

Dans le cadre du « Protocole de diffusion de l'information concernant les manifestations et événements sportifs » liant la Région Île-de-France, le CROS Île-de-France et les Radios locales signataires, nous avons le plaisir de vous transmettre les informations sur un événement sportif à venir sur le territoire francilien.

La 5e Nage

Vendredi 28 juin 2019

Stade Nautique Chatillon-Malakoff - Châtillon - 92

www.la5enage.com

Descriptif de l'évènement :

La peur de la noyade explique sans doute notre méfiance vis-à-vis de l'apnée aquatique. Dans toutes les piscines du monde occidental on affiche: « apnée libre interdite ». Pourtant, l'homme a des prédispositions naturelles pour cet exercice. Quand il s'immerge, son cœur ralentit automatiquement, le sang rejoint les organes nobles. S'il s'enfonce profondément, sa rate se contracte libérant de l'hémoglobine chargée en oxygène, l'accroissement des pressions partielles de gaz dans le sang fait qu'il a moins envie de respirer... Par ailleurs, sous la surface, la résistance de vague disparaît et le rendement propulsif augmente.

Et si l'on pouvait nager plus vite qu'en crawl, dos, papillon et brasse? Et s'il était possible de performer sans être contraint de remonter en surface avant la bouée des 15 mètres? Et si nager en immersion était plus rapide que de réitérer sans cesse les 4 nages officielles? Tel est le défi lancé à quelques adeptes de la 5e nage fin juin 2019 à Paris.

Cet événement a pour but de légitimer l'émergence d'une 5e nage en immersion (The Fifth Stroke) et de montrer qu'il ne faut pas avoir peur de l'apnée aquatique. Un vivier de jeunes nageurs s'entraîne déjà et sera présent. Et l'espoir d'une mobilisation suffisante pour que soit un jour reconnue officiellement cette 5e épreuve où la règle distinctive sera: « propulsion du corps en surface interdite ». Revenir en surface pour inspirer pourra se faire dans l'amorce du virage. Dans ce premier opus, l'épreuve consistera en un 50m et aura lieu en bassin de 25 mètres (tous les détails de l'épreuve sont sur le site www.La5eNage.com).

La veille, le 27 juin, à l'UFR STAPS rue Lacretelle Paris, de 9h à 18h se succéderont des interventions en amphi destinées à révéler les bienfaits de l'apnée aquatique selon une approche pluridisciplinaire (le programme des interventions est également sur le site). L'entrée est libre.

Informations complémentaires :

Cochez les cases répondant à vos critères

<input checked="" type="checkbox"/>	Entrée libre	<input checked="" type="checkbox"/>	Parking gratuit	<input type="checkbox"/>	Village exposant
<input type="checkbox"/>	Entrée payante :	<input type="checkbox"/>	Parking payant :	<input type="checkbox"/>	Restauration sur place

Horaires et programme :

11h-12h Démonstration de la technique Atlantis
14h-16h Séries et finale des épreuves de 5^e nage

Organisateur :

Université Paris DESCARTES UFR STAPS
Luc Collard
06 07 34 50 09
luc.collard@parisdescartes.fr
www.la5enage.com

Contact presse :

Université Paris DESCARTES UFR STAPS
Luc Collard
06 07 34 50 09
luc.collard@parisdescartes.fr

Les données indiquées dans ce document sont transmises par l'organisateur sous sa pleine et entière responsabilité. L'organisateur autorise le CROS Île-de-France à diffuser les données aux Radios locales signataires, à la Région Île-de-France et aux médias.