



## Toulouse Métropole Palmes

Club sportif "Elite" affilié FFESSM

suivez-nous  

[Actualités](#)[Le Club](#)[Inscription](#)[Disciplines](#)[Entraînements](#)[Compétitions](#)[Contact](#)[Accueil](#) » [Compétitions](#)

Partagez     

# Virée Toulousaine 2025

Muret, Lac des Bonnets

 dim 30 Mar 2025

**Discipline:** Nage avec palmes

**Type de compétition:** Eau libre

**Niveau:** Régional

**Organisateur:** Toulouse Métropole Palmes

**LA VIRÉE TOULOUSAINE**

**Dimanche 30 mars 2025**

**Lac des Bonnets à Muret**

**10h 1er départ**

**à 20' de Toulouse**

**1km (open) / 3km / 6km**

**NAGE AVEC PALMES EN EAU LIBRE**

ouvert aux licenciés FFESSM et FFN  
1km ouvert à tous

**www.vireetoulousaine.fr**

Les éléments ci-dessous font office de règlement de la compétition .

## A propos de la Virée Toulousaine

Tout juste 10 ans après la première édition, la Virée Toulousaine change de plan d'eau et se jouera cette année à Muret au Lac des Bonnets (à peine 20' de Toulouse). Sa base de loisirs bien équipée nous permet de vous accueillir dans de belles conditions.

## Programme / Horaires

8h30 • Accueil des compétiteurs / Remise des dossards

9h40 • Debrief sécurité 3km et 6km

**10h00 • Départ 3km et 6km**

10h40 • Debrief sécurité 1km



11h00 • Départ 1km (course open)

12h30 • Podiums

13h00 • Repas

## Matériel / Équipement

**Palmes** (BI palmes ou Monopalme) et **tuba frontal** sont **obligatoires**.

Sont autorisés les bonnets de bain, lunettes, masques et pince-nez. Tout autre accessoire (plaquettes ou pull-buoy...) est interdit.

Les combinaisons, cagoules et gants en néoprène sont autorisées. Les robes ou jupes en néoprène sont interdites. Voir les obligations ou restrictions ci-dessous en fonction de la température de l'eau.

## Température de l'eau

La température sera vérifiée le jour de la course, deux heures avant le 1<sup>er</sup> départ, au milieu du parcours à une profondeur de 40cm.

En dessous de 14°C, le port d'une **combinaison néoprène** est **obligatoire**.

En dessous de 10°C, seules les catégories **seniors** et **masters** peuvent prendre le départ, soit tous les nageurs nés jusqu'au 31/12/2007 inclus.

## Repas

A 13h, un repas est proposé à toutes et tous. La **réservation est obligatoire** et doit être effectuée sur le lien Helloasso.

## Engagement courses

Clôture des engagements le **mardi 25 mars 2025 à 23h59**.

**IMPORTANT** : N'oubliez pas le paiement de vos engagements et du repas dans le même timing.

Votre engagement ne sera valable qu'à la condition de pouvoir présenter au plus tard le jour de la compétition un **Certificat Médical** ou **CACI** (Certificat d'Absence de Contre Indication) daté de moins d'un an au jour de la compétition. Celui-ci devra présenter la mention **Natation en compétition** ou **Nage avec palmes en compétition** pour être valide. Il peut être délivré par tout médecin.

Les engagements possibles sont :

- **1km** (course open)
- **3km**
- **6km**
- **combi 3km+1km**

## Adhérent du TMP (Toulouse Métropole Palmes)

1. Inscrivez-vous via [ce formulaire](#)
2. Payer vos engagements et vos repas sur [Helloasso](#)

## Licencié FFESSM (hors TMP)

1. Inscrivez vos engagements **exclusivement** sur la plateforme [nap.ffessm.fr](#) par votre club
2. Payer vos engagements et vos repas sur [Helloasso](#)

## Licencié FFN ou non-licencié

1. Inscrivez-vous via [ce formulaire](#)
2. Payer vos engagements et vos repas sur [Helloasso](#)

## Paiement engagements / repas

Tous les engagements à la compétition, le paiement des engagements et des repas sur [Helloasso](#) sera clôturé le **mardi 25 mars 2025 à 23h59**.

Coût par nageur : 10 € (quelque soit le nombre de courses)

# Dossards

Les dossards sont de couleurs différentes suivant chaque type d'engagement. Ils doivent être posés en haut du tuba de façon à être visible hors de l'eau à tout moment.

Tous les dossards doivent être récupérés le jour même de la course, maximum avant le debrief de chaque course (voir planning). Pour les récupérer, chaque nageur doit pouvoir présenter les documents suivants :

- Carte de licence ou Attestation de licence à jour (pour les licenciés FFESSM ou FFN)
- Assurance
- Certificat Médical ou CACI (voir détail dans la rubrique Engagement courses).

# Classement / Trophées

2 classements seront réalisés sans distinction du matériel bi-palmes ou monopalme.

- 1 classement par catégorie d'âge H/F sur les 3 distances 1km, 3km et 6km  
Les nageurs du combi 3km+1km seront comptabilisés dans chacune des 2 courses 1km et 3km.
- 1 classement scratch H/F sur les 4 types d'engagement 1km (exclusif), 3km (exclusif), 6km et combi 3km+1km  
Un trophée sera remis à chaque gagnant H/F de ces scratch. Les nageurs du combi 3km+1km ne seront pas classés dans les scratch du 1km et du 3km.

# ##### Fin du règlement de la compétition

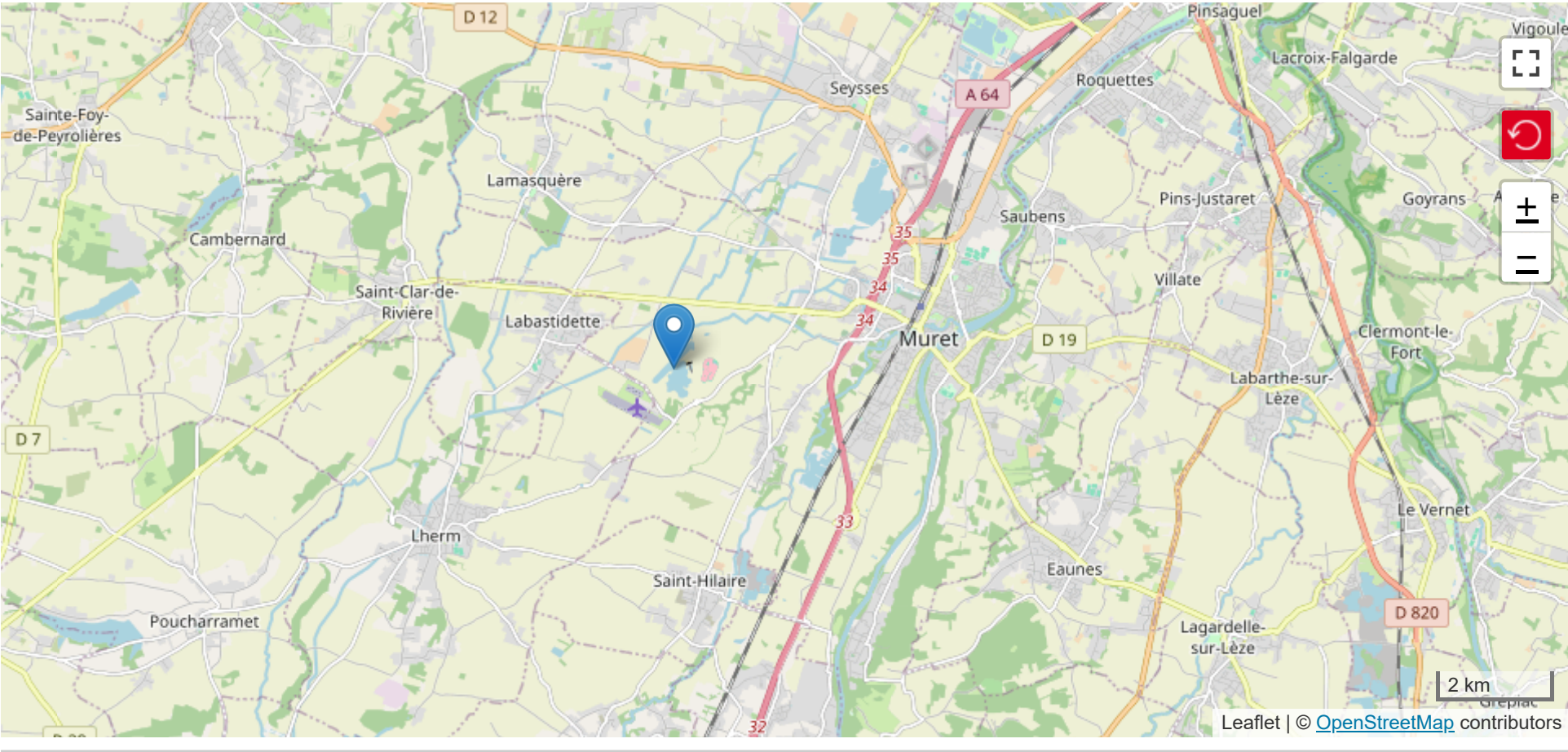
Infos live sur le groupe Whatsapp : <https://chat.whatsapp.com/F84wOniJheVC5v7UdFDlqt>

## Liens web

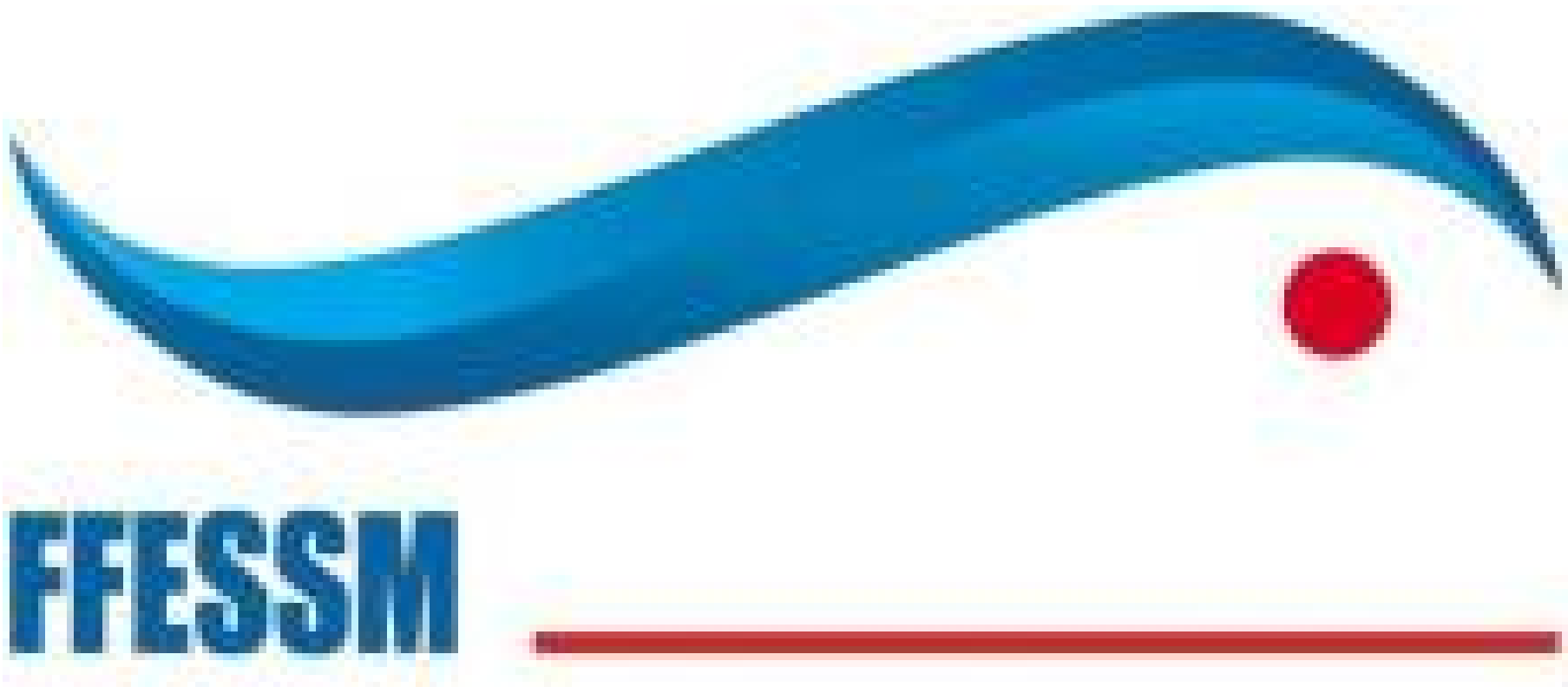
- 🔗 [Lien d'engagement \(avant le 25/03/2025 23h59\)](#)
- 🔗 [Lien de paiement Helloasso \(avant le 25/03/2025 23h59\)](#)
- 🔗 [pour rappel : Règlement Sportif FFESSM Nage Avec Palme \(version 2020-01\)](#)

## Documents

[Affiche A4 de la Virée Toulousaine 2025](#)



# Partenaires



HAUTE-  
GARONNE | 31





**MAIRIE  
DE  
TOULOUSE**



# FFESSM

# PYRÉNÉES MÉDITERRANÉE OCCITANIE



suivez-nous  

© 2019 - Toulouse Métropole Palmes

[Se connecter](#)

[ACTUALITÉS](#)

[LE CLUB](#)

[A propos du TMP](#) [Michel Kichev](#) [Sportifs](#) [Événements T.M.P.](#) [Matériel TMP](#)

[INSCRIPTION](#)

[DISCIPLINES](#)

[Nage avec palmes](#)

[ENTRAÎNEMENTS](#)

[Piscines et créneaux du TMP](#) [Calendrier des entraînements](#)

[COMPÉTITIONS](#)

[CONTACT](#)

un site [Architecte Web](#)