

Conseils : combinaison ou pas combinaison ?



Pour participer à une épreuve de l'Open Swim Stars sont autorisés



Maillots ou caleçon de bain



Combinaisons natation certifiées FINA



Combinaisons triathlon ou "shorty" type surf



Les combinaisons isothermiques en néoprène utilisées doivent être en une seule pièce et d'une épaisseur maximale de 5 mm. Les aides artificielles, plaquettes, gants, chaussons, tuba, palmes, et aides à la flottaison comme bouées ou autres objets flottants ne sont pas autorisés.



La bonne astuce

Il est utile que le nageur en eau libre s'équipe de graisse à traire pour protéger sa peau du froid et des irritations dues au soleil et au sel pendant les sorties en mer. Elle permet aussi de protéger contre le frottement de la combinaison sur la peau.



Notre conseil

Nous vous conseillons de porter une combinaison si vous êtes frileux, ou peu à l'aise en milieu naturel. En effet, même en été l'eau peut être fraîche et elle aide à la flottabilité.

Préférez une combinaison en néoprène spéciale triathlon car elles sont plus fines et laissent plus de liberté au niveau des épaules pour nager. Elles sont aussi plus ajustées et évitent que de l'eau n'entre dans la combinaison et vous ralentisse.