



## Règlements sportifs SAISON 2015-2016



**Ecole de Natation Française**

**Précisions concernant le jury**

**Officiels de Natation Course**

**Dispositions communes aux compétitions**

**Les catégories d'âges**

**Programme des 9-13 ans**

**Programme des 14 ans et plus**

**Calendrier des compétitions régionales**

**Calendrier des compétitions CD 12**

**Maitres**

Le concept de l'école de natation française (ENF) repose sur l'idée que l'enrichissement des compétences motrices aquatiques est essentiel pour envisager un parcours d'excellence sportive, et plus généralement pour l'éducation physique du jeune enfant.

Ainsi, l'ambition de la Fédération Française de Natation est bien de permettre à tous les jeunes licenciés de bénéficier d'un programme complet de formation, en ne se réduisant pas à l'apprentissage de quelques modes de déplacements, mais en explorant toutes les possibilités de pratiques dans le milieu aquatique.

C'est alors la transversalité des apprentissages qui est mise en avant : le jeune enfant est alors exposé à des situations très diversifiées, et organisées autour d'objectifs de développement de compétences aquatiques.

Cette formation aquatique complète sera alors un socle permettant d'augmenter encore la qualité et l'efficacité des phases suivantes du parcours sportif.

Nous vous proposons de revenir en quelques mots sur les trois Etapes de l'école de Natation Française :

1ère étape : le test de l'ENF1 - Sauv'Nage

Savoir nager en sécurité requiert de maîtriser un panel de compétences aquatiques (savoir s'immerger, faire confiance à sa propre capacité de flottaison, etc.). Ce test résume ainsi la majeure partie de ces compétences.

Il est fondamental d'insister sur le fait que le niveau minimal permettant d'assurer sa propre sécurité dans l'eau ne peut se réduire à la capacité à nager en surface une distance 50 mètres.

La très grande majorité des éducateurs ont parfaitement intégré cette notion, et le test de l'ENF1-Sauv'nage est désormais reconnu très largement par les institutions et les prestataires de services nautiques (clubs de voile, de canoë-kayak, etc.)

Règlement du test :

Il est organisé sous la responsabilité d'une structure agréé ENF et possédant au moins un titulaire de la formation d'évaluateur ENF1,

Seules les personnes ayant reçu une formation ENF1 peuvent être membres du jury.

2ème étape : le test de l'ENF2 – Pass'sports de l'eau

Lors de la saison 2013-2014, une modification importante a été apportée au test de l'ENF2 : elle consistait à ne plus avoir obligation de passer toutes les épreuves du Pass'Sports de l'eau.

Cette règle n'induit toutefois pas qu'il est pertinent de ne préparer que trois épreuves sur les cinq du Pass'sports de l'eau !

Le règlement fédéral insiste d'ailleurs sur ce point en indiquant que l'assemblée générale du Conseil Interfédéral des Activités Aquatiques du 13 mai 2013 précise que "la réussite au test ENF2 – Pass'Sports de l'eau est désormais soumise à la préparation des cinq tests, mais à la présentation et à la validation d'un minimum de trois tests au choix."

Comme pour le test de l'ENF1, le test de l'ENF2 – Pass'sports de l'eau symbolise la vision globale de la formation du jeune nageur. Maîtriser un grand nombre de compétences dans l'eau (appui en godille, rétropédalage, vitesse sous l'eau, respiration avec tuba, gainage dynamique en nageant, etc...) est essentiel pour envisager une poursuite efficace d'un parcours sportif visant l'expertise.

Au-delà des journées de passation des tests, l'organisation de regroupement à plusieurs structures proposant des jeux et épreuves variées et exigeantes du point de vue moteur est vivement encouragée. Ces réunions existent déjà dans beaucoup de clubs, organisées généralement en interne. Elles mériteraient très certainement d'être développées, valorisées et généralisées, avec pour objectif de donner aux jeunes le goût de l'eau et de la compétition, mais, dans un premier temps, sans chronomètre !

Un document fédéral est en cours de publication à ce sujet, mais les éducateurs ont d'ores et déjà une grande quantité d'idées qui ne demandent qu'à être testées grandeur nature.

Règlement du test :

- Il est organisé par une structure agréée ENF possédant au moins un titulaire de la formation d'évaluateur ENF2,
- Sous la responsabilité et en la présence d'un représentant du comité départemental, lui-même titulaire de l'ENF2 et n'appartenant pas à la structure organisatrice,
- Seules les personnes ayant reçu une formation ENF2 peuvent être membres du jury.

3ème étape : le test de l'ENF3 – Pass'compétition

Lors de la saison 2013-2014, un âge minimal pour le passage du test de l'ENF3 – Pass'compétition a été ajouté à la règle initiale. Ainsi, les jeunes nageurs doivent attendre la saison sportive de leur neuvième anniversaire (pour la saison 2016, l'année de naissance concernée est 2007).

Cette règle vise à "donner un temps suffisant pour permettre à chaque enfant de se former aux problématiques sécuritaires liées à leur activité (ENF1 - Sauv'nage) et à une construction plus élaborée du nageur à partir de la multiplicité transdisciplinaire des situations pédagogiques (règlement fédéral de l'ENF)."

En ce qui concerne la natation course, le test de l'ENF3 – Pass'Compétition est une forme de répétition générale d'une épreuve classique de compétition de natation course. L'accompagnement de l'enfant consiste alors à lui permettre de se présenter en toute confiance, sans enjeu de résultat. Le but est alors de préparer ainsi ses futures épreuves qui, elles, seront associées à un enjeu de réussite parfois anxiogène pour l'enfant.

Ajoutons que l'enjeu, ou autrement dit le "défi", est fondamental pour l'émergence de comportements nouveaux, et donc pour l'apprentissage. La crainte de l'échec est presque inévitable, mais la capacité à la surmonter est justement l'une des compétences majeures du compétiteur. Le test de l'ENF3 – Pass'compétition symbolise alors ce qui est généralement cherché par les compétiteurs à succès : plutôt que de penser au résultat probable (mais incertain), se concentrer sur la réalisation de la tâche.

Cette compétence qui consiste à ne pas laisser l'enjeu perturber outre mesure la capacité à réaliser efficacement une tâche est essentielle. Et plus l'enjeu devient important (une qualification, un porté final, un shoot décisif...), plus elle est difficile à mettre en œuvre.

Règlement du test :

- Il est organisé par une structure agréée ENF possédant au moins un titulaire de la formation d'évaluateur ENF3,
- Sous la responsabilité et en la présence d'un représentant du comité départemental, lui-même titulaire de l'ENF3 et n'appartenant pas à la structure organisatrice
- Seules les personnes ayant reçu une formation ENF3 peuvent être membres du jury.

**ATTENTION : Pour la saison 2015-2016, les nageurs et nageuses nées en 2007 et avant doivent avoir validé chacune des trois étapes de l'École de Natation Française pour accéder aux compétitions**

**NOUVEAUTÉ Les nageurs nés en 2008 et titulaires de l'ENF2 - Pass'sports de l'eau peuvent s'engager à l'ENF3 - Pass'compétition à partir du dernier week-end de juin 2016**

Règles générales

- Seules les structures agréées peuvent délivrer un test de l'ENF,
- Une structure agréée est un club affilié ayant signé le cahier des charges,
- Seuls les membres licenciés à la FFN peuvent obtenir un test de l'ENF au sein de la FFN,
- Le jury d'évaluation des tests est composé exclusivement d'évaluateur et assistant évaluateur ayant suivi les formations ENF requises.

Pour l'éducateur, les parents et tout l'environnement de l'enfant, c'est l'une des missions principale que de participer à la construction d'une personnalité sportive riche et gagnante.

C'est tout l'enjeu de l'École de Natation Française.

<b>Tests ENF 2015-2016</b>			
28/11/2015	Pass'sport de l'eau (1)	Onet	14H
06/02/2016	Pass'sport de l'eau (3)	Onet	13H
20/04/2016	Pass'sport de l'eau (4)	Millau	13H30
17/05/2016	Pass'sport de l'eau (5)	Onet	13H30
18/06/2016	Pass'sport de l'eau (6)	Onet	13h30
17/10/2015	Pass'compétition (1)	Villefranche	Avant le début de la compétition
8/11/2015	Pass'compétition (2)	Rodez	Avant le début de la compétition
13/12/2015	Pass'compétition (3)	Millau	Avant le début de la compétition
12/03/2016	Pass'compétition (4)	Onet	Avant le début de la compétition
9/04/2016	Pass'compétition (5)	Onet	Avant le début de la compétition
7/05/2016	Pass'compétition (6)	Millau	Avant le début de la compétition
28/5/2016	Pass'compétition (7)	Villefranche	Avant le début de la compétition
26/06/2016	Pass'compétition (8)	Decazeville	Avant le début de la compétition

# Précisions concernant le jury

## Désignation des jurys

En règle générale, pour toutes les compétitions, la désignation du jury est de la responsabilité de l'instance organisatrice : le club, le comité départemental, l'inter-département ou le comité régional.

L'organisateur doit respecter les règles fixées par la Fédération Française de Natation, en particulier :

- en confiant les charges de juge-arbitre, starter et juge de nages à des officiels A, celles d'inspecteur de virages, inspecteur chef de virages, juge à l'arrivée à des officiels A ou B, et celles de chronométreurs à des officiels A, B ou C,
- en constituant le jury avec un nombre suffisant d'officiels permettant de tenir correctement tous les postes et spécifiquement pour le chronométrage,
- en constituant un jury d'appel qui statuera sur les réclamations qui pourront lui être soumises après rejet par le juge arbitre.

Dans le cas des compétitions inscrites au calendrier régional, le délégué et le juge arbitre sont désignés par le comité Midi-Pyrénées de natation.

Précisions concernant la répartition des missions entre le juge arbitre et le délégué

Le délégué est responsable :

- des vérifications préalables à l'enregistrement des engagements des équipes conformément au programme sportif, vérification et conformité des licences
- du traitement de la compétition et de la production du programme et des résultats, dans le respect du règlement,
- de l'organisation générale de la compétition,
- de la mise à disposition d'un jury complet,
- de la désignation du jury d'appel qui statuera sur les réclamations qui pourront lui être soumises après rejet par le juge arbitre,
- de la rédaction d'un rapport de la compétition et de l'envoi au comité régional.

Le juge-arbitre est le garant de la régularité de la compétition. Il est responsable :

- du respect du programme et des règles d'engagements,
- du respect des règlements sportifs de la FFN et des règles techniques de la FINA et des dispositions particulières de la FFN (règle des deux départs),
- du fonctionnement du jury (disqualification, chronométrage...),
- de l'instruction des réclamations,
- de la validation des résultats (classement, temps et saisie des codes informatiques pour les disqualifications, forfaits,...),
- le cas échéant, de l'établissement d'un rapport pour rendre compte des difficultés techniques ou organisationnelles rencontrées lors de la compétition et adressé au comité régional.

## Application des règles techniques

Conformément au règlement intérieur de la Fédération Française de Natation (Annuel Règlements sportifs), toutes les compétitions se déroulent suivant les règlements sportifs de la FINA en vigueur sauf dispositions particulières prévues par la FFN.

Ce règlement FINA, complété des commentaires d'application et des dispositions particulières à la FFN, est repris dans un document disponible en téléchargement sur le site Internet de la FFN.

# **Officiels de Natation Course**

## **Liste des officiels de natation course de Midi-Pyrénées :**

La liste des officiels de natation course de Midi-Pyrénées est disponible sur le site régional, rubrique dossiers sportifs, sous-rubrique Juges et arbitres. Cette liste sera régulièrement mise à jour en fonction des renouvellements de licences, des recyclages et des validations d'examens.

Toute anomalie doit être signalée par les clubs à l'adresse : [officiels@mpffn.fr](mailto:officiels@mpffn.fr).

## **Recyclage des officiels A et B :**

Selon la directive fédérale, tous les officiels A et B doivent suivre un recyclage au moins une fois tous les deux ans : sur la liste est indiquée la date du dernier recyclage pour chaque officiel A ou B.

Tous les officiels A et B n'ayant pas suivi de recyclage durant la saison 2014-2015 devront en suivre obligatoirement un pendant la saison 2015-2016, pour pouvoir continuer à officier au-delà du 15 septembre 2015.

Les clubs peuvent s'adresser aux formateurs départementaux pour les recyclages d'officiels B (voir liste et coordonnées sur le site régional, rubrique dossiers sportifs, sous-rubrique Juges et arbitres).

Les recyclages des officiels A seront assurés au niveau régional (les dates seront publiées dans la rubrique dossiers sportifs, sous-rubrique Juges et arbitres).

## **Formation des officiels en Midi-Pyrénées :**

Le tableau synoptique ci-après rappelle les procédures de formation et de recyclage des officiels de natation course.

Un officiel B ou un candidat officiel C ou B peut suivre une formation ou un recyclage dans le département de son choix pour convenance de date et de lieu.

## **Epreuves pratiques des candidats officiels en examen :**

Que ce soit pour les officiels A, B ou C, les épreuves pratiques sont obligatoires pour valider l'examen conformément à la directive fédérale. Cependant, Le Comité régional estime que ces épreuves pratiques, au-delà de la validation de l'examen, sont surtout des mises en situation confortant la formation théorique. En conséquence, les candidats en épreuve pratique (quelle qu'elle soit) devront occuper le poste auquel ils ont été affectés pendant toute la durée de la réunion concernée.

De fait, les candidats officiels en épreuve pratique seront comptabilisés dans le quota d'officiels fournis par un club en compétition régionale.

## **Inscription des officiels en compétition régionale et départementale :**

10 jours avant chaque compétition régionale, les clubs recevront un lien Internet permettant d'inscrire leurs officiels pour la compétition selon le règlement sportif régional. La clôture des inscriptions se fera 2 jours avant le début de la compétition.



	Officiel C	Officiel B	Officiel A
	Etre licencié à la FFN pour la saison en cours		
Conditions	Avoir 14 ans révolus le jour de l'examen pratique	Avoir 16 ans révolus le jour de l'examen écrit	Avoir 18 ans révolus le jour de l'examen écrit Etre officiel B depuis au moins deux saisons, et avoir effectivement officié pendant un minimum de 8 réunions par saison
Demande écrite	Au formateur départemental ou au CD	Au formateur départemental ou au CD	Au Comité régional
Formation théorique	Par un formateur départemental ou régional (environ 30 à 40 mn)	Par un formateur départemental ou régional (environ 3 h)	Par un formateur régional (environ 6 h)
Examen écrit	Aucun	Questionnaire à remplir au moins quinze jours après la formation théorique (examen au niveau départemental ou régional)	Questionnaire à remplir au moins quinze jours après la formation théorique (examen au niveau régional)
Validité de l'examen écrit		Un an jour pour jour à la date de l'examen	Un an jour pour jour à la date de l'examen
Epreuve(s) pratique(s)	- Chronométrage (1)	- Juge aux virages côté virages - Juge aux virages côté départs - Chronométrage (2) - Juge à l'arrivée	- Juge-Arbitre (3) - Starter (3) - Juge de Nages (3) - Superviseur de la salle de contrôle
Lieu de réalisation des épreuves pratiques	Compétition départementale, régionale ou plus sous l'autorité du juge-arbitre	- Compétition régionale ou plus sous l'autorité du juge-arbitre - Compétition départementale comportant des nageurs benjamins ou plus âgés et sous la tutelle d'un formateur départemental ou régional ou d'un officiel A le représentant	- Compétition régionale ou plus sous l'autorité du juge-arbitre
Renouvellement carte	- Automatique lors du renouvellement de la licence si participation à un jury pendant 4 réunions au moins lors de la saison précédente et si à jour du recyclage	- Automatique lors du renouvellement de la licence si participation à un jury pendant 8 réunions au moins lors de la saison précédente et si à jour du recyclage	- Automatique lors du renouvellement de la licence si participation à un jury pendant 8 réunions au moins lors de la saison précédente et si à jour du recyclage
Recyclage	Obligatoire si non participation à un jury pendant 4 réunions au moins lors de la saison précédente	- Obligatoire si non participation à un jury pendant 8 réunions au moins lors de la saison précédente - Obligatoire tous les deux ans ou à chaque changement important des règlements	- Obligatoire si non participation à un jury pendant 8 réunions au moins lors de la saison précédente - Obligatoire tous les deux ans ou à chaque changement important des règlements

1. Lors de l'épreuve de chronométrage, le candidat est affecté à un couloir avec deux chronométreurs titulaires. Son temps est pris en compte pour la détermination du temps officiel.
2. Un candidat officiel B déjà titulaire de la carte d'officiel C est dispensé de cette épreuve.
3. Ces épreuves sont à effectuer deux fois.



# Dispositions communes aux compétitions

## **Affiliation**

L'affiliation permet :

- de participer à la vie fédérale,
- de délivrer des licences aux membres,
- d'accéder aux activités compétitives,
- de bénéficier des garanties d'assurance souscrites par la fédération,
- d'accéder aux formations fédérales organisées pour les dirigeants, juges, arbitres et sportifs.

La ré-affiliation d'un club doit se dérouler en début de saison du 16 septembre au 30 novembre. Au-delà de cette date, une majoration tarifaire leur est appliquée.

Pour les nouveaux clubs et les clubs d'été, l'affiliation est possible tout au long de la saison sans majoration forfaitaire.

Aucune licence ne pourra être prise en compte si l'affiliation n'est pas enregistrée.

## **Licences**

Les clubs licencient leurs nageurs par Extranat. Un licencié est assuré dès qu'il a rempli et signé sa demande de licence (livret du licencié).

Un licencié peut participer à une compétition dès qu'il a le statut « oblitéré » : mis par le Comité Régional à réception du règlement financier. Le club peut imprimer un « récépissé » pour attestation valant ce que de droit.

Une licence est définitivement « homologuée » dès que la FFN a reçu le versement de la part fédérale par le Comité Régional.

Rappel de la réglementation fédérale : Tout nageur non licencié ne peut pas participer à une compétition de la Fédération Française de Natation. De même, un officiel non licencié ne peut pas participer à un jury de compétition de la Fédération Française de Natation.

## **Dispositions réglementaires communes**

Toute compétition (départementale, régionale, ...) non inscrite en début de saison dans le calendrier régional et les calendriers départementaux ne sera pas prise en compte.

Pour toutes les compétitions régionales, aucune prise de temps ne sera autorisée, aucun additif d'engagement ne sera accepté au bord du bassin, le règlement ne sera pas modifié en cours de saison sauf cas extrêmes justifiés et par décision délibérative.

## **Engagements**

Règles communes à toutes les compétitions

Pour chaque compétition est fixé chronologiquement :

- Une date limite de dépôt des engagements,
- 1 jour après : parution sur le site Internet du comité régional de la liste des engagés (ou Start List)
- 2 jours après : à titre exceptionnel et dérogatoire recevabilité "d'engagements de retards" à tarif majoré.

Les engagements des clubs se feront par ExtraNat.fr accompagnés des droits d'engagements (virement bancaire ou chèque à l'ordre du comité Midi-Pyrénées de natation). Les envois de disquette ou format papier, par courrier postal ou par fax ne sont plus acceptés. Les envois de "fichiers PCE" par mail ne seront plus acceptés.

Tout engagement envoyé est dû et ne sera pas remboursé en cas de forfait.

La date limite d'engagement sur Extranat.fr est fixée dans le règlement sportif. Aucun engagement ne pourra être enregistré le jour de la compétition.

Les engagements non accompagnés des droits financiers seront rejetés ainsi que ceux envoyés hors délais.

Pour les épreuves régionales supposant une qualification : en cas de non engagement des qualifiés, de réception hors délais, ou de forfaits annoncés assez tôt, le comité régional pourra solliciter, dans l'ordre du classement, les engagements des nageurs ou équipes non qualifiés initialement. Cette procédure suppose que les nageurs en position de « remplaçants » doivent s'attendre à être qualifiés.

Pour les compétitions interrégionales ou nationales qui nécessitent un contrôle régional des engagements, les délais de réception aux Comités Régionaux indiqués par le règlement interrégional et fédéral devront être scrupuleusement respectés.

Compétitions par équipes

Tous les engagements des clubs, qu'ils concernent des nageurs ou des équipes de nageurs, sont de la responsabilité des clubs uniquement

En cas de qualification par classement diffusé par le comité régional, le club doit confirmer l'engagement de son nageur ou de ses équipes.

Pour toutes modifications (compétitions par équipe) les clubs enverront l'intégralité de la nouvelle équipe

### **Transmission des résultats**

Le jury doit être saisi sur Extranat Pocket et la feuille de jury en PDF doit être envoyée à jury@mpffn.fr. Les fiches de course seront retournées au comité régional.

Les résultats des compétitions effectuées à l'extérieur du territoire régional (Meeting, Coupe de France, Grand prix, etc.) devront parvenir au Comité dans les 3 jours obligatoirement par informatique (mail) (épreuves surlignées pour les améliorations). Au-delà de ce délai les résultats ne seront pas pris en considération par le Comité Régional.

Dans tous les cas, communiquer un exemplaire au Comité Départemental.

### **Suivi des performances**

Au niveau départemental :

Chaque correspondant informatique départemental est responsable de la mise à jour du fichier des performances des licenciés de son département au cours :

- des compétitions régulièrement inscrites au calendrier départemental validé par le comité régional et la FFN.
- des compétitions éventuellement disputées hors de la région et validées par les instances fédérales.
- Au niveau régional :

Le secrétariat du Comité Régional s'occupe du suivi régional des performances sous la responsabilité du cadre technique.

Le comité régional établit :

- Les divers classements nécessaires à la bonne marche des programmes sportifs,
- Annuellement, le tableau des records et meilleures performances par années d'âge de l'année civile écoulée.

### **Classement national des clubs**

Le classement national des clubs est établi par la fédération (voir annuel règlement).

### **Records régionaux**

Lorsqu'un nouveau record régional est établi par un nageur ou une nageuse lors d'une compétition, son homologation n'est pas automatique. Un formulaire, disponible sur Internet, doit être rempli, visé par le Comité départemental puis envoyé (fax, courrier, Internet) au Comité régional.

Au 31 décembre, une extraction des performances à partir de la base des performances régionales et nationales sera effectuée, afin de mettre à jour les records qui n'auraient pas été signalés en cours de saison.

Aucun record ne sera enregistré en cours de saison sans formulaire de demande émanant du club.

# LES CATÉGORIES D'ÂGE 2015-2016

La Fédération Française de Natation propose aux nageurs et nageuses des programmes de compétition selon leur catégorie d'âge.

<b>Saison 2015-2016 (du 16 septembre 2015 au 15 septembre 2016)</b>		
<b>Avenir</b>	9 ans et moins	2007 et après
<b>Poussins</b>	10-11 ans	2006-2005
<b>Benjamins</b>	12-13 ans	2004-2003
<b>Minimes</b>	14-15 ans	2002-2001
<b>Cadets</b>	16-17 ans	2000-1999
<b>Juniors</b>	18-19 et 20 ans	1998, 1997 et 1996
<b>Seniors</b>	21 ans et plus	1995 et avant

Les jeunes gens et jeunes filles sont, pour le même âge, dans la même catégorie. Les nageurs et nageuses, ainsi groupés par tranche d'âge, ont des finalités différentes selon leur catégorie d'âge.

# Programme des 9-13 ans

L'assemblée générale de la FFN de Millau a voté en avril 2014 une réforme du programme des compétitions destiné aux nageurs âgés de 10 à 13 ans.

Ce projet comporte un certain nombre de points qui sont synthétisés dans les paragraphes suivants. La mise en œuvre de ce programme est placée sous la responsabilité des comités régionaux, envisageant une collaboration étroite avec les comités départementaux.

Globalement, cette réforme repose sur les postulats et constats suivants :

- "La pratique sportive durant la période de 9 à 13 ans détermine grandement les années qui suivent."
- Après le passage du dernier test ENF (vers 9 ans) et le programme des benjamins (12-13 ans), "la fédération ne propose pas de règlement sportif spécifique destinés aux âges intermédiaires (9-11 ans)."
- L'un des objectifs fédéraux est "l'amélioration de l'accompagnement des comités régionaux dans la construction d'un programme pour les 11 ans et moins."
- Dans le même temps, la refonte du parcours des benjamins vise à "enrichir le parcours de formation et d'éviter de freiner les nageurs à maturité précoce."
- "Les pratiquants 10-11 ans souffrent d'un manque d'offre sportive en compétition. Ils participent seulement (en moyenne) à 4 ou 5 épreuves différentes, essentiellement en sprint court, alors que cette tranche d'âge doit commencer à développer les facultés d'endurance."
- "Les parcours sont cloisonnés alors que la différence de maturité est importante."
- "Après une édition des championnats d'Europe juniors 2010 historique, nos jeunes nageurs sont en difficulté face à la concurrence internationale."

Les orientations sont les suivantes :

- Valoriser une offre sportive variée dès la sortie de l'ENF3 - Pass'compétition.
- Encourager la pratique de plusieurs épreuves dans une même journée.
- Développer la formation des nageurs dans les quatre nages (isolément) avant d'aborder les épreuves de "4 nages".
- Rendre le parcours de formation stimulant avec des exigences en cohérence avec les différences de maturité.

Le natathlon

Jusqu'à présent dédié aux nageurs de la catégorie des benjamins (12-13 ans), le programme du natathlon est désormais proposé par la FFN dès l'âge de 10 ans.

Ce programme est conçu de manière à valoriser la polyvalence des nageurs, avec un classement à l'addition des cotations de points obtenus sur plusieurs épreuves différentes, nagées au cours de plusieurs étapes qualificatives.

Des finales sont alors organisées aux niveaux national, interrégional et régional, regroupant les nageurs et les nageuses selon leur classement.

Les épreuves à réaliser pour se qualifier évoluent avec les âges des nageurs :

- Les poussins 1ère année (10 ans, nés en 2006) sur des épreuves de 50m (papillon, dos, brasse et nage libre) et le 200m nage libre, en trois étapes au cours de la saison.
- Les poussins 2ème année (11 ans, nés en 2005) sur des épreuves de 100m (papillon, dos, brasse et nage libre) et le 400m nage libre, en trois étapes au cours de la saison.
- Les benjamins (12 et 13 ans, nés en 2004 et 2003) sur 10 épreuves : 4 distances de 100m (papillon, dos, brasse et nage libre), 4 distances de 200m (papillon, dos, brasse et nage libre), le 400m 4 nages et le 800m nage libre. Quatre étapes sont organisées au cours de la saison, chacune en deux réunions.

Le tableau ci-dessous présente les informations générales de ce programme, pour les trois âges.

	Benjamins		Poussins 2 <sup>ème</sup> année		Poussins 1 <sup>ère</sup> année	
	10 épreuves :		5 épreuves :		5 épreuves :	
Epreuves de qualification	100 NL 100 D 100 B 100 P 800 NL	200 NL 200 D 200 B 200 P 400 4N	100 NL 100 D 100 B 100 P 400 NL		50 NL 50 D 50 B 50 P 200 NL	
Dates des compétitions de qualification	1. 12 ou 13 mars 2. 9 ou 10 avril 3. 7 ou 8 mai 4. 28 ou 29 mai		1. 12 ou 13 mars 2. 9 ou 10 avril 3. 28 ou 29 mai		1. 12 ou 13 mars 2. 9 ou 10 avril 3. 28 ou 29 mai	
Règle d'engagements par étape qualificative	Participation libre		Nager 3 épreuves au moins, dont le 400m nage libre		Nager 3 épreuves au moins, dont le 200m nage libre	
<b>Finale Régionale</b>						
	54 filles + 54 garçons		18 meilleurs garçons 18 meilleures filles		<i>Pas de finale Classement régional si les 5 épreuves ont été nagées au moins une fois.</i>	
Mode de qualification	<ul style="list-style-type: none"> <li>• non qualifiés aux finales nationale et interrégionale</li> <li>• 7 épreuves nagées au moins une fois</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 5 épreuves nagées au moins une fois</li> </ul>			
Programme des épreuves	6 épreuves :		6 épreuves :			
Date	Samedi 25 juin 2016		Samedi 25 juin 2016			
	50 P 50 D 50 B 50 NL 200 NL 100 4N		50 P 50 D 50 B 50 NL 200 NL 100 4N			
<b>Finale Interrégionale</b>						
	136 filles + 136 garçons		<i>Pas de finales nationale et interrégionale</i>			
Mode de qualification	(non qualifiés à la finales nationale – <b>toutes</b> les épreuves nagées au moins une fois)					
Programme des épreuves	6 épreuves :					
Date	2 et 3 juillet 2016					
	50 NL 100 P 100 D 100 B 400 NL 200 4N					
<b>Finale nationale</b>						
	136 filles + 136 garçons		<i>Pas de finales nationale et interrégionale</i>			
Mode de qualification	<b>(toutes</b> les épreuves nagées au moins une fois)					
Programme des épreuves	6 épreuves :					
Date	2 et 3 juillet 2016					
	50 NL 100 P 100 D 100 B 400 NL 200 4N					

### Une compétition collective pour les benjamins : la coupe interclubs

Partie intégrante du programme fédéral, la coupe interclubs benjamins est une compétition par équipes de 4 nageurs, répartie sur deux journées. La première journée est placée en début de saison sportive, la seconde à la fin du mois de janvier.

Les épreuves proposées sont essentiellement des relais en première étape (100m 4 nages individuel et quatre relais 4x50m dans chaque spécialité) et sur des épreuves un peu plus longues en deuxième étape (quatre 100m de spécialité, relais 4x200m nage libre et 4x100m 4N).

L'idée principale de cette coupe interclubs est de constituer un "fil rouge" pour les nageurs benjamins qui composent l'équipe de leur club, qui se qualifient en première étape et se confrontent ensuite en deuxième étape aux équipes proches de leurs niveaux de compétitivité.

Cette compétition en deux étapes est valorisée au niveau du classement national des clubs de natation course. Pour être classés, les clubs ont alors l'obligation de présenter au moins une équipe à chacune des étapes.

### **Une compétition collective pour les poussins et avenir : la "Team Cup"**

Compétition par équipe spécifique à la région Midi-Pyrénées, la team cup s'adresse aux nageurs des catégories poussins et avenir. Des équipes de 4 nageurs se regroupent au niveau départemental pour une première étape, autour d'un programme constitué des quatre 50m de spécialité, et de deux relais (4x100m 4N et 4x50m nage libre).

Les 24 meilleures équipes ont alors la possibilité de participer à la finale régionale de la Team Cup qui est exclusivement composée de relais pour la saison 2015 : 4x50m dans chaque spécialité (papillon, dos, brasse, nage libre) et 4x100m 4N.

Les nageurs des catégories poussins et avenir peuvent participer aux étapes qualificatives ET à la finale régionale.

La date des étapes qualificatives départementales sont libres, mais elles doivent être organisées avant le lundi 2 mai 2016. La finale régionale de la Team Cup aura lieu le samedi 21 mai 2016. Elle aura lieu en fin de matinée (10h30-13h30), avec une séquence de Polonat organisée en fin d'après-midi sur le même lieu (15h00-18h00). Les relais nagés pour le classement Polonat seront alors composés de déplacements avec une orientation water-polo.

La participation au tournoi du Polonat n'est pas obligatoire mais, comme pour les benjamins (voir ci-après), elle se place dans la continuité de l'idée de formation transversale des compétences sportives.

## **Programme des 14 ans et plus**

### **Une compétition collective pour les minimes : la coupe interclubs**

Cette compétition est organisée en une étape, à la même date et selon le même programme d'épreuves que la deuxième étape de la coupe interclubs des benjamins. Elle regroupe des équipes de 4 nageurs, sur les quatre 100m de spécialité et deux relais (4x200m nage libre et 4x100m 4N).

La participation à la poule régionale est conditionnée par les résultats obtenus lors de la saison précédente. Ainsi, les 12 meilleures équipes du classement de la saison précédente (en filles et en garçons) sont qualifiées.

Certains clubs pourraient ne pas participer à la poule régionale pour diverses raisons. Leurs équipes auraient toutefois la possibilité de nager dans des poules départementales et les nageurs auraient alors une occasion d'enregistrer des performances individuelles. Cependant, le classement collectif ne pourra pas être validé et la meilleure équipe du club au classement des points à l'issue des interclubs minimes sera déclarée "hors-classement".

### **Une compétition collective toutes catégories : les Interclubs**

Cette compétition est organisée en une étape, en début de saison. Elle rassemble les équipes de toute la France qui concourent toutes, à différents endroits, pour le classement national des interclubs. En 2015, 3 000 équipes ont été classées, soit 30 000 compétiteurs en lice le même week-end sur tout le territoire français.

Festive et populaire, cette compétition est une occasion pour les nageurs de représenter leur club dans une dynamique collective. Placée sur le deuxième week-end de novembre, elle permet une vaste revue d'effectifs pour les clubs.

L'organisation et la composition des poules sur le territoire d'une région est délégué par la Fédération aux comités régionaux.

L'organisation d'une poule régionale est obligatoire. Elle rassemble les 18 meilleures équipes filles et les 18 meilleures équipes garçons de la région au classement de la saison sportive précédente. Les équipes restantes sont alors réparties sur d'autres sites de compétition.

Pour la saison 2016, le Comité Directeur Régional a pris la décision d'organiser une répartition géographique des poules interclubs, de manière à garantir une émulation suffisante et éviter les déséquilibres très importants en matière de nombre d'équipes engagées (parfois 4 équipes pour une poule et presque 30 dans une autre !).

Ainsi, une commission régionale spécifiquement constituée par le Comité Directeur régional se réunira le mercredi 30 septembre 2015 afin de déterminer les répartitions des clubs dans les poules organisées par les départements. Les clubs devront alors impérativement renseigner le comité régional avant le vendredi 25 septembre 2015 du nombre estimé d'équipes qu'ils engageront dans ce programme national.

Au-delà de l'aspect compétitif, la répartition par poules géographiques a pour but de limiter les distances de déplacement des équipes de clubs. Malgré cette ambition, certains clubs devront se déplacer un peu plus loin que la poule la plus proche de leur lieu de pratique. Ces clubs, qui se déplaceront en 2016, ne seront pas ceux qui se déplaceront sur les étapes des saisons ultérieures. Ainsi, à l'échelle de l'olympiade, chaque club aura fait un effort similaire pour la dynamique de performance régionale et pour la qualité sportive et logistique des organisations de poules départementales.

## Un tissage multi-niveaux des compétitions individuelles

La pratique compétitive de la natation est organisée sur quatre niveaux de pratiques : départemental, régional, interrégional et national.

La participation à chacun de ces niveaux est conditionnée par des règles spécifiques, mais repose globalement sur deux principes complémentaires :

- La qualification en cours de saison : une performance réalisée lors d'une compétition d'un niveau sous-jacent, lorsqu'elle est égale ou inférieure à un "temps de qualification", permet au nageur de s'engager à la compétition visée. Par exemple, "un nageur réalisant un temps de la grille de qualification régionale lors d'une compétition départementale qualificative peut s'engager aux championnats régionaux dans les épreuves de son choix, dans la limite de 6 épreuves (extrait du règlement des championnats régionaux d'été)"
- La "série", ou la qualification permanente : certains nageurs ont réalisé au cours de la saison précédente, lors de compétitions spécifiques (de "référence"), des performances d'un niveau particulier (voir règlement fédéral pour plus de détail). Le statut obtenu permet alors d'être automatiquement qualifié aux compétitions de ce niveau, sans obligation de qualification en cours de saison. Par exemple, "Les nageurs de la série interrégionale par année d'âge 14 ans et plus identifiés à l'issue de la saison 2014-2015 [...] ne sont pas limités en nombre d'épreuves. (extrait règlement fédéral)".

Une particularité du championnat régional d'été en Midi-Pyrénées est de dissocier les finales par niveau de série. Ainsi, le matin est, classiquement, dévolu aux épreuves de qualification pour les finales de l'après-midi. Mais les nageurs de niveau de "séries régionale et inférieures" ont des finales spécifiques (A, B ou C selon le nombre de participants) et les nageurs des "séries interrégionale et supérieures" sont regroupés dans une finale A. Ainsi, les nageurs du niveau régional peuvent se confronter et accéder au titre régional, tandis que les nageurs de niveau supérieurs peuvent se préparer aux échéances à venir "sans se tromper d'objectifs.". Les compétitions de références pour chaque niveau sont les suivantes :

Référence nationale (en grand bassin uniquement, pour figurer en série nationale ou inférieure la saison suivante) :

- tous les championnats nationaux,
- les championnats interrégionaux,
- les finales nationales et interrégionales "Lucien-Zins" du natathlon benjamins,
- la Coupe de France des Régions Minimes et Cadets.
- Les compétitions internationales sous les couleurs de l'équipe de France sont également de référence nationale.

Référence interrégionale (en grand bassin uniquement) :

- les compétitions de référence nationale
- les championnats régionaux d'été en grand bassin.

Référence régionale (en grand bassin uniquement) :

- les compétitions de références interrégionales et nationales,
- les championnats départementaux d'été s'ils sont organisés en grand bassin et validés par le comité régional
- le Trophée régional Lucien-ZINS s'il est nagé en bassin de 50m,
- le meeting national Midi-Pyrénées et les meetings nationaux labellisés FFN

Référence départementale (tous bassins) :

- les compétitions de référence nationale, interrégionale et régionale ;
- les championnats interrégionaux en bassin de 25 m ;
- les championnats régionaux en bassin de 25 m ;
- le Trophée régional Lucien-ZINS s'il est nagé en bassin de 25 m ;
- les championnats départementaux en bassin de 25 m hiver et été.
- les meetings en bassin de 25 m labellisés par la FFN et/ ou par les régions

Pour plus de détails, se reporter aux chapitres spécifiques sur les parcours national, interrégional et autres du spécial règlement de la Fédération Française de Natation.



# Calendrier des compétitions REGIONALES

<b>NOVEMBRE</b>	SAM 07 : Interclubs Toutes Catégories Poule régionale – Bassin 25m – ALBI 21 ou 22 : Championnats Départementaux en Petit Bassin SAM 28 : Polonat BENJAMINS – Bassin 25m ou 50m –
<b>DECEMBRE</b>	05 et 06 : Championnats Régionaux – Bassin 25m – 12 ou 13 : Coupe Interclubs Benjamins – Etape 1 – Départements <u>18-19-20 : Championnats Interrégionaux Petit Bassin – ANGOULEME</u>
<b>JANVIER</b>	SAM 30 : Interclubs Benjamins et Minimes – Bassin 25m – Poule Régionale –
<b>FEVRIER</b>	06 et 07 : NOUVEAU – Meeting régional en Grand Bassin – TARBES 20 et 21 : Meeting Alex-JANY – Bassin 50m – TOULOUSE
<b>MARS</b>	04-05-06 : Meeting national Midi-Pyrénées – Bassin 50m - TOULOUSE <u>12 ou 13 : Première étapes du Natathlon – organisations départementales</u> <u>18-19-20 : Chpts Interrégionaux Hiver Grand Bassin – LIMOGES</u>
<b>AVRIL</b>	09 ou 10 : Deuxièmes <u>étapes du Natathlon – organisations départementales</u> <u>18 : Date limite d'organisation des poules qualificatives à la Team Cup</u>
<b>MAI</b>	07 ou 08 : Troisièmes <u>étapes du Natathlon – organisations départementales</u> SAM 21 : Finale Régionale TEAM CUP et Polonat POUSSINS- Bassin 25m – 28 ou 29 : Quatrièmes <u>étapes du Natathlon – organisations départementales</u>
<b>JUIN</b>	11 et 12 : Championnats Régionaux Eté – Bassin 50m - 18-19 : Coupe de France des Départements – BRIVE 25-26 : Championnats Départementaux SAM 25 : Finale Régionale natathlon Benjamins et Poussins 2 <sup>ème</sup> année – Bassin 25m –
<b>JUILLET</b>	02 et 03 : Trophée Lucien-Zins Interrégional – AQUITAINE 08-09-10 : Championnats Interrégionaux Eté Grand Bassin – MIDI-PYRENEES
<b>AOUT</b>	-

## Dates imposées des compétitions départementales et dates protégées

- Poules géographiques Interclubs toutes catégories : 7 ou 8 novembre 2015
- Championnats départementaux d'hiver (25m) : 21 et 22 novembre 2015,
- natathlon 1ère étape : samedi 12 ou dimanche 13 mars 2016,
- natathlon 2ème étape : samedi 9 ou dimanche 10 avril 2016,
- natathlon 3ème étape (benjamins uniquement) : samedi 7 ou dimanche 8 mai 2016,
- natathlon 4ème étape : samedi 28 ou dimanche 29 mai 2016
- Championnats départementaux d'été (25m) : 25 et 26 juin 2016
- Coupe de France des départements : 18 et 19 juin 2016,
- Date limite d'organisation de la Team Cup départementale : 18 avril 2016
- Période de qualification aux championnats régionaux : du 1er janvier au 30 mai 2016.





# Grilles de qualification

		Championnats Régionaux 25m			Meeting National 50m			Meeting Régional et Championnats Régionaux Été		
		MIN	CAD	JUN-SEN	MIN	CAD	JUN-SEN	MIN	CAD	JUN-SEN
<b>DAMES</b>	50 NL	00:31,93	00:31,10	00:30,34	00:31,08	00:30,11	00:29,68	00:32,63	00:31,80	00:31,04
	100 NL	01:09,58	01:07,77	01:06,12	01:07,80	01:05,68	01:04,74	01:11,18	01:09,37	01:07,72
	200 NL	02:31,62	02:27,68	02:24,09	02:27,65	02:23,04	02:21,01	02:35,02	02:31,08	02:27,49
	400 NL	05:17,14	05:08,88	05:01,37	05:09,21	04:59,55	04:55,27	05:24,64	05:16,38	05:08,87
	800 NL	10:53,04	10:36,03	10:20,55	10:37,24	10:17,33	10:08,53	11:09,04	10:52,03	10:36,55
	1500 NL	20:58,60	20:25,84	19:56,03	20:27,36	19:49,03	19:32,07	21:28,60	20:55,84	20:26,03
	50 dos	00:36,93	00:35,98	00:35,11	00:35,76	00:34,64	00:34,15	00:37,53	00:36,58	00:35,71
	100 dos	01:19,23	01:17,17	01:15,31	01:16,89	01:14,49	01:13,43	01:20,73	01:18,67	01:16,81
	200 dos	02:49,72	02:45,33	02:41,33	02:44,71	02:39,57	02:37,30	02:52,92	02:48,53	02:44,53
	50 brasse	00:40,73	00:39,67	00:38,71	00:39,55	00:38,32	00:37,77	00:41,53	00:40,47	00:39,51
	100 brasse	01:28,55	01:26,25	01:24,15	01:26,25	01:23,56	01:22,37	01:30,55	01:28,25	01:26,15
	200 brasse	03:09,50	03:04,56	03:00,06	03:05,25	02:59,46	02:56,90	03:14,50	03:09,56	03:05,06
	50 papillon	00:34,14	00:33,25	00:32,45	00:33,09	00:32,06	00:31,60	00:34,74	00:33,85	00:33,05
	100 papillon	01:16,58	01:14,60	01:12,80	01:14,18	01:11,86	01:10,84	01:17,88	01:15,90	01:14,10
	200 papillon	02:48,34	02:43,98	02:40,02	02:43,11	02:38,01	02:35,78	02:51,24	02:46,88	02:42,92
	200 4N	02:53,13	02:48,64	02:44,56	02:48,25	02:42,99	02:40,67	02:56,63	02:52,14	02:48,06
400 4N	06:04,74	05:55,27	05:46,64	05:55,03	05:43,95	05:39,05	06:12,74	06:03,27	05:54,64	
<b>MESSEIERS</b>	50 NL	00:27,94	00:27,21	00:26,54	00:28,69	00:27,02	00:25,95	00:28,64	00:27,91	00:27,24
	100 NL	01:01,64	01:00,03	00:58,57	01:03,36	00:59,65	00:57,30	01:03,24	01:01,63	01:00,17
	200 NL	02:16,44	02:12,89	02:09,65	02:20,10	02:11,90	02:06,71	02:19,84	02:16,29	02:13,05
	400 NL	04:49,80	04:42,24	04:35,36	04:57,85	04:40,42	04:29,39	04:57,30	04:49,74	04:42,86
	800 NL	10:03,32	09:47,58	09:33,25	10:20,49	09:44,17	09:21,18	10:19,32	10:03,58	09:49,25
	1500 NL	19:08,68	18:38,72	18:11,45	19:40,91	18:31,78	17:48,01	19:38,68	19:08,72	18:41,45
	50 dos	00:32,53	00:31,69	00:30,92	00:33,20	00:31,25	00:30,03	00:33,13	00:32,29	00:31,52
	100 dos	01:10,10	01:08,28	01:06,63	01:11,74	01:07,53	01:04,88	01:11,60	01:09,78	01:08,13
	200 dos	02:33,00	02:29,03	02:25,42	02:36,52	02:27,35	02:21,54	02:36,20	02:32,23	02:28,62
	50 brasse	00:35,59	00:34,67	00:33,82	00:36,46	00:34,33	00:32,97	00:36,39	00:35,47	00:34,62
	100 brasse	01:17,77	01:15,74	01:13,90	01:19,92	01:15,25	01:12,28	01:19,77	01:17,74	01:15,90
	200 brasse	02:48,45	02:44,04	02:40,03	02:53,77	02:43,60	02:37,16	02:53,45	02:49,04	02:45,03
	50 papillon	00:30,44	00:29,65	00:28,93	00:31,10	00:29,28	00:28,13	00:31,04	00:30,25	00:29,53
	100 papillon	01:07,94	01:06,18	01:04,57	01:09,37	01:05,31	01:02,73	01:09,24	01:07,48	01:05,87
	200 papillon	02:30,85	02:26,95	02:23,39	02:34,06	02:25,04	02:19,33	02:33,75	02:29,85	02:26,29
	200 4N	02:34,55	02:30,53	02:26,87	02:38,36	02:29,08	02:23,22	02:38,05	02:34,03	02:30,37
400 4N	05:29,18	05:20,61	05:12,80	05:37,82	05:18,04	05:05,52	05:37,18	05:28,61	05:20,80	

# Calendrier CD 12 NATATION

Date	Dénomination	Lieux	Catégories
<b>Compétitions Natation Course</b>			
17/10/2015	Challenge d'automne Conseil Départemental 12	Villefranche	P-B
18/10/2015	Challenge d'automne Conseil Départemental 12	Villefranche	M-C-J-S
8/11/2015	Interclubs TC	Rodez	P-B-M-C-J-S
21-22/11/2015	Challenge d'hiver du Conseil Départemental 12	Saint-Affrique	B
21-22/11/2015	Championnat départemental 25m Conseil Départemental 12	Saint-Affrique	M-C-J-S
13/12/2015	Interclubs poussins + benjamins (1)	Millau	P-B
31/01/2016	Interclubs benjamins (2) + minimes (1)	Millau	B-M
31/01/2016	Interclubs cadets et + Conseil Départemental 12	Millau	C-J-S
12/03/2016	Natathlon Poussins (1)	Onet	P
12-13/03/2016	Natathlon benjamins (1)	Onet	B
27/03/2016	1 <sup>er</sup> meeting départemental qualification Conseil Départemental 12	Saint-Affrique	M-C-J-S
9/04/2016	Team Cup départementale	Onet	P
9-10/04/2016	Natathlon benjamins (2)	Onet	B
7/05/2016	Natathlon Poussins (2)	Millau	P
8/05/2016	Natathlon benjamins (3)	Millau	B
15/5/2016	2 <sup>ème</sup> meeting départemental qualification Conseil Départemental 12	Capdenac	M-C-J-S
28/05/2016	Natathlon Poussins (3)	Villefranche	P
29/5/2016	Natathlon benjamins (4)	Villefranche	B
26/06/2016	Championnat départemental Conseil Départemental 12	Decazeville	M-C-J-S
26/06/2016	Challenge d'été du Conseil Départemental 12	Decazeville	P-B
<b>Meeting clubs</b>			
4-5/06/2016	2 <sup>ème</sup> meeting de l'amitié de la ville de Millau (bassin de 50m)	Millau	P-B-M-C-J-S
<b>Tests ENF</b>			
A définir	Pass'sport de l'eau (1)	Onet	
A définir	Pass'sport de l'eau (2)	Onet	
A définir	Pass'sport de l'eau (3)	Onet	
A définir	Pass'sport de l'eau (4)	Onet	
A définir	Pass'sport de l'eau (5)	Onet	
17/10/2015	Pass'compétition (1)	Villefranche	
8/11/2015	Pass'compétition (2)	Rodez	
13/12/2015	Pass'compétition (3)	Millau	
12/03/2016	Pass'compétition (4)	Onet	
9/04/2016	Pass'compétition (5)	Onet	
7/05/2016	Pass'compétition (6)	Millau	
28/5/2016	Pass'compétition (7)	Villefranche	
26/06/2016	Pass'compétition (8)	Decazeville	
<b>Compétitions Maîtres</b>			
17/10/2015	Challenge du conseil général	Villefranche	Maîtres
09/04/2016	Challenge du conseil général	Onet	Maîtres
7/05/2016	Challenge du conseil général	Millau	Maîtres
28/05/2016	Challenge du conseil général	Villefranche	Maîtres
25/06/2016	Challenge du conseil général	Decazeville	Maîtres

## Abréviations

A : Avenirs, P : Poussins, B : Benjamins, M : Minimes, C : Cadets, J : Juniors, S : Séniors, TC : Toutes Catégories

■ Samedi 17 octobre 2015

## PASS'COMPETITION

■ Lieu : Villefranche

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 14h00

- 100 4 Nages

■ Samedi 17 octobre 2015

1 réunion

## Challenge Conseil Départemental 12 Avenir-Poussins-Benjamins

■ Lieu : Villefranche

■ Compétition d'animation

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 14h00

- 100 4N Poussins
- 200 4N Benjamins
- 25m coulée ondulation avec palmes P+B
- 8' Jbs battements P+B
- 4x25 papillon Dames/Messieurs/Mixte
- 4x25 dos Dames/Messieurs/Mixte
- 4x25 brasse Dames/Messieurs/Mixte
- 4x25 NL Dames/Messieurs/Mixte

## Descriptif des épreuves :

### Epreuves de relais :

Les engagements peuvent être réalisés en dames, Messieurs ou Mixte. L'objectif est que tous les nageurs présents puissent participer. Il n'y a pas de catégorie pour les épreuves de relais. Les nageurs Poussins peuvent être intégrés à des équipes benjamines, et inversement.

Des équipes, sous la bannière Aveyron, seront proposées pour ajuster les équipes de club incomplètes.

### Epreuves individuelles :

**100 4N-200 4N** : selon le règlement FINA en vigueur.

**8' Jambes battements** : les nageurs partent dans l'eau, 1 main accrochée au bord. Au signal, ils s'élancent pour 8 minutes, équipés d'une planche. Les nageurs doivent réaliser des battements de jambes durant la durée de l'épreuve. Un autre mouvement de jambes signifie l'arrêt du nageur. Les virages sont réalisés à la main ou avec une culbute. Tout mouvement de propulsion avec un bras est interdit au moment du virage. Une main doit toujours être sur la planche au moment du virage. Les chronomètres relèvent la distance réalisée au coup de sifflet final, ou la distance réalisée en battements.

**25m coulée ondulation avec palmes** : les nageurs partent des plots de départ, équipés de leurs palmes. L'épreuve est effectuée sous l'eau, en position de coulée ventrale et avec un mouvement d'ondulation des jambes.

### ATTENTION :

Les nageurs devront se présenter avec leur matériel : Pull-Buoy + Elastique + Planche + Palmes.

L'organisateur se réserve le droit de valider le matériel et d'en proposer pour chaque épreuve (sauf épreuve de palmes)

- Dimanche 18 octobre 2015
- 2 réunions

## Challenge Conseil Départemental 12 Minimes et +

- Lieu : Villefranche
- Compétition d'animation

Ouverture des portes : 8h30 Début des épreuves : 10h00	Ouverture des portes : 13h30 Début des épreuves : 15h
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 4x50 papillon</li> <li>▪ 4x50 dos</li> <li>▪ 4x50 brasse</li> <li>▪ 4x50 NL</li> <li>▪ 200 4N</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 8' Pull-Buoy Elastique</li> <li>▪ 8' Jbs Battements</li> <li>▪ 50m avec palmes (25 coulée ondulation + 25 NL)</li> </ul>

## Descriptif des épreuves :

### Epreuves de relais :

Les engagements peuvent être réalisés en dames, Messieurs ou Mixte. L'objectif est que tous les nageurs présents puissent participer.

Des équipes, sous la bannière Aveyron, seront proposées pour ajuster les équipes de club incomplètes.

### Epreuves individuelles :

**200 4N** : selon le règlement FINA en vigueur.

**8' Pull-Buoy Elastique** : les nageurs partent dans l'eau, 1 main accrochée au bord. Au signal, ils s'élancent en Nage Libre pour 8 minutes, équipés d'un Pull-Buoy et d'un élastique aux chevilles. Les chronomètres relèvent la distance réalisée au coup de sifflet final.

**8' Jambes battements** : les nageurs partent dans l'eau, 1 main accrochée au bord. Au signal, ils s'élancent pour 8 minutes, équipés d'une planche. Les nageurs doivent réaliser des battements de jambes durant la durée de l'épreuve. Un autre mouvement de jambes signifie l'arrêt du nageur. Les virages sont réalisés à la main ou avec une culbute. Tout mouvement de propulsion avec un bras est interdit au moment du virage. Une main doit toujours être sur la planche au moment du virage. Les chronomètres relèvent la distance réalisée au coup de sifflet final, ou la distance réalisée en battements.

**50m avec palmes** : les nageurs partent des plots de départ, équipés de leurs palmes. La première longueur est effectuée sous l'eau, en position de coulée ventrale et avec un mouvement d'ondulation des jambes. Les nageurs peuvent remonter après les drapeaux des 20m pour effectuer leur virage. Le retour s'effectue en Nage Libre, la seule règle s'appliquant étant la distance de coulée limitée à 15 mètres.

### ATTENTION :

Les nageurs devront se présenter avec leur matériel : Pull-Buoy + Elastique + Planche + Palmes.

L'organisateur se réserve le droit de valider le matériel et d'en proposer pour chaque épreuve (sauf épreuve de palmes)

- Dimanche 8 novembre 2015
- 2 réunions

## Championnats interclubs\*

### Toutes Catégories\*

### en bassin de 25m

- Lieu : RODEZ (Aquavallon)
- Compétition d'animation

\* À compter de la saison sportive 2012-2013, les nageurs ou nageuses nés en 2004 et après ont l'obligation d'être titulaires de l'ensemble du dispositif ENF (Sauv'Nage, Pass'Sports de l'eau et le Pass'Compétition) pour intégrer les différentes compétitions. Le contrôle sera effectué lors des propositions d'engagement sur l'espace Extranat mais également lors de l'intégration des performances sur le serveur fédéral.

*Compétitions par équipes de 10 nageurs ou nageuses*

*Chaque équipe est composée de dix nageurs ou nageuses avec l'obligation de participer à une épreuve individuelle et au relais 10 x 50 m nage libre. Lorsque les titulaires du relais 10 x 50 m nage libre ont nagé, aucun remplaçant ne peut se substituer dans les autres courses.*

*Pour être classé, toutes les épreuves doivent être nagées.*

Ouverture des portes : 8h00 Début des épreuves : 09h30	Ouverture des portes : 13h30 Début des épreuves : 15h
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 10 x 50 Nage Libre dames</li> <li>■ 10 x 50 Nage Libre messieurs</li> <li>■ 100 Dos dames</li> <li>■ 200 Dos messieurs</li> <li>■ 100 Brasse dames</li> <li>■ 200 Brasse messieurs</li> <li>■ 100 Nage Libre dames</li> <li>■ 400 Nage Libre messieurs</li> <li>■ 100 Papillon dames</li> <li>■ 200 Papillon messieurs</li> <li>■ 100 4 N dames</li> <li>■ 200 4 N messieurs</li> </ul> <p style="text-align: center;">Pause 15'</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 4 x 100 Nage Libre dames</li> <li>■ 4 x 100 Nage Libre messieurs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 4 x 200 Nage Libre dames</li> <li>■ 4 x 200 Nage Libre messieurs</li> <li>■ 200 Dos dames</li> <li>■ 100 Dos messieurs</li> <li>■ 200 Brasse dames</li> <li>■ 100 Brasse messieurs</li> <li>■ 400 Nage Libre dames</li> <li>■ 100 Nage Libre messieurs</li> <li>■ 200 Papillon dames</li> <li>■ 100 Papillon messieurs</li> <li>■ 200 4 N dames</li> <li>■ 100 4 N messieurs</li> </ul> <p style="text-align: center;">Pause 15'</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 4 x 100 4 N dames</li> <li>■ 4 x 100 4 N messieurs</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Samedi 21 et Dimanche 22 novembre 2015</li> </ul>	<b>Challenge d'hiver du Conseil Général 12 Benjamins</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Lieu : Saint Affrique</li> <li>■ Compétition d'animation</li> <li>■ 6 engagements maximum</li> </ul>
--	--	---

<b>Samedi 21 Novembre 2015</b> <b>Ouverture des portes : 15h</b> <b>Début des épreuves : 16h30</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 800 NL</li> <li>▪ 1500 NL</li> </ul>

<b>Dimanche 22 Novembre 2015</b> <b>Ouverture des portes : 8h30</b> <b>Début des épreuves : 10h</b>	<b>Dimanche 22 Novembre 2015</b> <b>Ouverture des portes : 13h30</b> <b>Début des épreuves : 15h</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 400 Nage Libre</li> <li>▪ 50 Brasse</li> <li>▪ 100 Dos</li> <li>▪ 50 Papillon</li> <li>▪ 200 Brasse</li> <li>▪ 100 Nage Libre</li> <li>▪ 200 Papillon</li> <li>▪ 200 4 Nages</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 50 Nage Libre</li> <li>▪ 100 4 Nages</li> <li>▪ 200 Dos</li> <li>▪ 100 Brasse</li> <li>▪ 400 4 Nages</li> <li>▪ 50 Dos</li> <li>▪ 100 Papillon</li> <li>▪ 200 Nage Libre</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Samedi 21 et dimanche 22 novembre 2015</li> </ul>	<b>Championnat départemental d'hiver (25m) Minimes et +</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Lieu : Saint Affrique</li> <li>■ Compétition d'animation</li> <li>■ 6 engagements maximum</li> </ul>
--	---	---

Catégories d'âge : F. et G. 14 ans et plus (2001 et avant)

<b>Samedi 21 Novembre 2015</b> <b>Ouverture des portes : 15h</b> <b>Début des épreuves : 16h30</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 800 NL</li> <li>▪ 1500 NL</li> </ul>

<b>Dimanche 22 Novembre 2015</b> <b>Ouverture des portes : 8h30</b> <b>Début des épreuves : 10h</b>	<b>Dimanche 22 Novembre 2015</b> <b>Ouverture des portes : 13h30</b> <b>Début des épreuves : 15h</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 400 Nage Libre</li> <li>▪ 50 Brasse</li> <li>▪ 100 Dos</li> <li>▪ 50 Papillon</li> <li>▪ 200 Brasse</li> <li>▪ 100 Nage Libre</li> <li>▪ 200 Papillon</li> <li>▪ 200 4 Nages</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 50 Nage Libre</li> <li>▪ 100 4 Nages</li> <li>▪ 200 Dos</li> <li>▪ 100 Brasse</li> <li>▪ 400 4 Nages</li> <li>▪ 50 Dos</li> <li>▪ 100 Papillon</li> <li>▪ 200 Nage Libre</li> </ul>

■ Dimanche 13 décembre 2015

## PASS'COMPETITION

■ Lieu : MILLAU

Ouverture des portes : 09h00

Début des épreuves : 10h30

- 100 4 Nages

■ Dimanche 13 décembre 2015

## Interclubs benjamins 1<sup>er</sup> plot

■ Lieu : MILLAU

■ Compétition d'animation

Un nageur ou nageuse doit impérativement participer au 100m 4 nages ainsi qu'aux relais.

Ouverture des portes : 09h00

Début des épreuves : 10h30

- 4 x 50 Papillon
- 4 x 50 4 Nages
- 4 x 50 Brasse
- 100 4 Nages
- 4 x 50 Nage Libre

■ Dimanche 13 décembre 2015

## Interclubs 11 ans et moins mixte

■ Lieu : MILLAU

■ Compétition d'animation

Un nageur ou nageuse doit impérativement participer au 100m 4 nages ainsi qu'aux relais.

Les équipes classées seront obligatoirement composées de 2 filles + 2 garçons.

Toutefois, et hors classement, les clubs pourront présenter des équipes ne respectant pas la mixité telle que définie, et des équipes entre plusieurs clubs, afin de faire participer un maximum de nageurs.

Ouverture des portes : 09h00

Début des épreuves : 10h30

- 4 x 25 Papillon
- 4 x 50 Dos
- 4 x 50 Brasse
- 100 4 Nages
- 4 x 50 Nage Libre

- Dimanche 31 janvier 2016
- 2 réunions

## Interclubs benjamins en bassin de 25 m – 2ème plot

- Lieu : MILLAU
- Compétition d'animation

Un nageur ou une nageuse doit impérativement participer à deux épreuves individuelles ainsi qu'aux relais. Toutes les épreuves individuelles doivent être nagées deux fois.

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ouverture des portes : 9h</b></li> <li>• <b>Début des épreuves : 10h30</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ouverture des portes : 13h30</b></li> <li>• <b>Début des épreuves : 15h</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 100 Brasse</li> <li>• 100 Nage Libre</li> <li>• 4x100 4 Nages chaque relayeur réalise un 100m 4 nages</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4x200 Nage Libre Benjamins</li> <li>• 100 Papillon</li> <li>• 100 Dos</li> <li>• 4x200 Nage Libre Minimes</li> </ul>

- Dimanche 31 janvier 2016
- 2 réunions

## Interclubs Minimes

- Lieu : MILLAU
- Compétition d'animation

Un nageur ou une nageuse doit impérativement participer à deux épreuves individuelles ainsi qu'aux relais. Toutes les épreuves individuelles doivent être nagées deux fois.

<p style="text-align: center;"><b>Ouverture des portes : 9h</b> <b>Début des épreuves : 10h30</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Ouverture des portes : 13h30</b> <b>Début des épreuves : 15h</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 100 Brasse</li> <li>▪ 100 Nage Libre</li> <li>▪ 4x100 4 Nages chaque relayeur réalise un 100m 4 nages</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 4x200 Nage Libre Benjamins</li> <li>▪ 100 Papillon</li> <li>▪ 100 Dos</li> <li>▪ 4x200 Nage Libre Minimes</li> </ul>

- Dimanche 31 janvier 2016
- 2 réunions

## Interclubs mixte Cadets et +

- Lieu : MILLAU
- Compétition d'animation

Les équipes classées seront obligatoirement composées de 2 filles + 2 garçons.

Toutefois, et hors classement, les clubs pourront présenter des équipes ne respectant pas la mixité telle que définie, et des équipes entre plusieurs clubs, afin de faire participer un maximum de nageurs.

Un nageur ou une nageuse doit impérativement participer à 6 épreuves de relais.

<p style="text-align: center;"><b>Ouverture des portes : 9h</b> <b>Début des épreuves : 10h30</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Ouverture des portes : 13h30</b> <b>Début des épreuves : 15h</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 4X50 Brasse</li> <li>▪ 4X50 Nage Libre</li> <li>▪ 4x100 4 Nages (par 100 4 Nages)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 4x50 Papillon</li> <li>▪ 4x50 Dos</li> <li>▪ 4x200 Nage Libre</li> </ul>



■ Samedi 12 mars 2016

## PASS'COMPETITION

■ Lieu : ST AFFRIQUE

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 13h30

- 100 4 Nages

■ Samedi 12 mars 2016

### Natathlon – Plot 1 Poussins 11 ans/10 ans et moins

■ Lieu : ST AFFRIQUE

■ Compétition qualificative

■ Engagements : voir annuel fédéral

Catégories d'âge : F. et G. 11 ans (2005) / 10 ans et moins (2006 et plus)

Samedi 12 mars 2016

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 13h30

- 50 NL 10 ans et moins
- 100 NL 11 ans
- 50 Brasse 10 ans et moins
- 100 Brasse 11 ans
- 50 Dos 10 ans et moins
- 100 Dos 11 ans
- 50 Papillon 10 ans et moins
- 100 Papillon 11 ans
- 200 NL 10 ans et moins
- 400 NL 11 ans

■ Samedi 12 mars 2016 et  
Dimanche 13 mars 2016

### Natathlon – Plot 1 Benjamins

■ Lieu : ST AFFRIQUE

■ Compétition qualificative

■ Engagements : voir annuel fédéral

Catégories d'âge : F. et G. Benjamins (2004-2003)

Samedi 12 mars 2016

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 13h30

- 200 Dos Benjamines
- 200 Dos Benjamins
- 200 NL Benjamines
- 200 NL Benjamins

Dimanche 13 mars 2016

Ouverture des portes : 9h30

Début des épreuves : 11h00

- 400 4N Benjamins
- 400 4N Benjamines

Dimanche 13 mars 2016

Ouverture des portes : 13h30

Début des épreuves : 15h00

- 100 Papillon Benjamines
- 100 Papillon Benjamins
- 100 Brasse Benjamines
- 100 Brasse Benjamins

■ Dimanche 27 mars 2016

**Meeting départemental 1  
Qualificatif  
Minimes et +**

- Lieu : Saint Affrique
- Compétition qualificative
- Pas de limite d'engagements

Catégories d'âge : F. et G. 14 ans et plus (2002 et avant)

<b>Ouverture des portes : 9h Début des épreuves : 10h30</b>	<b>Ouverture des portes : 13h30 Début des épreuves : 15h</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>■ 400 Nage Libre</li><li>■ 50 Brasse</li><li>■ 100 Dos</li><li>■ 50 Papillon</li><li>■ 200 Brasse</li><li>■ 100 Nage Libre</li><li>■ 200 Papillon</li><li>■ 200 4 Nages</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ 50 Dos</li><li>■ 200 Nage Libre</li><li>■ 100 Brasse</li><li>■ 400 4 Nages</li><li>■ 50 Nage Libre</li><li>■ 100 Papillon</li><li>■ 200 Dos</li><li>■ 800 Nage Libre / 1500 Nage Libre</li></ul>

■ Samedi 9 avril 2016

## PASS'COMPETITION

■ Lieu : Onet

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 14h00

- 100 4 Nages

■ Samedi 9 avril 2016

## Team Cup Départementale 11 ans/10 ans et moins

■ Lieu : ONET

■ Compétition qualificative

■ Engagements : voir annuel fédéral

Catégories d'âge : F. et G. 11 ans (2005) / 10 ans et moins (2006 et plus)

Samedi 9 avril 2016- Team Cup

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 14h

- 4x50 NL Poussins
- 4x100 4N (par 100 4N) Poussins
- 50 Papillon Poussins
- 50 Dos Poussins
- 50 Brasse Poussins
- 50 NL Poussins

■ Samedi 9 avril 2016 et  
Dimanche 10 avril 2016

## Natathlon – Plot 2 Benjamins

■ Lieu : Onet

■ Compétition qualificative

■ Engagements : voir annuel fédéral

Catégories d'âge : F. et G. Benjamins (2004-2003)

Samedi 9 avril 2016

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 14h00

- 200 Papillon Benjamins
- 200 Papillon Benjamins
- 200 Brasse Benjamins
- 200 Brasse Benjamins

Dimanche 10 avril 2016

Ouverture des portes : 9h00

Début des épreuves : 10h30

- 800 NL Benjamins
- 800 NL Benjamins

Dimanche 10 avril 2016

Ouverture des portes : 13h30

Début des épreuves : 14h30

- 100 Dos Benjamins
- 100 Dos Benjamins
- 100 NL Benjamins
- 100 NL Benjamins

■ Samedi 7 mai 2016

## PASS'COMPETITION

■ Lieu : Millau

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 14h00

- 100 4 Nages

■ Samedi 7 mai 2016

## Natathlon – Plot 2 Poussins 11 ans/10 ans et moins

■ Lieu : Millau

■ Compétition qualificative

■ Engagements : voir annuel fédéral

Catégories d'âge : F. et G. 11 ans (2005) / 10 ans et moins (2006 et plus)

Samedi 7 mai 2016

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 14h00

- 50 NL 10 ans et moins
- 100 NL 11 ans
- 50 Brasse 10 ans et moins
- 100 Brasse 11 ans
- 50 Dos 10 ans et moins
- 100 Dos 11 ans
- 50 Papillon 10 ans et moins
- 100 Papillon 11 ans
- 200 NL 10 ans et moins
- 400 NL 11 ans

■ Dimanche 08 mai 2016

## Natathlon – Plot 3 Benjamins

■ Lieu : Millau

■ Compétition qualificative

■ Engagements : voir annuel fédéral

Catégories d'âge : F. et G. Benjamins (2004-2003)

■ Dimanche 08 mai 2016

Ouverture des portes : 9h00

Début des épreuves : 10h30

- 100 Papillon Benjamines
- 400 4N Benjamines
- 200 Dos Benjamines
- 100 Brasse Benjamines
- 200 NL Benjamines

■ Dimanche 08 mai 2016

Ouverture des portes : 13h30

Début des épreuves : 14h30

- 100 Papillon Benjamins
- 400 4N Benjamins
- 200 Dos Benjamins
- 100 Brasse Benjamines
- 200 NL Benjamins

Samedi 15 mai 2016

## Meeting départemental 2 Qualificatif

- Lieu : Capdenac
- Compétition qualificative
- 6 engagements maximum

Catégories d'âge : F. et G. 14 ans et plus (2002 et avant)

<b>Ouverture des portes : 9h Début des épreuves : 10h30</b>	<b>Ouverture des portes : 13h30 Début des épreuves : 15h</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ 400 Nage Libre</li><li>▪ 50 Brasse</li><li>▪ 100 Dos</li><li>▪ 50 Papillon</li><li>▪ 200 Brasse</li><li>▪ 100 Nage Libre</li><li>▪ 200 Papillon</li><li>▪ 200 4 Nages</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ 50 Dos</li><li>▪ 200 Nage Libre</li><li>▪ 100 Brasse</li><li>▪ 400 4 Nages</li><li>▪ 50 Nage Libre</li><li>▪ 100 Papillon</li><li>▪ 200 Dos</li><li>▪ 800 Nage Libre / 1500 Nage Libre</li></ul>

■ Samedi 28 mai 2016

## PASS'COMPETITION

■ Lieu : Villefranche

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 13h15

- 100 4 Nages

■ Samedi 28 mai 2016

## Natathlon – Plot 3 11 ans/10 ans et moins

■ Lieu : Villefranche

■ Compétition qualificative

■ Engagements : voir annuel fédéral

Catégories d'âge : 11 ans (2005) / 10 ans et moins (2006 et plus)

Samedi 28 mai 2016

Ouverture des portes : 12h30

Début des épreuves : 13h30

- 50 NL 10 ans et moins
- 100 NL 11 ans
- 50 Brasse 10 ans et moins
- 100 Brasse 11 ans
- 50 Dos 10 ans et moins
- 100 Dos 11 ans
- 50 Papillon 10 ans et moins
- 100 Papillon 11 ans
- 200 NL 10 ans et moins
- 400 NL 11 ans

■ Dimanche 29 mai 2016

## Natathlon – Plot 4 Benjamins

■ Lieu : Villefranche

■ Compétition qualificative

■ Engagements : voir annuel fédéral

Catégories d'âge : F. et G. Benjamins (2004-2003)

Dimanche 29 mai 2016

Ouverture des portes : 9h

Début des épreuves : 10h30

- 800 NL Benjamins
- 200 Papillon Benjamins
- 100 NL Benjamins
- 200 Brasse Benjamins
- 100 Dos Benjamins

Dimanche 29 mai 2016

Ouverture des portes : 13h30-14h

Début des épreuves : 14h30-15h

- 800 NL Benjamins
- 200 Papillon Benjamins
- 100 NL Benjamins
- 200 Brasse Benjamins
- 100 Dos Benjamins

■ Dimanche 26 juin 2016	<b>Challenge d'été du Conseil Général 12 10 ans et moins - 11 ans - Benjamins</b>	■ Lieu : DECAZEVILLE ■ Compétition d'animation ■ 5 engagements individuel + 2 relais
-------------------------	---	--

<b>Ouverture des portes : 8h Début des épreuves : 9h30</b>	<b>Ouverture des portes : 14h Début des épreuves : 15h</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 100 4N</li> <li>▪ 400 NL</li> <li>▪ 100 Papillon</li> <li>▪ 200 Dos</li> <li>▪ 50 Brasse</li> <li>▪ 100 NL</li> <li>▪ 50 Dos</li> <li>▪ 400 4N</li> <li>▪ 200 Brasse</li> <li>▪ 4X50 4N</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 4x50 NL</li> <li>▪ 50 NL</li> <li>▪ 200 Papillon</li> <li>▪ 100 Dos</li> <li>▪ 100 Brasse</li> <li>▪ 200 NL</li> <li>▪ 50 Papillon</li> <li>▪ 200 4N</li> </ul>

■ Dimanche 26 juin 2016	<b>Championnat Aveyron été Minimes et +</b>	■ Lieu : DECAZEVILLE ■ Compétition d'animation ■ 5 engagements maximum + 2 relais
-------------------------	---	---

Catégories d'âge : F. et G. 14 ans et plus (2002 et avant)

<b>Ouverture des portes : 8h Début des épreuves : 9h30</b>	<b>Ouverture des portes : 14h Début des épreuves : 15h</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 100 4N</li> <li>▪ 400 NL</li> <li>▪ 100 Papillon</li> <li>▪ 200 Dos</li> <li>▪ 50 Brasse</li> <li>▪ 100 NL</li> <li>▪ 50 Dos</li> <li>▪ 400 4N</li> <li>▪ 200 Brasse</li> <li>▪ 4X50 4N</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 4x50 NL</li> <li>▪ 50 NL</li> <li>▪ 200 Papillon</li> <li>▪ 100 Dos</li> <li>▪ 100 Brasse</li> <li>▪ 200 NL</li> <li>▪ 50 Papillon</li> <li>▪ 200 4N</li> <li>▪ 800 NL/1500 NL</li> </ul>

# Maîtres

## Les catégories d'âges

A la différence de la discipline Natation course, la discipline des Maîtres considère les catégories d'âges en relation avec l'année civile (1er janvier – 31 décembre) plutôt que la saison sportive (16 septembre – 15 septembre).

Ainsi, il convient de rappeler que le changement de catégorie s'effectue au 31 décembre.

Par exemple, une personne née pendant l'année 1971 sera de catégorie C4 jusqu'au 31 décembre 2015, et de la catégorie C5 à partir du 1er janvier 2016.

### **Les catégories d'âges (épreuves individuelles) :**

	<b>Jusqu'au 31 décembre 2015</b>	<b>A partir du 1<sup>er</sup> janvier 2016</b>
C1	Né(e) entre 1986 et 1990	Né(e) entre 1987 et 1991
C2	Né(e) entre 1981 et 1985	Né(e) entre 1982 et 1986
C3	Né(e) entre 1976 et 1980	Né(e) entre 1977 et 1981
C4	Né(e) entre 1971 et 1975	Né(e) entre 1972 et 1976
C5	Né(e) entre 1966 et 1970	Né(e) entre 1967 et 1971
C6	Né(e) entre 1961 et 1965	Né(e) entre 1962 et 1966
C7	Né(e) entre 1956 et 1960	Né(e) entre 1957 et 1961
C8	Né(e) entre 1951 et 1955	Né(e) entre 1952 et 1956
C9	Né(e) entre 1946 et 1950	Né(e) entre 1947 et 1951
C10	Né(e) entre 1941 et 1945	Né(e) entre 1942 et 1946
C11	Né(e) entre 1936 et 1940	Né(e) entre 1937 et 1941
C12	Né(e) entre 1931 et 1935	Né(e) entre 1932 et 1936
C13	Né(e) entre 1926 et 1930	Né(e) entre 1927 et 1931
C14	Né(e) entre 1921 et 1925	Né(e) entre 1922 et 1925
C15	Né(e)s entre 1920 et 1915 (...*)	Né(e)s entre 1921 et 1916 (...*)

\* et suivant. Les catégories individuelles changent tous les cinq ans.

### **Les catégories d'âges (épreuves de relais) :**

R1	Âge total entre 100 et 119 ans
R2	Âge total entre 120 et 159 ans
R3	Âge total entre 160 et 199 ans
R4	Âge total entre 200 et 239 ans
R5	Âge total entre 240 et 279 ans
R6	Âge total entre 280 et 319 ans
R7	Âge total entre 320 et 359 ans
R8	Âge total entre 360 et 399 ans (...**)

\*\* et suivant. Les catégories des relais changent tous les quarante ans.



# Le calendrier régional des Maîtres

## Calendrier régional (et national pour information) :

<b>OCTOBRE</b>	SAM 11 ou DIM 12 : Polonat - ALBI
<b>NOVEMBRE</b>	DIM 30 : Championnats Régionaux Interclubs –COLOMIERS
<b>DECEMBRE</b>	-
<b>JANVIER</b>	DIM 18 : Championnat Régional (1 <sup>ère</sup> étape) – CAHORS 24-25 : Championnats de France Interclubs - Istres
<b>FEVRIER</b>	-
<b>MARS</b>	DIM 01 : Championnat Régional (2 <sup>ème</sup> étape) – VILLEFRANCHE-DE-ROUERGUE 26-29 : Championnats de France d'Hiver – Angers
<b>AVRIL</b>	-
<b>MAI</b>	
<b>JUIN</b>	25-28 : Championnats de France d'Eté – Canet-en-Roussillon

## Le calendrier du CD12

### Compétitions Maîtres Comité Départemental Aveyron

17/10/2015	Championnat départemental open	Villefranche	OP-19h
9/04/2016	Championnat départemental open	Onet	OP-19h
7/05/2016	Championnat départemental open	Millau	OP-19h
28/05/2016	Championnat départemental open	Villefranche	OP-19h
25/06/2016	Championnat départemental open	DECAZEVILLE	OP-18h00

- Samedi 17 octobre 2015 à Villefranche
- Samedi 09 avril 2016 à Onet
- Samedi 07 mai 2016 à Millau
- Samedi 28 mai 2016 à Villefranche
- Samedi 25 juin 2016 à Decazeville

### Championnat Aveyron des Maîtres Open

■ 5 engagements individuels  
maximum + relais

Ouverture des portes : 19h00 et 18h00 à Decazeville

Début des épreuves : 20h00

1. Relais 4 X 50 NL dames	20. 50 Dos dames
2. Relais 4 X 50 NL messieurs	21. 50 Dos messieurs
3. 400 NL dames	22. 100 Brasse dames
4. 400 NL messieurs	23. 100 Brasse messieurs
5. 400 4N dames	24. Relais 4 X 50 4N mixte
6. 400 4N messieurs	25. 200 Papillon dames
7. 50 Papillon dames	26. 200 Papillon messieurs
8. 50 Papillon messieurs	27. 50NL dames
9. 100 Dos dames	28. 50 NL messieurs
10. 100 Dos messieurs	29. 200 Dos dames
11. Relais 4 X 50 NL mixte	30. 200 Dos messieurs
12. 50 Brasse dames	31. 200 Brasse dames
13. 50 Brasse messieurs	32. 200 Brasse messieurs
14. 100 NL dames	33. 200 NL dames
15. 100 NL messieurs	34. 200 NL messieurs
16. 100 Papillon dames	35. 200 4N dames
17. 100 Papillon messieurs	36. 200 4N messieurs
18. 100 4N dames	37. Relais 4 X 50 4N dames
19. 100 4N messieurs	38. Relais 4 X 50 4N messieurs

**BONNE SAISON**

**SPORTIVE**

**2015 - 2016**