

LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SAUVETAGE ET DE SECOURISME PRÉSENTE

# CHAMPIONNATS DE FRANCE SAUVETAGE SPORTIF N1 & CHAMPIONNAT DE FRANCE MILITAIRE

**ENTRÉE LIBRE**

PISCINE OLYMPIQUE **ANGELOTTI**  
MONTPELLIER | 31 - 2 2023  
MARS AVRIL



Scan me

DIRECT LIVE  
INFO SUR FFSS.FR  
& AQUALOVE.FR



# SOMMAIRE

ÉDITOS.....	3
CONTEXTE GEOGRAPHIQUE.....	6
LE CLUB ORGANISATEUR.....	8
LA F.F.S.S .....	9
LES CHAMPIONNATS DE FRANCE DE SAUVETAGE SPORTIF N1 EAU PLATE.....	10
LIEU ET PLAN D'ACCES .....	11
PLAN GENERAL ET REGLE SANITAIRE.....	13
DATES DES ENGAGEMENTS .....	15
LE PROGRAMME .....	15
VILLAGE DE LA P.O.A.....	20
PANIER REPAS .....	21
RETRANSMISSION LIVE DE L'ÉVENEMENT .....	23
SE LOGER .....	23
PARTENAIRES INSTITUTIONNELS .....	25
PARTENAIRES PRIVÉS .....	26
CONTACTS.....	27

# ÉDITOS



## **BERNARD RAPHA**

Président de la F.F.S.S  
(Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme)

*L'édition 2023, les championnats de France Eau plate de nationale 1 et des championnats de France militaire se dérouleront à Montpellier du 31 mars au 2 avril.*

*Nous connaissons les qualités de la magnifique piscine Olympique ANGELOTTI propices à la haute performance, ce qui permettra aux quelques 350 athlètes de s'exprimer dans les meilleures conditions.*

*Un grand merci à « Montpellier Méditerranée Métropole », à son président, à ses services ainsi qu'aux personnels de la piscine pour, cette mise à disposition.*

*Par ailleurs, nous savons pouvoir compter sur l'organisation toujours exceptionnelle du club d'AQUALOVE Sauvetage, sur la gentillesse et l'efficacité de ses bénévoles, ainsi que sur l'expertise des juges et officiels de la fédération afin que les athlètes soient mis dans les meilleures conditions de courses.*

**Bernard Rapha**



**Patrick Tomberli & François Migayrou**  
Co-présidents du club AQUALOVE  
SAUVETAGE

*Sauveteurs, sauveteuses, civils & militaires, mineurs & majeurs, filles & garçons, femmes & hommes :*

*Vous êtes les véritables acteurs de ce magnifique spectacle que vous allez nous donner lors de cette édition 2023 des championnats de France N1 de sauvetage sportif et Championnat de France Militaire (CFM).*

*Soyez donc les bienvenus à Montpellier, et soyez-en remerciés !*

*Que le soient également bien sûr :*

- la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme (FFSS) pour sa confiance renouvelée, pour la 3ème année consécutive,*
- Montpellier Méditerranée Métropole pour la disponibilité de ce complexe sportif envié de tous, la Piscine Olympique Angelotti (POA)*
- et l'ensemble de nos bénévoles, secouristes et salariés impliqués dans toute cette organisation, bases incontournables du bon fonctionnement de l'événement.*

*Place à la compétition !*

**Patrick TOMBERLI & François MIGAYROU**



**Adjudant-chef XAVIER COLOMBA**

Manager des équipes de France militaire de natation

Conseiller Technique Militaire

Moniteur-chef EPMS

LMA - BA – BDS

*Pour notre 3eme édition, le Championnat de France Militaire (CFM) de sauvetage sportif 2023, eau plate, aura lieu du 31 Mars au 2 Avril 2023. Cette année encore notre CFM sera mutualisé avec celui de la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme (FFSS), gage de qualité et de haut niveau. Persuadé que le club Aqualove sauvetage de Montpellier s'aura démontrer une nouvelle fois ses grandes qualités d'organisateur.*

*L'année 2022 fut dense et riche pour le sport militaire et plus particulièrement en sauvetage sportif. Elle a permis de tisser des liens encore plus fort avec la FFSS :*

*En 2022 nous avons pu construire la toute première Équipe de France Militaire (EFM) de Sauvetage sportif, mélangeant nos meilleurs sportifs militaires d'active et quelques-uns des meilleurs sauveteurs civils sous contrat de réservistes. Cela a permis de développer des échanges de cultures, des apprentissages techniques et d'améliorer nos performances sportives.*

*Nous avons pu ainsi inscrire une équipe complète au championnat du monde militaire de sauvetage sportif qui a eu lieu du 7 au 14 juin 2022 à Amsterdam. Les résultats ont dépassé nos espérances avec 45 médailles dont 21 en or !*

*Enfin, en décembre, pour la première fois, 2 sauveteurs ont pu bénéficier d'un contrat professionnel avec la défense en tant que sportif de haut niveau (SHND) : Margaux Fabre et Kévin Lasserre.*

*L'année 2023 doit être une année de consolidation et développement de notre championnat et pourquoi pas de proposer l'organisation d'un championnat du monde militaire en France en 2024...*

XAVIER COLOMBA

## CONTEXTE GEOGRAPHIQUE



7ème ville de France, terre du Sud, ville de trésors patrimoniaux et contemporains, Montpellier est un carrefour méditerranéen, une destination de caractère et d'exception.

Cité aux origines médiévales dont les ruelles du centre-ville, la Place de la Comédie, la faculté de médecine, ou encore la place royale du Peyrou, séduisent les visiteurs du monde entier, c'est aussi une métropole moderne, ouverte sur l'architecture, les sciences, la culture contemporaine et les loisirs.

Montpellier dispose également de bien d'autres atouts. Un territoire préservé, composé de paysages variés entre mer à 11km, vigne et montagne.

Une douceur de vivre typiquement méditerranéenne. Une gastronomie et des vins gorgés de soleil. Des manifestations culturelles et sportives d'exception...

Lien vidéo de présentation de notre superbe ville de Montpellier

[Au coeur de Montpellier](#)



Si vous aimez la plage et tout autant la nature, si vous adorez les vieilles pierres ou préférez les jolies villes, si vous êtes gourmands et curieux : alors, bienvenue en Occitanie!

Troisième plus vaste région de France avec ses 72 724 km<sup>2</sup>, notre région en possède tous les trésors, les charmes, les goûts.

Ici, vous aurez la montagne dans toute sa splendeur, les plages et espaces naturels préservés, des villes et villages de caractère et une gastronomie portée par des produits nobles.

Avec en plus la douceur de vivre, le "savoir prendre son temps", et l'authenticité des gens qui vous accueillent en nos nombreux territoires.

Découvrez la région Occitanie via ce lien vidéo :

[Destination Occitanie](#)

## LE CLUB ORGANISATEUR

Suite aux éditions de 2021 et 2022, AQUALOVE SAUVETAGE a de nouveau été sollicité pour l'organisation des championnats de France N1 et championnat militaire de sauvetage sportif 2023. *Après une saison sans interruption sportive entre les divers championnats, cette année 2023 ne présage que de bonnes conditions pour de bonnes performances sportives.*

Depuis sa création en 2005, le club a toujours su évoluer tout en gardant ses **valeurs d'entraide, de volontarisme, de partage et surtout son caractère familial.**

AQUALOVE SAUVETAGE compte une **section opérationnelle**, un **centre de formation** et bien sûr une **section sportive**.

Au cœur du département de l'Hérault, les différentes sections d'AQUALOVE SAUVETAGE sont présentes sur de **nombreux évènements**, et cette année également sur les **dispositifs vaccination et les missions covid (50 400h au total sur la saison 2020-2021)**

Le centre de formation et notre équipe de moniteurs forment près de **1 200** enfants et adultes par an aux gestes qui sauvent à travers différentes formations (PSC1, PSE1, PSE2). Le club permet également d'obtenir le **diplôme d'état** du Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique (BNSSA).

La section sportive du club participe aux compétitions FFSS locales pour les plus jeunes et aux compétitions nationales et internationales avec sa team Elite composée de plus de 40 athlètes de niveau national et international.



# LA F.F.S.S

La **Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme** créée en 1899, regroupe les associations ayant pour objet l'organisation, la promotion du secourisme et du sauvetage sportif. La FFSS, est reconnue d'utilité publique par le ministère de l'intérieur dans le cadre de la formation aux métiers du secourisme et par le ministère des sports pour la promotion et le développement du sauvetage sportif.

La Fédération est basée sur **4 piliers** transversaux :

## LA FORMATION

Leader dans le domaine de la formation aux diplômes professionnels du sauvetage, les 400 structures sont à l'écoute dans tous les domaines terrestres et aquatiques pour le grand public ou les professionnels.

## LE SAUVETAGE SPORTIF

Le Sauvetage Sportif, est une pratique importée d'Australie et connue sous le nom de « SURF LIFE SAVING ». Le sauvetage sportif c'est l'apprentissage d'une discipline sportive mais aussi de la citoyenneté et du respect de l'environnement. Le sauvetage sportif est une discipline reconnue de haut niveau.

## LA SECURITE CIVILE

La FFSS association agréée de Sécurité Civile intervient partout en France pour toutes les missions de Sécurité Civile. Elle dispose de moyens humains et matériels partout en France pour venir secourir ou assister la population.

## JEUNESSE SPORT SANTE SAUVETAGE

La FFSS est garante du projet éducatif bâti par son fondateur : participer et promouvoir l'esprit et le rôle des sauveteurs dans la vie de tous les jours en développant le sens civique de l'acte.



## LA FFSS EN CHIFFRES

- **50000** licenciés en 2020
- **63** Comités Départementaux
- **11** Ligues Régionales
- **361** clubs

# LES CHAMPIONNATS DE FRANCE DE SAUVETAGE SPORTIF

## EAU PLATE N1 ET MILITAIRE

Les **Championnats de France N1 de sauvetage** est la compétition de référence en piscine.

Ils se dérouleront à la **piscine olympique Angelotti de Montpellier du 31 mars au 02 avril 2023**.

Cette compétition permettra une première détection **pour les effectifs de l'équipe de France juniors et séniors pour les prochains championnats d'Europe en Pologne et Belgique qui auront lieu respectivement en août et septembre 2023**.

Cette compétition regroupe les Championnats de France des catégories cadets à séniors licenciés à la F.F.S.S. dans un Club sur l'ensemble des épreuves individuelles : 200m obstacles, 50m mannequin, 100m combiné, 100m mannequin palmes, 100m bouée tube, 200m super sauveteur ainsi que les épreuves relais : SERC, relais 4x25m mannequin, 4x50m obstacle, relais corde, 4X50m relais tube et Relais mixte

### **Sélections Individuelles :**

Seront sélectionnés pour une épreuve les sauveteurs se trouvant dans le **ranking jusqu'à la 24<sup>ème</sup> place** (incluse) de cette dernière (hormis les sportifs listés qualifiés d'office). Les qualifications devront être réalisées entre **le 03 octobre 2022 et le 19 mars 2023**.

Les temps devront, obligatoirement, être réalisés sur des compétitions inscrites au calendrier National de la F.F.S.S.

Les membres des collectifs France sont qualifiés automatiquement sur ces Championnats.

Si un club présente un (ou plusieurs) sauveteur étranger, ce sauveteur aura les mêmes obligations de qualification que les Français, mais ne pourra prétendre à aucun titre de Champion de France. L'accès aux finales de ces participants sera limité au nombre de 2 par finale A et B confondues.

Seule une sélection nationale étrangère pourra participer à ces Championnats sur invitation de la FFSS.

**Pour les championnats de France militaires, les inscriptions se font directement auprès de l'adjutant-chef Xavier COLOMBA :**

**[francemilitairenatation@gmail.com](mailto:francemilitairenatation@gmail.com)**

## Sur classement :

Les cadets ne peuvent pas être sur classés en Juniors.

Les Cadets et Juniors peuvent prendre part aux épreuves seniors et ne pourront pas, à ce moment-là, concourir dans les épreuves de leur catégorie. Ils seront dans l'obligation de réaliser les critères de qualification sénior. **Pour ce type d'engagement, il faut contacter IMPÉRATIVEMENT la commission sportive !**

## Relais

Possibilité d'engager **une équipe** de relais par sexe et par club dans chaque épreuve. Les relais seront courus toutes catégories confondues.

Pour prendre part aux relais, chaque compétiteur devra obligatoirement avoir réalisé **au moins un ranking** dans une épreuve N1 ou N2.

## LIEU ET PLAN D'ACCES



### Piscine olympique Angelotti (anciennement Antigone)



#### ADRESSE

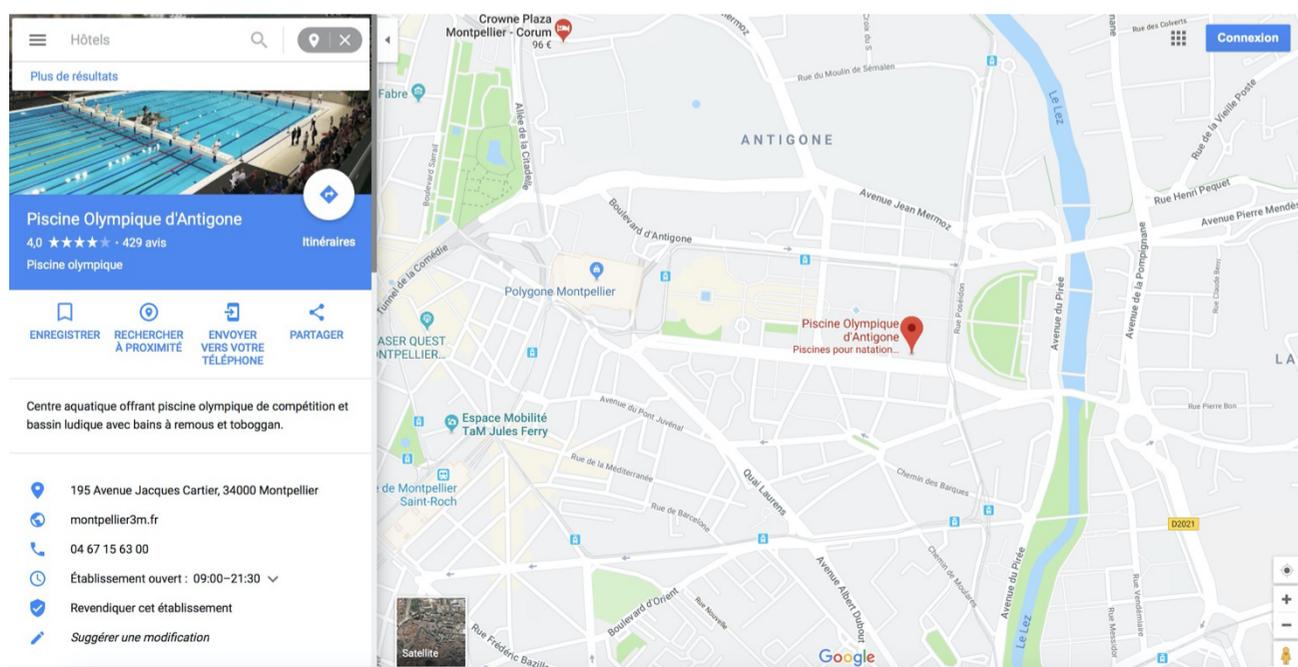
195, av. Jacques Cartier  
Montpellier



#### ACCÈS

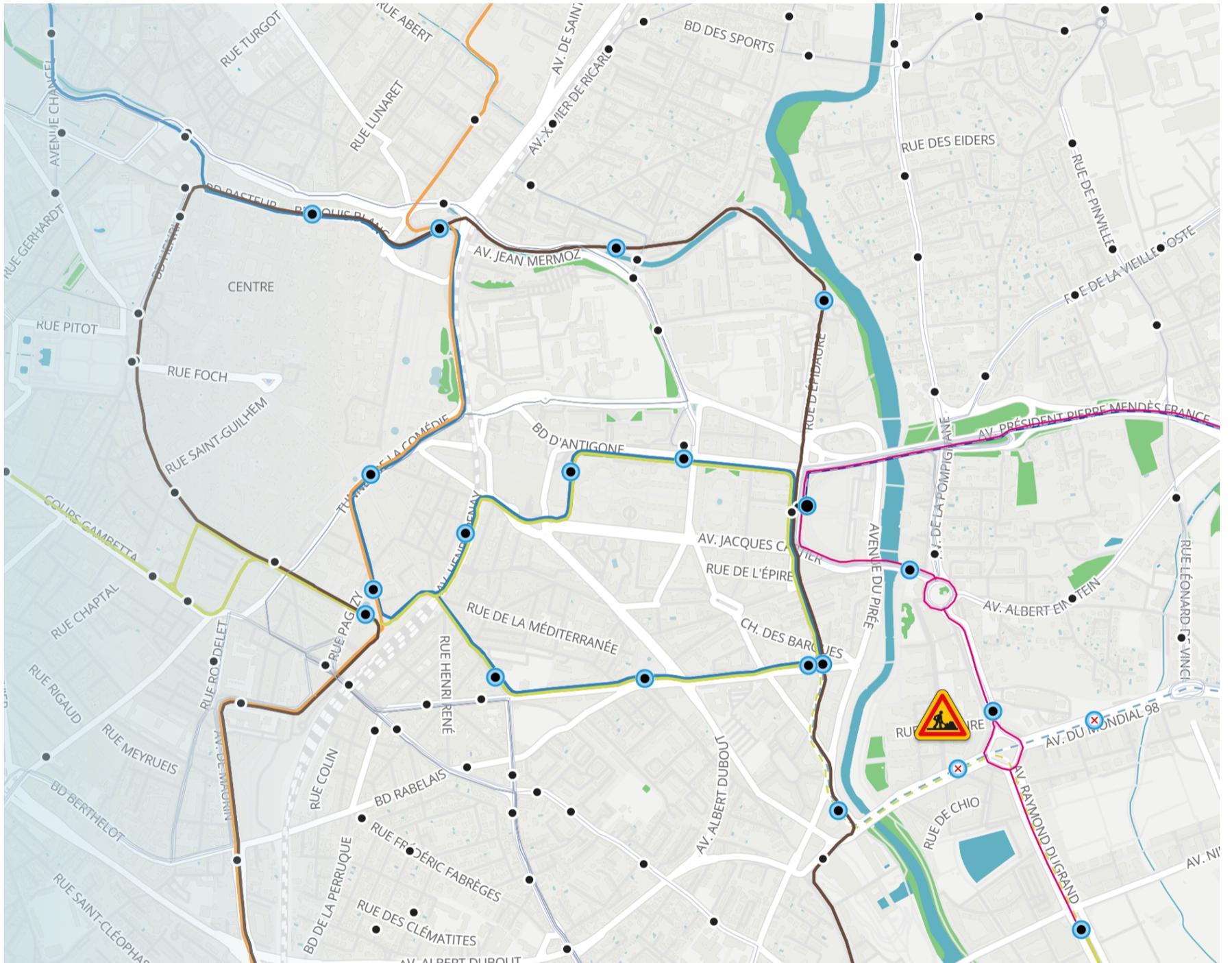
Tram lignes 1 et 4,  
Station  
« Place de l'Europe »

Bus TaM n°9 et 37,  
arrêt  
« Place de l'Europe »



# PLAN DU RESEAU DE TRANSPORT EN COMMUN

<https://www.tam-voitures.com/index.asp>



## UN EVENEMENT ECO-RESPONSABLE



À toute échelle, la rencontre sportive contribue à la création de valeurs, d'émotions et de mobilisations pour l'ensemble des personnes présentes à l'évènement (organisateur, sportifs, spectateurs, officiels...).

Cependant, comme toute activité humaine, elle peut avoir des effets négatifs sur l'environnement qu'il apparaît indispensable a minima de réduire, voire même d'inverser. En effet, le dérèglement climatique et la perte de biodiversité générés par les activités humaines sont sans précédent. Les conséquences sur les écosystèmes qui nous permettent de vivre risquent d'être irréversibles. Si nous voulons limiter les conséquences de ces dérèglements sur nos activités y compris sportives, nous devons préserver l'environnement.

En effet, au-delà du spectacle que constituent les championnats de France N1, lieu de rencontres et de partages, les organisateurs et athlètes présents ont un devoir d'exemplarité.

Dans une démarche d'amélioration continue, en tant qu'organisateur nous nous engageons à tout mettre en œuvre pour atteindre d'ici 2025 les objectifs de la charte « 15 engagements écoresponsables des organisateurs d'événements sportifs à horizon 2024 » publiée par le ministère du sport et des jeux olympiques et paralympiques.

Action de la FFSS et d'AQUALOVE SAUVETAGE :

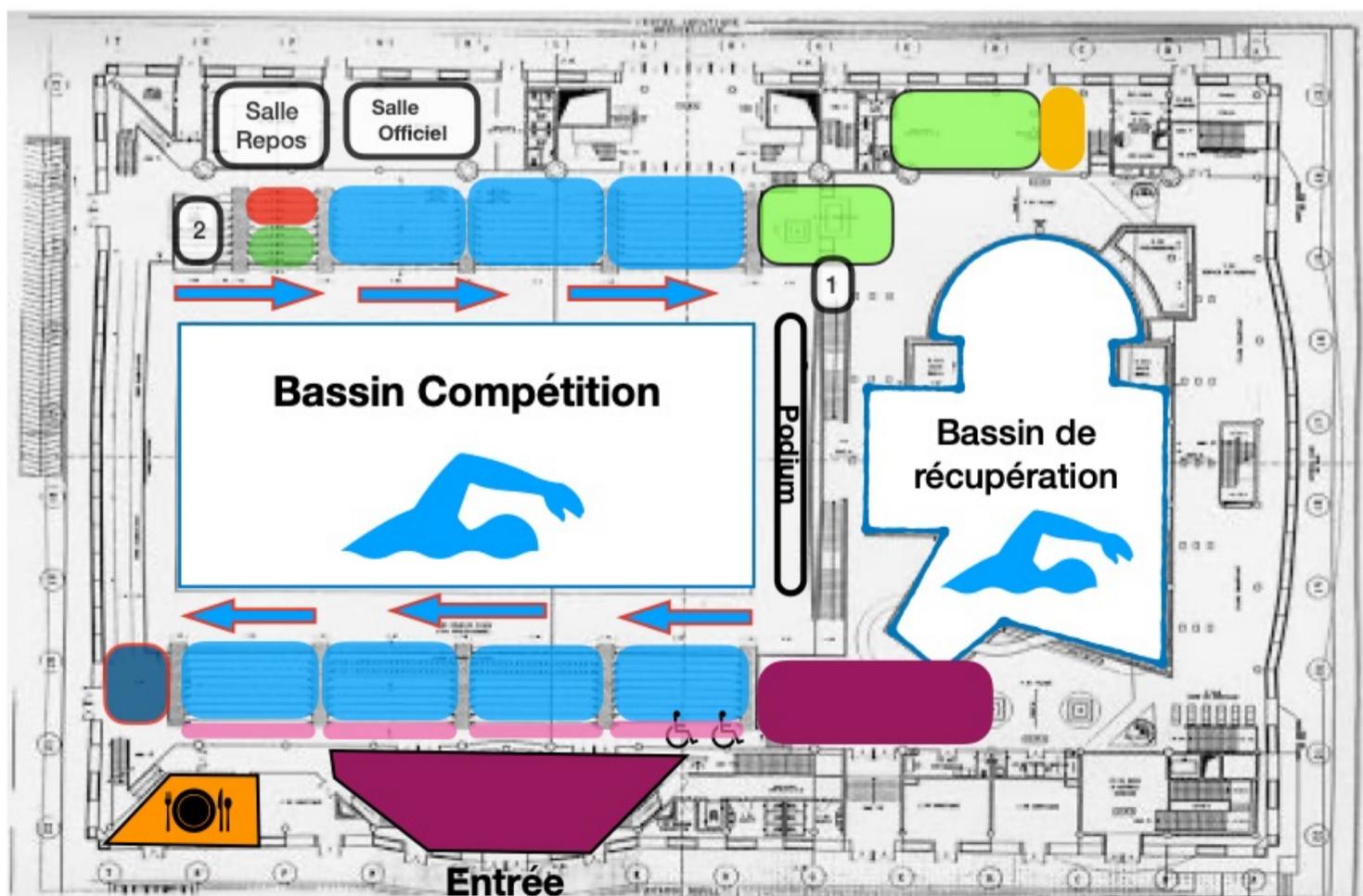
- Réduction des déchets plastique à usage unique (gourde éco-cup, suppressions de petite bouteille en plastique)
- Décors et supports de communication réutilisables
- Travail avec des partenaires alimentaires se fournissant de produits locaux, bio et s'adaptant aux particularités de chacun
- Inciter au Co-voiturage ou l'utilisation des transports en commun auprès des athlètes ou bénévoles.
- Affichage des résultats en live sur site FFSS

# PLAN GENERAL ET REGLE SANITAIRE

Pour le bien de tous et afin de respecter au mieux les règles sanitaires et sécuritaires qui seront en vigueur lors des championnats de France de Sauvetage sportif, nous vous demanderons de respecter les zones et le sens de déplacement ci-dessous. Il sera interdit de faire entrer bouteille en verre, arme ou alcool dans l'enceinte de la piscine. Il sera également interdit de diffuser par le biais de banderoles ou teeshirts, tout message à connotation politique, sexiste, raciste ou ne respectant pas les valeurs issues du règlement intérieur de la FFSS... La mise en place de flammes, banderoles, drapeaux aux couleurs d'une association de sauvetage sera tolérée à condition qu'elle ne gêne pas la visibilité des spectateurs, athlètes, officiels, secouristes et de la retransmission en direct de l'évènement. Sur les podiums nous demandons de respecter chaque club représenté par leur athlète en limitant l'utilisation de drapeau. Le drapeau du club doit couvrir uniquement l'athlète de son club.

A votre arrivée vendredi matin, des bénévoles du club vous indiqueront et vous dirigeront vers les zones réservées aux clubs.

Je vous remercie de respecter les règles sanitaires de l'établissement de bains en lien avec les recommandations ministérielles du moment.



Zone organisation

## Légende

 Tribune athlète

 Sens de circulation (autours du bassin)

 1 Stockage matériel

 Tribune VIP

# DATES DES ENGAGEMENTS

## INSCRIPTIONS DES OFFICIELS

Pour les compétitions nationales, il est demandé à chacun des clubs de fournir à minima un officiel pour chaque journée de compétition (Inscription sur le site des engagements athlètes)

## INSCRIPTIONS DES SPORTIFS

Les clubs devront engager leurs sauveteurs sur l'espace réservé des clubs FFSS, rubrique COMPETITIONS puis ENGAGEMENTS. Ils seront ouverts du **22 mars 2023 au 27 mars 2023**.

Si vous souhaitez plus de renseignements sur le sauvetage sportif, le règlement de la saison 2022-2023 ou cet événement, vous pouvez consulter le memento de la fédération sur le lien suivant :

[Memento/règlement 2023](#)

## LE PROGRAMME

	JOUR 1	JOUR 2	Jour 3
MATIN SERIES	200m OBSTACLES Relais corde (finales) 100m BOUEE TUBE	100m MANNEQUIN PALMES 100m COMBINE Relais mannequin (finales)	50m MANNEQUIN 200m SUPER SAUVETEUR RELAIS MIXTE (finale)
APRES-MIDI FINALES	200m OBSTACLES Relais obstacles 100m BOUEE TUBE <b>S.E.R.C</b>	100m MANNEQUIN PALMES 100m COMBINE Relais tube	50m Mannequin 200m SUPER SAUVETEUR

## Jeudi 30 Mars

**9h-12h** : Mise en place des installations

**15h-19h** : Entraînement des différents clubs de sauvetage de l'hexagone

Sur 3 créneaux pour respecter l'effectif maximum de nageurs par ligne

1. 15h-16h15
2. 16h30 - 17h45
3. 18h - 19h15

**20h00** : Réunion technique sur place ou en Visio

## Vendredi 31 Mars

### MATIN

**6h45** : Ouverture des portes

**6h50 / 7h45** : échauffement

**8h00** : début de la 1<sup>ère</sup> réunion

- 200m obstacles (séries)
- Relais corde (finales)
- 100m bouée tube (séries)

**12h** : fin de la réunion

### APRES MIDI

**14h00 / 14h45** : échauffement

**15h00** : début de la 2<sup>ème</sup> réunion

- 200m obstacles (finales)
- Relais obstacles
- 100m bouée tube (finales)
- SERC et Cocktail d'ouverture

**18h00** : fin de la 2<sup>ème</sup> réunion

## Samedi 01 Avril

### MATIN

**6h45** : Ouverture des portes

**6h50 / 7h45** : échauffement

**8h00** : début de la 1<sup>ère</sup> réunion

- 100m mannequin palmes (séries)
- 100m combiné (séries)
- Relais mannequin (finales)

**12h** : fin de la réunion

### APRES MIDI

**14h / 14h45** : échauffement

**15h00** : début de la 2<sup>ème</sup> réunion

- 100m mannequin palmes (finales)
- 100m combiné (finales)
- Relais tube (finales)

**19h** : fin de la 2<sup>ème</sup> réunion

## Dimanche 02 Avril

### **MATIN**

**6h45** : Ouverture des portes

**6h50 / 7h45** : échauffement

**8h00** : début de la 1<sup>ère</sup> réunion

- *50m mannequin (séries)*
- *200m Super sauveteur (séries)*
- *Relais mixte (finale)*

**12h** : fin de la réunion

### **APRES MIDI**

**14h / 14h45** : échauffement

**15h00** : début de la 2<sup>ème</sup> réunion

- *50m mannequin (finales)*
- *200m Super sauveteur (finales)*

**19h** : fin de la 2<sup>ème</sup> réunion

## Podium :

Les podiums auront lieu à la fin de chaque épreuve (finales).

## Récompense individuelle :

Médailles aux trois premiers hommes et dames pour chaque catégorie et dans chaque épreuve.  
Si un étranger accède au podium, il y aura 2 médailles de la même couleur

## Frais d'engagement :

Les droits d'inscription sont de 5 euros par épreuve individuelle et par relais. Le calcul des frais d'engagements sera effectué au moment de la saisie informatique des engagements. Si ces droits ne sont pas acquittés avant la première épreuve, le club ne pourra prendre part à la compétition. Les forfaits réalisés après l'édition de la startlist seront considérés comme un engagement classique et soumis aux frais d'inscription sauf présentation d'un certificat médical de contre-indication à la pratique.

Un paiement via la plateforme de paiement en ligne Helloasso sera proposé au moment de l'envoi des frais d'engagements par mail. Ce mode de paiement est fortement recommandé.

## Le COMITE DE COURSE

Il aura lieu la veille de la première épreuve à 20h00 : il sera le lieu de la mise en place du jury de la compétition avec les officiels présents. Le règlement des engagements devra s'effectuer à ce moment, faute de quoi, les participants ne pourront pas concourir.

Le Règlement en vigueur est celui de la Commission Sportive.



## ACCUEIL DES CLUBS

Les clubs participants aux championnats de France N1 auront la possibilité de s'entraîner de **15h à 19h00** le jeudi 30 Mars 2023 sous réserve d'inscription préalable via le lien suivant ;

Fin des réservations le **lundi 27 Mars 2023 à 12h00**.



**<https://forms.gle/4qKv4RYdhjWwr3jh9>**

*Le bassin a une profondeur de 3m qui n'est peut-être pas habituelle pour vos sauveteurs. Il est conseillé de venir équiper avec votre matériel, mannequin et bouée tube, de manière à ce que vos athlètes prennent leurs marques sur les prises techniques. **Le matériel de l'organisation ne sera pas disponible pendant la période de cet entraînement.***

**La réunion technique se déroulera en salle de réunion à la piscine olympique Angelotti le jeudi 30 Mars à 20h00 et retransmis en Visio. Le lien vous sera transmis via le site événement dédié aux Championnats de France N1 2023.**

## PROTOCOLE

### VIP

Durant les finales des championnats de France, des places réservées aux VIP (sur invitation) seront proposées afin de profiter des championnats de France de la meilleure des façons.

Des hôtesse se chargeront d'accueillir et de placer les invités. Des boissons seront servies sur demande. Un livret documentaire sur le sport, la description des épreuves sera à disposition.

## **PODIUMS**

L'organisation mettra à l'honneur les différents partenaires (Publics et privés), qui remettront les médailles aux Champions de France et aux athlètes médaillés.

## **BUVETTE**

Une buvette sera ouverte chaque jour à la fin de la dernière épreuve ainsi que pendant le SERC à côté de l'espace kiné afin de partager un moment convivial entre bénévoles, officiels, coachs...

## **VILLAGE DE LA P.O.A.**

Un "village" partenaires sera créé dans la piscine Angelotti afin d'animer l'événement. Ce village sera constitué de stands en lien avec le sauvetage, le secourisme, la sécurité civile et l'armée.

Un stand Oceanperf, partenaire de la fédération proposera tout type de matériel de sauvetage (Bonnet, lunette, maillots, combinaison de natation, goodies...)

Le magazine coureur d'écume (CDC) avec les dernières éditions sera également présent sur un stand.

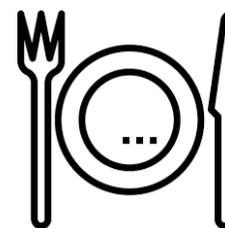
Le stand du club Aqualove Sauvetage avec une vente de goodies ainsi qu'une présentation des divers services que l'association propose.

Un stand de la fédération proposera également leur brochure et formation disponible sur le sauvetage sportif et le secourisme.

## **STAND MASSEUR/KINESITHERAPEUTE**

En collaboration avec l'école de kiné de Montpellier, les masseurs-kinésithérapeutes de la fédération et de la section militaire et Aqualove Sauvetage proposent, aux athlètes, toute une zone dédiée à la récupération lors de ces championnats. La zone sera située à côté du bassin de récupération. Le partenaire UNEO fera également intervenir 2 masseurs/kinésithérapeutes.

## PANIER REPAS



Pour les paniers repas, nous vous proposons lunch & more, service de restauration de la piscine, proposant des plats de qualité et variés fait maison.

Le **LUNCH&MORE** est un concept de restauration de jour spécialisé dans une cuisine de qualité, rapide, variée et FAITE MAISON.

Situé au sein de la Piscine Olympique de **MONTPELLIER**, vous proposant diverses possibilités de restauration allant des sandwiches au plat du jour, avec pour ligne directrice l'utilisation de produits frais et une alimentation intégrant des épices, des sucres lents et des viandes maigres à faible teneur en graisse.

Leur équipe vous accueille avec le sourire dans une ambiance chic et apaisante **AVEC VUE SUR LA PISCINE** pour un service rapide, efficace et de qualité.

### **NOS « 5 » ENGAGEMENTS**

- **UNE CUISINE SAINE AVEC DES PRODUITS BRUTS NON TRANSFORMES INDUSTRIELLEMENT**
- **DES PRODUITS FRAIS, DE SAISON ET AU MAXIMUM ISSUS DE LA PRODUCTION LOCALE**
- **UNE ALIMENTATION EQUILIBREE ET VARIEE - Toutes nos préparations ont une base PROTEINES / FECULENTS / LEGUMES.**
- **UNE DEMARCHE ANTI-GASPI JOURNALIERE**
- **UNE APPROCHE RECYCLAGE ECO-RESPONSABLE**

Pour réserver les repas veuillez contacter le restaurant à :

**[restaurantlunchandmore@gmail.com](mailto:restaurantlunchandmore@gmail.com)**

*Par Tel 0699467475 - demandez Gaëlle ou Eric*

***Commande à passer auprès du restaurateur Lunchandmore  
avant le 24/03/2023***

**Détails des Menus en suivant :**



**SARL CROC AU BAIN**  
 Piscine Olympique Angelotti 165 Avenue Jacques CARTIER - 34 000 MONTPELLIER  
 Tel : 0699467475 email : restaurantlunchandmore@gmail.com  
 Site web : www.lunchandmore.fr



MONTPELLIER, le 06/02/2023

**CHAMPIONNATS de France de SAUVETAGE 2023**

**VOICI NOS PROPOSITIONS DE FORMULES : SUR PRE-COMMANDE UNIQUEMENT**

**PREPARATION PRÊTE A MANGER (CUISINE "MAISON" et FRAICHEUR GARANTIE)  
 DU VENDREDI 31/03/2023 au DIMANCHE 02/04/2023**

PROPOSITIONS	MIDI	MIDI	SOIR (dispo entre 17:30 et 19:30)
	<b>---- OFFICIELS ----</b> - plat chaud - A EMPORTER - <i>(SUR PLACE dédié aux réservations CLUBS et visiteurs - nombre limité)</i>	<b>---- CLUBS / BENEVOLES ----</b> - plat chaud - A EMPORTER -	<b>---- CLUBS ----</b> - plat à réchauffer - A EMPORTER -
<b>ENTREE</b>	SAC COUVERTS 1 SERVIETTE exemples : TABOULE a l'ORIENTALE / SALADE de CRUDITÉS D'HIVER SALADE DE BOULGHOUR & TARTARE DE TOMATES	SAC COUVERTS 1 SERVIETTE exemples : CAROTTES RAPÉES / LENTILLES / MACEDOINE	SAC COUVERTS 1 SERVIETTE exemples : SOUPE MAISON / TABOULE a l'ORIENTALE SALADE DE BOULGHOUR & TARTARE DE TOMATES
<b>PLAT CHAUD</b>	exemples PLAT MAISON : FILET DE POULET AUX OLIVES & RIZ BASMATI / ROUGAIL SAUCISSE / FILET MIGNON avec BRUNOISE DE LEGUMES ET TAGLIATELLES / FRICASSÉ DE SEICHE au CURRY avec légumes WOK	exemples : PATES BOLOGNAISE ou CARBONARA * PATES SAUCE FORESTIERE / GRATIN DE PÂTES AU JAMBON *( fromage rapé inclus)	exemples PLAT MAISON : FILET DE POULET AUX OLIVES & RIZ BASMATI / ROUGAIL SAUCISSE / FILET MIGNON avec BRUNOISE DE LEGUMES ET TAGLIATELLES / FRICASSÉ DE SEICHE au CURRY avec légumes WOK
<b>DESSERT</b>	1 MORCEAU DE PAIN exemples : ECLAIR CHOCOLAT/ TIRAMISU/ PANACOTTA	1 MORCEAU DE PAIN exemples : POMME , CLEMENTINE, BANANE	1 MORCEAU DE PAIN exemples : ECLAIR CHOCOLAT/ TIRAMISU/ PANACOTTA
<b>PV TTC</b>	<b>16,50 €</b>	<b>10,50 €</b>	<b>16,50 €</b>

==> **UN PANIER REPAS RETOUR SERA POSSIBLE LE DIMANCHE POUR LES CLUBS QUI LE SOUHAITENT pour un montant 10,50€ TTC**  
*( 1 PAQUET DE CHIPS +1 SANDWICH GARNI + 1 PATISSERIE type maxi cookie + 1 BOUTEILLE EAU 50cl. )*

**VALIDATION :**  
 MERCI DE NOUS VALIDER CE DOCUMENT AFIN DE POUVOIR FINALISER ET TRAVAILLER SUR LES MENUS DEFINITIFS A PRESENTER DANS VOTRE BOOK  
 NOUS VOUS TRANSMETTRONS EN RETOUR UNE FICHE DEVIS SPECIFIQUE PAR GROUPE IDENTIFIÉ (club, officiel, soir)  
 LE PAIEMENT SE FERA SUR PLACE PAR CB OU ESPECE (PAS DE CHEQUE) APRES CHAQUE PASSAGE OU EN UNE SEULE FOIS LE PREMIER JOUR

**ACCES :**  
**NOTRE ETABLISSEMENT SERA OUVERT DURANT LA COMPETITION (CAFE.. BOISSONS.. SNACK...RESTAURATION)**  
**NOUS SOMMES RELIES DIRECTEMENT A LA PISCINE VIA LE HALL D'ACCUEIL DE LA PISCINE**

Nous nous tenons à votre disposition pour tout complément d'information ou ajustement à adapter sur notre proposition.

Bien cordialement,

Eric & Gaëlle FRANCOIS  
 LUNCH&MORE

## RETRANSMISSION LIVE DE L'ÉVÈNEMENT

Pour suivre l'évènement en direct sur les 3 journées matin et après-midi, rendez-vous sur le site spécialement créé pour l'évènement :

<https://francen1sauvetage.webador.fr>

Ou

<https://ffss.fr>



## PHOTOGRAPHE



Tout au long de l'évènement nos photographes prendront des photos qui seront disponibles sur un lien google via notre site de l'évènement.

Si une personne de votre club veut être présent au bord du bassin c'est possible, il suffit d'envoyer un mail à [nicolas@aqua-love.com](mailto:nicolas@aqua-love.com) afin de préparer une accréditation après avoir renseigné quelques informations.

## SITE INTERNET DE L'ÉVÈNEMENT

[HTTPS://FRANCEN1SAUVETAGE.WEBADOR.FR](https://francen1sauvetage.webador.fr)

## COMMUNICATION AVEC LES ENTRAÎNEURS



WhatsApp Web

<https://chat.whatsapp.com/BUvFWZU5a6zKwCHTeCSvG2>

## SE LOGER

Les hôtels et appart hôtels les plus proches et plus abordables de la Piscine Olympique Antigone :

**Aparthotel Adagioaccess  
Montpellier Centre**

40 Avenue du Petit Train  
34000 Montpellier  
04 99 52 76 10

**Résidence Goélia Sun City**

72 Avenue du Pont Juvénal  
34000 Montpellier  
04 67 13 58 58

**Appart' Hôtel Marianne**

455 Avenue du Professeur Etienne Antonelli  
34070 Montpellier  
04 67 75 19 84

**Appart'hôtel Odalys City Les Occitanes**

Résidence de tourisme  
20 Rue de la République  
34000 Montpellier  
04 67 02 92 50

**Citadines Antigone Montpellier (Apart Hotel  
Montpellier)**

588 Boulevard d'Antigone  
34000 Montpellier  
04 99 52 37 50

**Appart'City Confort Montpellier Millénaire - Appart  
Hôtel**

418 Rue du Mas de Verchant  
34000 Montpellier  
04 67 85 68 90

**B&B HOTEL**

1211 Rue de la Vieille Poste  
34000 Montpellier  
0 892 68 30 42

**Hôtel Campanile Montpellier Centre St Roch**

11 Rue Pagezy  
34000 Montpellier  
04 34 09 13 30

**Best Western Plus Comédie Saint Roch**

6 Rue Jules Ferry  
34000 Montpellier  
04 99 13 33 44

**Hôtel ibis Montpellier Centre Comédie**

Allée Jules Milhau  
34000 Montpellier  
04 99 13 29 99

**Hôtel ibis budget Montpellier Centre Millénaire**

ZAC Blaise Pascal, 25 Rue des Frères Lumière  
34000 Montpellier  
0 892 68 09 04

**Hôtel Suite Novotel Montpellier**

45 Avenue du Pirée  
34000 Montpellier  
04 67 20 57 57

## PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



**MINISTÈRE  
DES SPORTS  
ET DES JEUX OLYMPIQUES  
ET PARALYMPIQUES**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



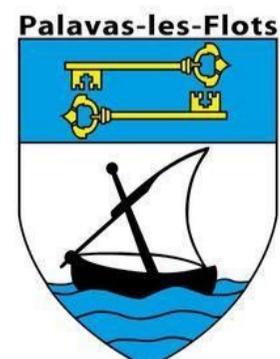
La Région  
**Occitanie**  
Pyrénées - Méditerranée



**MAUGUIO  
CARNON**



**CREPS**  
M O N T P E L L I E R



PARTENAIRES PRIVES



# CONTACTS

## AQUALOVE SAUVETAGE

[contact@aqua-love.com](mailto:contact@aqua-love.com)

04 67 86 60 43



## RESPONSABLE ADMINISTRATIF

Guillaume BERGERON

[guillaume@aqua-love.com](mailto:guillaume@aqua-love.com)

## Responsable championnats de France

Nicolas REVEL

[nicolas@aqua-love.com](mailto:nicolas@aqua-love.com)

06 37 40 27 42



## Fédération

Benoit SUDRET

[benoit.sudret@ffss.fr](mailto:benoit.sudret@ffss.fr)

06 88 92 27 65

Mathieu LACROIX

[sport@ffss.fr](mailto:sport@ffss.fr)