



Règlement de la Plongée Sportive en Piscine (PSP)

D'après le texte officiel CMAS

1. OBJET DU REGLÈMENT

L'esprit de la Plongée Sportive en Piscine ou P.S.P., au travers de son Règlement, a pour finalité d'atteindre les objectifs suivants:

- Développer une nouvelle modalité sportive de compétition au sein des Activités Subaquatiques.
- Promouvoir les activités subaquatiques dans les régions de l'intérieur.
- Générer un niveau optimal et intégral d'entraînement des pratiquants, grâce à la pratique sportive des techniques des activités subaquatiques.
- Dynamiser les activités en piscine, en servant de motif de rencontre et de loisirs entre les licenciés et les amateurs des Activités Subaquatiques.

2. DÉFINITION

PSP ou Plongée Sportive en Piscine se définit comme: « L'ensemble d'épreuves subaquatiques individuelles ou d'équipes à caractère compétitif et réglementées, se déroulant dans une piscine (milieu permanent, non fluctuant,).»

C'est un sport à part entière, institutionnalisé. Il regroupe des activités physiques et mentales soumises à des règles avec un esprit de compétition et un caractère ludique.

3. ÉPREUVES

Actuellement 6 épreuves sont décrites dans le présent règlement: 4 individuelles et 2 par équipe.

- Épreuves Individuelles

- Épreuve M 200 ou 300 mètres.
- Chrono Immersion 100 mètres.
- Scaphandre Nocturne.
- Emersion 6 Kg.

- Épreuves d'Equipe

- 50 mètres Échange d'embout. (Interdite en France)
- Combiné.

La CMAS propose une gamme plus importante d'épreuves, peu pratiquées en Championnat.

- 200m – 400m – 800m Immersion
- Distance Temps Consommation (DTC)
- Relais : 2 X 100 m ou 2 X 200m Immersion
- Secourisme : Mannequin 2 X 100m – Plongeur fatigué 2 X 100m
- Briefing

Les organisateurs choisissent parmi cette liste, les épreuves de leur compétition.



Equipements, matériels et uniformité :

Tous les équipements individuels doivent être des produits manufacturés spécifiques à la plongée (à l'exception du maillot de bain) et ne doivent présenter aucune modification.

Equipement obligatoire :

- Maillot de bain pour les hommes et maillot « une ou deux pièces » pour les dames
 - Masque de plongée
 - Tuba pour l'épreuve du 300m (ou 200m)
 - Palmes de plongée
 - Combinaison de plongée complète minimum 3 mm (pas de shorty)
 - Ceinture de plongée lestée de 2 kg minimum
 - Détendeur deux étages avec « octopus » et manomètre.
 - Bouteille de plongée air comprimé de 10 à 18 litres
- L'utilisation d'un air enrichi est absolument interdite. (Disqualification immédiate)

Equipement optionnel :

- Gants, montre, capuche, chaussons.

Catégories d'âges

Comme les pays des fédérations adhérentes à la CMAS ont des réglementations particulières pour la pratique de l'apnée, la plongée scaphandre et la nage avec palmes.... la notion d'âge n'est abordée que pour les championnats du monde : l'âge minimum est de 18 ans.

Dans les compétitions nationales, les fédérations sont libres d'adopter les catégories d'âges qu'elles souhaitent, en fonction de leur réglementation particulière.

Niveau Technique

Il est admis que le niveau technique des participants est le : « Plongeur CMAS★ ».