



Fédération Française d'Études et de Sports Sous-Marins



Challenge Oxy Jeunes 2ème Edition GRAND EST

Dimanche 29 juin 2025

**Centre Aquatique AquaMM – Neuves
Maisons**



Après une première édition réussie, le Challenge Oxy Jeunes Régional revient en force pour offrir aux jeunes du Grand Est une journée sportive, ludique et pleine de découvertes autour de 7 épreuves passionnantes !

Cette rencontre est qualificative pour le Challenge Oxy jeunes National, qui se déroulera le dimanche 19 octobre 2025 à Mulhouse.

Une occasion unique de se mesurer à d'autres jeunes passionnés, de représenter sa région... et surtout de vivre une aventure collective inoubliable !

☀ Ouvert à tous les jeunes licenciés FFESSM de 8 à 17 ans, y compris les jeunes en situation de handicap.

📧 **Inscription avant le 5 juin 2025 via le formulaire ci-joint.**

<https://www.helloasso.com/associations/comite-regional-grand-est-ffessm/evenements/oxy-jeunes>

🎯 Rejoignez la dynamique jeunes du Grand Est et vivez l'expérience Oxy jeunes !

Pour l'équipe Oxy jeunes GRAND EST

Valérie HEIDT et Thomas ANTH

À qui s'adresse le challenge ?

À tous les jeunes licenciés FFESSM de 8 à 17 ans, qu'ils soient issus de clubs associatifs ou de structures commerciales agréées. Les jeunes en situation de handicap sont les bienvenus, avec un accompagnement adapté si besoin.

Pour participer, il faut :

- Une licence FFESSM à jour
- Un certificat médical valide (épreuve de nage Hawaïenne) ou un questionnaire de santé
- Obligatoire pour la course hawaïenne, être au minimum plongeur de bronze
- Une autorisation pour le droit à l'image

Catégories d'âge :

- Poussins : 8–9 ans (2016–2017)
- Benjamins : 10–11 ans (2014–2015)
- Minimes : 12–13 ans (2012–2013)
- Cadets : 14–15 ans (2010–2011)
- Juniors : 16–17 ans (2008–2009)
- PESH : jeunes en situation de handicap (8 à 17 ans)

Les épreuves au programme :

Épreuve	Pous/Benj	Minimes	Cadets	Juniors
Apnée	3x5 m	5x5 m	8x5 m	10x5 m
Course hawaïenne	12.5 m	25 m	25 m	25 m + parachute
Hockey subaquatique	12.5 m	Slalom 2 plots	Slalom 4 plots	Slalom 6 plots
Tir sur cible	3 tirs (10 pts/cible)	3 tirs (zones à points)	idem	idem
Nage en eau vive	25 m	50 m + esquimautage	idem	100 m + esquimautage à chaque aller-retour
Nage en monopalme	25 m	50 m	idem	100 m
Nage PMT	50 m	100 m	idem	idem

Le saviez-vous ?

Les épreuves sont pensées pour valoriser les capacités physiques, la coordination et l'esprit d'équipe. Les jeunes en situation de handicap réalisent les mêmes épreuves, adaptées à leur autonomie.

Classements & récompenses :

- Un classement individuel filles et garçons par catégorie.

- Qualification au challenge National des 2 premiers de chaque catégorie

☐ Sécurité et encadrement garantis

Chaque épreuve est encadrée par des personnes formées, prêtes à intervenir en cas de besoin.