

SAISON 2026

HOCKEY SUBAQUATIQUE

RÈGLES DE SÉLECTION ÉQUIPE DE FRANCE

Règles validées par le Comité Directeur National en date du 17/12/2025

CHAMPIONNAT DU MONDE U19 ET U24

Gebze (Turquie)

Du 16 au 25 juillet 2026

***« Pouvoir sélectionner les meilleurs
français à un moment précis de la saison
pour performer lors de l'échéance
internationale ciblée »***

A – OBJECTIFS DE PERFORMANCE DE L'OLYMPIADE**A1 – Les objectifs des collectifs « Jeunes » et « Relève » :**

- ✓ Alimenter et renouveler les équipes de France « Élite » à horizon 2027 et 2029
- ✓ Figurer au tableau des nations médaillées au championnat du Monde

A2 – Les objectifs individuels :

- ✓ Former à la « culture sportive », positionner le bon niveau d'exigence au plan sportif et construire l'esprit d'équipe
- ✓ Relève : engranger de l'expérience en se confrontant à l'élite mondiale lors d'une compétition internationale de référence

B – MODALITÉS DE SÉLECTION

B1 – Seuls les sportifs à jour de leur licence FFESSM, de leur passeport (valide au moins 6 mois après la date du championnat visé), de leur assurance, de leur certificat de formation prévention antidopage (ADEL), de leurs factures dues à la FFESSM, de leur certificat médical signé d'un médecin du sport (ou de leur suivi médical réglementaire pour les sportifs listés de haut niveau) pourront prétendre être sélectionnés.

B2 – Les catégories d'âges athlétique (*) pour participer aux compétitions officielles CMAS HS U19 et U24 sont les suivantes :

- ✓ U24 : sportifs âgés de 19 ans à 23 ans (possibilité d'intégrer sur dérogation CMAS 1 sportif de 18 ans à la condition que ce dernier ait 18 ans révolu avant le 16 juillet 2026)
- ✓ U19 : sportifs âgés de 15 ans à 18 ans

(*) L'âge athlétique se calcule de la façon suivante : saison (2026) – année de naissance

STAGES DE PREPARATION ET DE BRASSAGE

B3 – La sélection sera établie à partir des performances individuelles réalisées lors des stages de préparation et de brassage prévus à cet effet (calendrier disponible sur le site de la commission nationale HS).

B4 – La liste des sportifs convoqués aux stages de préparation et de brassage est établie par le manager des équipes de France de Hockey Subaquatique sur proposition des coachs nationaux de chaque collectif. Elle est validée par le DTN.

CONDITIONS À SATISFAIRE POUR ÊTRE PROPOSÉ À LA SÉLECTION

B5 – Seuls les sportifs ayant participé aux stages de préparation et de brassage imposés par collectif pourront prétendre à une sélection en Équipe de France

C – PERFORMANCES À RÉALISER POUR ÊTRE PROPOSÉ À LA SÉLECTION

C1 – Seuls les sportifs qui auront satisfaits, lors des stages de préparation et de brassage, aux critères physiques, techniques, tactiques et collectifs ci-après pourront être proposés à la sélection en équipe de France U19 et U24 (conditions cumulatives) :

- ✓ **Critères physiques**
 - Parcourir à la course à pied (stade de 400 mètres) la plus grande distance en 12 minutes et au minimum :
 - 2200 mètres chez les féminines U19
 - 2400 mètres chez les hommes U19
 - 2600 mètres chez les féminines U24
 - 2800 mètres chez les hommes U24

- Parcourir à la nage en bipalmes (piscine de 25 ou de 50 mètres) la plus grande distance en 12 minutes et au minimum :
 - 850 mètres chez les féminines U19
 - 850 mètres chez les hommes U19
 - 900 mètres chez les féminines U24
 - 950 mètres chez les hommes U24
- Parcourir 25 mètres en apnée le plus grand nombre de fois en 7 minutes et au minimum :
 - 275 mètres en apnée chez les féminines U19
 - 300 mètres en apnée chez les hommes U19
 - 350 mètres en apnée chez les féminines U24
 - 350 mètres en apnée chez les hommes U24
- ✓ **Critères techniques**
 - Maîtriser tous les gestes techniques (cf. chapitre E)
- ✓ **Critères tactiques**
 - Comprendre le jeu adverse
 - Identifier les solutions les plus adaptées le plus rapidement possible
- ✓ **Critères collectifs**
 - Apporter au collectif (comportement, engagement, jeu)

D - OFFICIALISATION DES SÉLECTIONS

D1 – En référence à l'article 3.2 du règlement commun de sélection des équipes de France, la liste des sportifs proposés à la sélection est établie par un comité de sélection composé :

Avec voix décisionnelle

- ✓ Du DTN
- ✓ Du CTN en charge de l'animation nationale et du haut niveau
- ✓ Du manager général des équipes de France de HS
- ✓ Du Président de la commission nationale concernée ou son représentant
- ✓ De l' élu chargé de l'animation nationale et du haut niveau au sein du Comité Directeur National

Avec voix consultative

- ✓ Du médecin des équipes de France
- ✓ Des entraîneurs nationaux en charge d'un Pôle France NAP

Le comité de sélection travaille à partir de :

- ✓ La liste nominative des sportifs proposés à la sélection établie par la DTN à l'issue des compétitions sélectives dans la stricte application des présentes règles ;
- ✓ La traduction opérationnelle du PPF à savoir la stratégie d'engagement mise en place, épreuve par épreuve, pour atteindre les objectifs fixés au chapitre A et satisfaire les critères précisés au E3.

D2 - Dans le cas où un membre du comité de sélection serait en position de juge et partie, ce dernier n'aura pas capacité de prendre part aux débats.

D3 – La sélection définitive des sportifs proposés à la sélection et leur éventuel départage en cas d'égalité, seront opérés à partir des critères ci-après :

- ✓ Pour les U24 : ciblage des sportifs du groupe relève engagés dans la dynamique et les actions de préparation du collectif Élite
- ✓ Classement numérique établi, par collectif, par les entraîneurs fédéraux nationaux, sur la base des critères définis au chapitre C
- ✓ Progression au cours des stages de préparation et de brassage et capacité de progresser jusqu'à l'échéance
- ✓ Profil du sportif au regard des choix stratégiques qui s'imposeront pour garantir le meilleur niveau de performance de l'Équipe de France ainsi que la bonne cohésion du groupe

✓ Respect de la convention de haut niveau (le cas échéant)

D4 - La liste définitive des sélectionnés en Équipe de France est établie et ratifiée par le DTN. Elle paraît dans les 72h suivant la réunion du comité de sélection.

D5 – La sélection d'un sportif pourra être remise en question à l'issue de chaque action de la préparation terminale de l'équipe de France si son comportement, son engagement et son niveau de performance ne sont pas conformes aux objectifs fixés au chapitre A du présent règlement et au respect de la convention d'équipe de France ou de haut niveau.

E – GESTES TECHNIQUES

1. La maîtrise du palet

Le « Tac Tac » : on pousse le palet en le plaçant en alternance sur la partie interne puis externe de la crosse, tête relevée sans regarder le palet.

Le « S » : on pousse le palet en le maintenant collé sur l'index, et en décrivant des S, de plus en plus larges. Crosse à plat en ramenant le palet vers soi, crosse relevée en l'éloignant. Relever la tête, ne pas regarder le palet.

2. La protection du palet

La protection costale du palet (côté de la crosse) doit être réalisée en écartant le palet du corps, c'est à dire en décrivant un grand arc de cercle. La fin du geste : palet dans la crosse, poing collé sur la cuisse.

3. Le retournement

A maîtriser, côté gauche ou côté droit, en fonction de la situation en jeu.

Technique : on prend possession du palet et on le ramène derrière soi, en décrivant un grand arc de cercle. Le corps, qui au départ est à l'horizontal sur le fond, doit effectuer une vrille de 90°, pour être perpendiculaire au fond du bassin

4. La « Sud Af' »

On doit déporter l'adversaire vers le côté droit pour un droitier (gauche pour un gaucher). Lorsque l'adversaire est bien parallèle à nous, on effectue une protection costale puis on passe le palet sous notre corps et on change de direction à 90°.

5. La « Buky »

A partir d'une protection du palet côté opposé de la crosse, on ramène le palet devant soi, par un mouvement vif en diagonal. Le poignet doit être en flexion complète. Pendant tout le temps du geste, le palet doit toujours rester en contact avec la partie intérieure de la crosse.

6. La feinte en « V »

Objectif : changement de direction.

Technique : on déporte l'adversaire sur un côté, puis tout en arrêtant le palmage, d'un mouvement rapide, on place le palet dans la partie intérieure de la crosse et on le ramène à la hauteur de nos épaules en se cambrant. On change ensuite de direction à 90° en allongeant le bras et en palmant vigoureusement.

7. La feinte « Anglaise »

C'est un face à face avec l'adversaire. Changement de direction uniquement avec le poignet et le bras. La vitesse de réalisation et de palmage sont très importants. On déporte l'adversaire sur un côté, bras raccourci, avant de le passer de l'autre côté, en allongeant le bras.

8. Les tirs

Tir de face, à gauche et à droite. Tir avec le crochet de la crosse