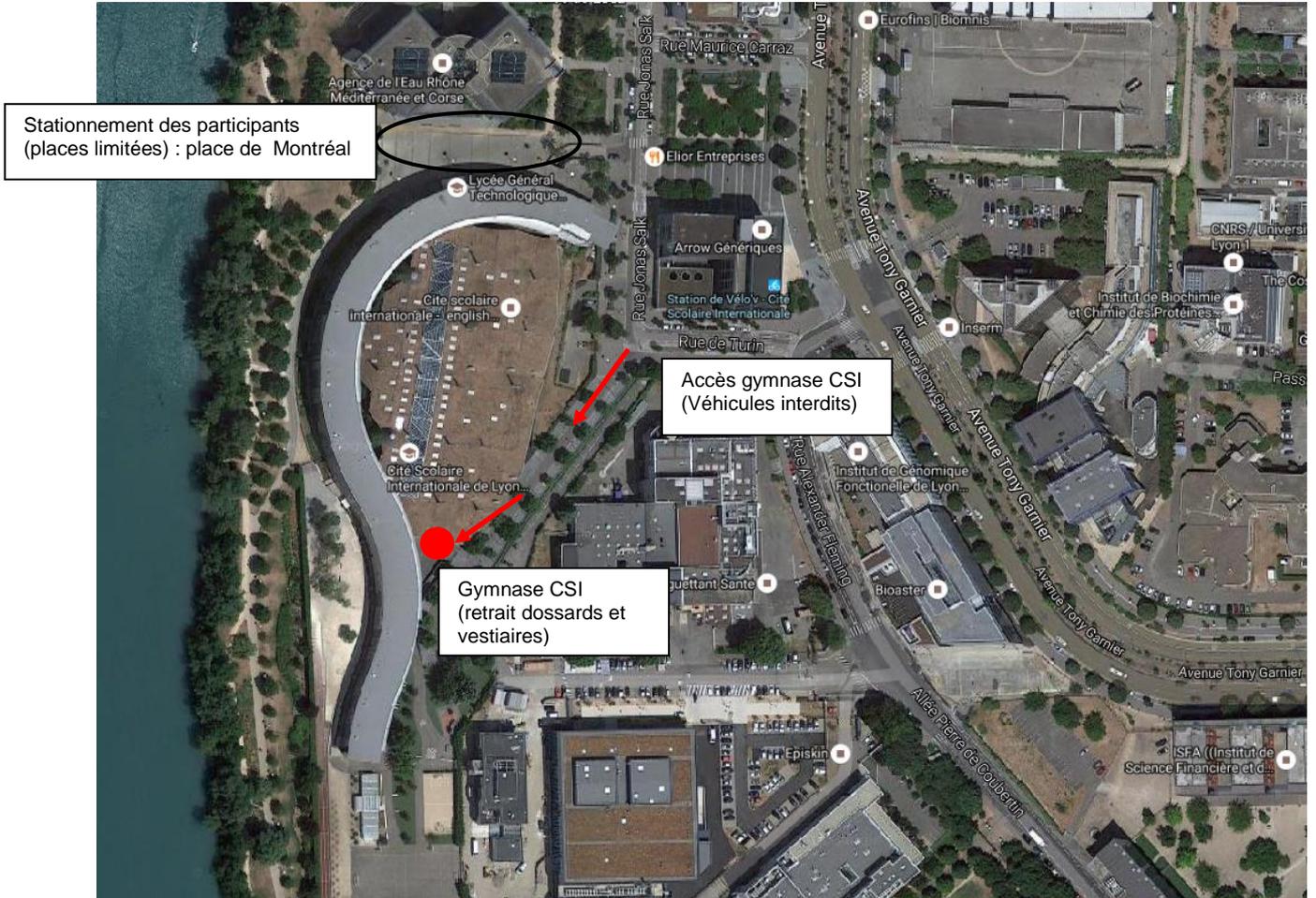
**Afin d'assurer la sécurité de la manifestation, l'organisateur se réserve la possibilité d'annuler la course au dernier moment sans remboursement des frais d'engagement.**



Club Thalassa Lyon Plongée  
39<sup>ème</sup> traversée de Lyon à la nage avec palmes

## Accès à la cité Scolaire Internationale

2 place de Montréal 69007 LYON





## Parcours





Club Thalassa Lyon Plongée  
39<sup>ème</sup> traversée de Lyon à la nage avec palmes

## **Nos coordonnées**

**Adresse**

Club Thalassa Lyon Plongée  
NAP 2019  
3 rue Jouffroy d'Abbans  
69009 LYON

**E-mail**

[traverseelyon.nap@free.fr](mailto:traverseelyon.nap@free.fr)

**Site Internet**

<http://traverseelyon.nap.free.fr>

ou

<http://subacom.thalassalyonplongee.fr>



#### Actions *Solidairement Vôtre*

- Marche solidaire
- Financement d'une socio-esthéticienne (12 000€/an)
- Distribution de boîtes de produits cosmétiques offertes aux patientes en cours de traitement.
- Organisation de café Viennois 1fois par mois

Plus d'infos sur le site  
<http://solidairement-votre.fr/>

#### Origine du nom

Palmer, c'est ce que font les plongeuses et plongeurs.

Pour Elles, car cette maladie touche une femme sur 8 à 9, et donc presque toutes les femmes ou leur entourage.

#### Pourquoi le Rose

Le Rose, couleur du dépistage et de la lutte contre le cancer du sein.

#### Contact

[palmerpourelles@gmail.com](mailto:palmerpourelles@gmail.com)

Suivez nous sur Facebook !

**Palmer pour Elles** est née de la rencontre de deux associations :

- *Solidairement Vôtre*, association Viennoise d'aide aux patientes ayant un cancer du sein
- *Sub Aqua Gone* (SAG), club de plongée de Caluire et Cuire

Après une « marche solidaire » organisée par *Solidairement Vôtre* pour informer, parler, se rencontrer autour du dépistage et du traitement du cancer du sein, les filles du SAG présentes à cette marche se sont demandées : Que pouvons-nous faire, « nous plongeuses », pour prolonger cette action ?



De cette rencontre, et d'un « Pourquoi ne pas descendre le Rhône en Rose. » est née

**Palmer pour Elles**

Une idée, une envie, des actions...

**Palmer pour Elles** sera présente pour la 3ème année consécutive à la 38<sup>ème</sup> *Traversée de Lyon à la nage avec palmes* en janvier 2018. Du Rose, de la bonne humeur, des amis, un peu d'effort pour une belle réussite avec la participation du *Sub Aqua Gone* et de tous les autres nageurs.

La suite, être plus nombreuses et nombreux pour en parler toujours plus, de manière joyeuse.

Récupérer des dons pour aider les femmes malades grâce à *Solidairement Vôtre*

La Traversée de Lyon à la nage mais aussi palmer en rose à Miribel, en Bourgogne ou ailleurs!

