2e édition - CIRCUIT NATIONAL EAU FROIDE 2027

1. Règlement applicable aux épreuves du circuit national Eau froide

Le règlement spécifique de la nage en eau froide 2026-2027, les règles sportives de la FFN, de la World Aquatics et de l'IISA sont applicables.

Exception au règlement de l'IISA : La température de l'eau maximale pour une compétition FFN en eau froide est de 14°C.

2. Déroulement

Un circuit composé de 3 étapes labellisées inscrites au calendrier national. Les dates des étapes sont protégées.

Etape 1	**Sword Swimming (Hermanville)**	**24 janvier 2027**
Etape 2	**Ice Swimming Bréhec (Plouha)**	**14 février 2027**
Etape 3	**Défi du lac bleu (Morillon)**	**20 -21 mars 2027**

3. Les catégories d'âge et leurs spécificités

L'âge minimum requis pour participer à la compétition est de 18 ans révolus à la date de l'événement.

- Junior 3 : 18-19 ans (2009– 2008)
- Sénior : 20 ans et + (né en 2007 et avant)
- Maitres 1 : 35 - 49 ans (nés entre 1992 et 1978)
- Maitres 2 : 50 ans et + (nés en 1977 et avant)

Par exception, pour les nageurs(ses) de 16 ans révolus à la date de l'évènement* et ayant satisfait aux obligations médicales, une demande de dérogation pour les distances inférieures ou égales à 500m peut être formulée au directeur technique national (dtn@ffnatation.fr).

**Une autorisation du représentant légal est obligatoire pour les personnes mineures.*

Sur dérogation :

- Junior 2 : 16-17 ans (2011 – 2010)

Les Juniors 2 ne sont autorisés à participer qu'aux épreuves de 500m et moins.

Le règlement particulier de chaque organisateur peut être plus restrictif.

4. Prérequis sportifs

Pour participer à une épreuve d'endurance (épreuve ≥ 500m), chaque nageur doit pouvoir attester de sa participation antérieure à une course de nage en eau froide d'une distance minimale.

L'épreuve probatoire doit avoir été réalisée lors d'une précédente compétition de nage en eau froide dans les 12 mois précédent l'épreuve.

- 1000 m : avoir terminé une course d'une distance minimale de 450 m
- 500 m : avoir terminé une course d'une distance minimale de 200 m
- 200 m et 250m : avoir terminé une course d'une distance minimale de 100 m

5. Temps limite

Pour des raisons de sécurité, les épreuves d'endurance sont soumises à un temps limite. Une fois ce temps écoulé, tout nageur n'ayant pas effectué la totalité de la distance de l'épreuve sera arrêté sur décision du juge arbitre en chef.

Les temps limites préconisés :

- 1000 m :
  - si température ≥ à 5,1°c un temps de 30 minutes maximum ;
  - si température ≤ 5°C un temps de 22 minutes maximum.
- 500 m : 15 minutes maximum
- 200 m et 250m : 6 minutes maximum

L'organisateur se réserve le droit de modifier ces temps en fonction des conditions de pratique et de la température de l'eau.

6. Engagements

Ils devront être faits sur la plateforme FFN - Eau Libre : https://www.ffneaulibre.fr/

Les non-licenciés devront s'acquitter d'une licence FFN Compétition en ayant coché la case « je pratique la nage en eau froide », ou Eau Libre Promotionnelle au moment de leur première inscription.

7. Equipement du nageur

Le nageur est autorisé à porter :

- Un seul maillot de bain standard homologué, qui ne peut descendre sous les genoux. Pour les femmes, la surface du corps recouverte par le maillot de bain ne peut aller au-delà des épaules, il ne doit recouvrir ni les bras, ni le cou.
- Une seule paire de lunettes. Les lunettes-masques sont autorisées à condition qu'elles ne recouvrent que les yeux.
- Un seul bonnet de bain standard en silicone ou en latex.
- Des bouchons d'oreille et un pince-nez.

Le graissage n'est autorisé que pour prévenir les brulures au niveau des épaules pour les femmes. Néanmoins, il est strictement interdit en piscine.

Pour les épreuves en bassin une ceinture de sécurité (sans bouchons d'aide à la flottaison) est obligatoire (non fourni par l'organisateur). Elle doit être en tout temps visible et ne doit pas être recouverte par le maillot de bain.

Pour les épreuves en milieu naturel, la ceinture de sécurité et l'utilisation d'un système de sécurité individuel gonflable est obligatoire.

L'utilisation d'appareils connectés (ou non) pour mesurer la distance parcourue ou la température de l'eau n'est pas autorisée.

8. Attribution des points pour le classement général du circuit national eau froide

Les nageurs marquent les points attribués dans chaque épreuve au classement dames et au classement messieurs selon la température de l'eau.

Place	Eau glacée (0 à 5.0°C)			Eau froide (5.1 à 10°C)			Eau fraiche entre 10.1 et 14 °C		
	1000m	**500m**	**200m**	**1000m**	**500m**	**200m**	**1000m**	**500m**	**200m**
1er	25	20	15	22	17	12	19	14	9
2ème	23	18	13	20	15	10	17	12	7
3ème	20	16	11	17	13	8	15	10	5
4ème	18	14	9	15	11	6	13	8	3
5ème	17	12	7	14	9	4	11	6	1
6ème	16	10	5	13	7	2	10	4	1
7ème	15	8	3	12	5	1	9	2	1
8ème	14	6	1	11	3	1	8	1	1
9ème	13	4	1	10	1	1	7	1	1
10ème	12	2	1	9	1	1	6	1	1
11ème	11	1	1	8	1	1	5	1	1
12ème	10	1	1	7	1	1	4	1	1
13ème	9	1	1	6	1	1	3	1	1
14ème	8	1	1	5	1	1	2	1	1
15ème	7	1	1	4	1	1	1	1	1
16ème	6	1	1	3	1	1	1	1	1
17ème et suivants	5	1	1	2	1	1	1	1	1

Pour les distances non standard les points marqués sont ceux de la distance standard inférieure.

9. Méthodes de calcul retenue pour établir le classement du circuit national eau froide 2027

Un nageur peut disputer autant d'épreuves qu'il le souhaite dans une même étape.
Pour autant, seuls les points correspondant à son meilleur classement sur l'ensemble des épreuves qu'il aura disputées lors de l'étape sera retenu pour l'attribution des points.
Pour concourir au classement final du circuit national eau froide, chaque nageur (se) totalisera les points obtenus sur les étapes auxquelles il (elle) a participé.
Le nombre de points obtenus déterminera l'ordre du classement final.

10. Récompenses du circuit national eau froide 2027

A la fin du circuit il sera établi un classement dames et messieurs.

Les premier(e)s du classement toutes catégories recevront un prix.

Les premier(e)s du classement Juniors recevront un prix.