

# Nage avec palmes

La **nage avec palmes** (ou **NAP**) est une discipline sportive consistant à nager en surface d'un plan d'eau à l'aide de **palmes**, d'un **masque** et d'un **tuba**.

Elle est une discipline de la **FFESSM** et se pratique en compétition dans des championnats locaux, régionaux, nationaux et internationaux.

Elle est l'appellation officielle de la pratique sportive de la **nage PMT** en compétition.

From:

<https://www.plongix.com/encyclopedie/> - **Encyclopédie Plongix**

Permanent link:

[https://www.plongix.com/encyclopedie/nage\\_avec\\_palmes](https://www.plongix.com/encyclopedie/nage_avec_palmes)

Last update: **le 02/01/2020 à 10h23**

