



# **IRNO**

## **NATATION ARTISTIQUE**

## **CALENDRIER DES FORMATIONS, REUNIONS, STAGES, et COMPETITIONS INTERREGIONALES**

### **22 et 23 septembre 2018 à ANCENIS:**

- SEMINAIRE de l'Equipe Technique et Commission Interrégionale

### **17 et 18 novembre 2018 à TOURS :**

- FORMATION des entraîneurs (17 novembre)
- FORMATION des officiels sur le support des Journées d'Automne
- JOURNEES D'AUTOMNE

### **13 au 15 décembre 2018 à ANGERS :**

- FORMATION des officiels sur le support des Chpts Elite Hiver

### **16 et 17 mars 2019 à CAEN :**

- REUNION commission et équipe technique interrégionale (16 mars 9h à 12h)
- N3 JUNIORS

### **27 et 28 avril 2019 à ST BRIEUC :**

- N3 JEUNES

### **1<sup>er</sup> 2 juin 2019 à TOURS :**

- REUNION commission et équipe technique interrégionale (31 mai 20h à 23h)
- N3 AVENIRS & SENIORS

### **8 et 9 juin 2019 à CHOLET :**

- CHALLENGE GRAND OUEST

### **21 au 23 juin 2019 à NANTES**

- STAGE Interrégional de préparation de la Finale Jeune
- FORMATION des officiels et entraîneurs sur le support du stage

### **6 au 10 juillet 2019 à POITIERS**

- STAGE Interrégional Détection & FINA
- FORMATION des officiels et entraîneurs sur le support du stage

### **4 au 11 août 2019 à POITIERS**

- STAGE Solène
- FORMATION des officiels et entraîneurs sur le support du stage

# REGLEMENTATION DES COMPETITIONS INTERREGIONALES

## 1. ENGAGEMENTS

### TARIFS DES ENGAGEMENTS

Les tarifs d'engagement pour la saison sont établis et validés par le Conseil de l'Interrégion Ouest. Chaque club engageant des nageuses ou ballets doit faire parvenir les droits d'engagement, afférent à la compétition, à sa Ligue Régionale d'appartenance.

A l'issue de chaque compétition, l'Interrégion facturera, à chaque Ligue Régionale la totalité des droits d'engagement de ses clubs ayant été engagés sur la dite compétition.

Engagement individuel : 9 €00

Engagement ballet : 16 €00

Pour tout forfait de nageuse(s) non justifié par un certificat médical, le jour de la compétition, il sera appliqué une pénalité de 15€00 par nageuse, au club ayant engagé la (ou les) nageuse(s). Les droits d'engagement restent acquis pour l'Interrégion.

### PROCEDURE D'ENGAGEMENT

**Les engagements des différentes compétitions se font tous via « Extranat »**

- **Les compétitions inscrites sur les règlements Fédéraux sont déclarées par la FFN et le gestionnaire est la Ligue Régionale organisatrice.**
- **Les compétitions spécifiques à l'Interrégion sont déclarées par la Ligue Régionale organisatrice. Elle en est aussi le gestionnaire.**

Les engagements comprennent :

- l'engagement des nageuses et des ballets
- l'engagement des juges et autres Officiels

Si un club ne s'engage pas pour les compétitions ci-dessus via Extranat, les engagements ne seront pas recevables (Cf. règlement Fédéraux).

Les engagements sur « Extranat » sont généralement ouverts 23 jours avant le début de la compétition.

Les engagements sur Extranat sont modifiables durant toute la période d'ouverture. Il est donc souhaitable de s'engager dès l'ouverture des engagements et rectifier ceux-ci, ensuite, si nécessaire.

S'engager, dès l'ouverture des engagements, permet, en outre, d'avoir le temps nécessaire pour lever une éventuelle, difficulté.

**A. Pour toutes les compétitions, de niveau Interrégional, inscrites ou non inscrites au règlement fédéral, à l'issue de vos engagements, sur « Extranat », vous devrez :**

⇒ Adresser, par mail, à la Ligue d'appartenance, les documents suivants :

- a. Le récapitulatif des engagements édités à partir d'Extranat (Attention cette édition n'est plus possible à la fermeture des engagements).
- b. Le montant des engagements. (Pour les PDL paiement par virement Conf. La procédure PDL)

B. **Dans tous les cas**, votre responsable, ou la ligue régionale, se chargera d'adresser les différents documents au comité organisateur.

Le lundi suivant la clôture des engagements sur Extranat, le fichier csv en PDF sera envoyé aux différentes ligues qui devront les transférer aux clubs pour vérification des engagements. En cas de non-retour avant le mardi 17h, une pénalité financière de 100€ sera appliquée si ajout des engagements jusqu'à la veille de la compétition.

Pour un ballet non engagé, il nagera le jour de la compétition mais sera hors classement et la pénalité financière sera également appliquée.

## **2. SUPPORTS MUSICAUX**

Les différents ballets, sont apportés sur support USB, et devront être parfaitement identifiés.

### **Dénomination des fichiers informatiques des musiques de ballets :**

Afin de faciliter le classement des musiques lors de la préparation des compétitions, il est important de bien nommer les fichiers ainsi :

« **EPREUVE CATEGORIE CLUB NOM DE LA PREMIERE NAGEUSE** »

## **3. CLASSEMENTS et RECOMPENSES**

Les récompenses (médailles et coupes) sont gérées par la Ligue Régionale des Pays de la Loire et sont prises en charge financièrement par l'Interrégion Ouest.

D'autres récompenses peuvent être fournies, à la charge de la Ligue Régionale ou du Club organisateur.

## **4. OFFICIELS**

### **A. La composition des jurys sera conforme à la circulaire des officiels.**

Nul ne peut officier sans être licencié à la FFN et à jour de son recyclage.

La Commission Interrégionale de Natation Artistique désigne le Juge-Arbitre des compétitions interrégionales.

Dans la mesure du possible le Juge-Arbitre sera issu la Ligue Régionale d'organisation.

Pour chaque compétition, les clubs doivent engager :

- 1 officiel par équipe (de 1 à 8 nageuses),
- puis 2 officiels, minimum, quand il y a plus d'une équipe.

De plus, pour la ou les équipes supplémentaires engagées, proposer sur extranat des personnes pour aider (chrono, secrétariat, vidéo, déléguée).

Si un club n'a pas la possibilité d'engager un officiel licencié dans son club, il lui appartient de faire appel à un officiel licencié dans un autre club. Dans ce cas, il devra prendre, en charge son déplacement et son hébergement.

En cas de non-respect de ces règles, le club se verra appliquer la pénalité financière de 150€00 conformément au règlement financier de l'Interrégion.

Le fait de faire forfait pour toutes ses nageuses, le jour de la compétition, ne dispense pas le club engagé à une compétition de la présence du juge prévu pour cette compétition. Dans le cas contraire, il y aura cumul des 2 pénalités (nageuse(s) et juge).

**Les Officiels sont, obligatoirement, engagés pour toute la durée de la compétition.**

**Chaque Officiel devra, afin de justifier de sa présence, signer, dès son arrivée sur le lieu de compétition, la liste d'émargement, disponible au secrétariat de la compétition. A défaut d'émargement, la pénalité financière sera appliquée.**

**Les juges doivent signifier par mail s'ils ont des contraintes d'organisation, avant la clôture des engagements.**

**B. Un jury d'appel sera constitué** pour chaque compétition interrégionale :

Le jury d'appel est présidé par le Délégué Technique (membre de la Commission Interrégionale) nommé soit par le Président du Comité Organisateur soit par le Président de la Commission Interrégionale.

Sa composition est :

- Président : le Délégué Technique, membre de la Commission Interrégionale de natation artistique
- Un membre de la Commission Natation Artistique Régionale du Comité organisateur
- Un représentant de la Ligue Régionale organisatrice
- Un à deux technicien(s) (membre(s) de l'ETI)

## **5. TIRAGE AU SORT**

Le tirage au sort des groupes de figures imposées pour les championnats N3 est réalisé par la responsable ou un membre de la commission de natation artistique de l'Interrégion Ouest.

Les tirages au sort des ballets sont réalisés par deux membres de la commission en début de compétition (tirages aléatoires).

## **6. RAPPEL DE CERTAINES PENALITES (Règles FINA)**

AS 11 Pénalités lors d'une session de figures imposées

AS 11.1 Une nageuse n'exécute pas la figure annoncée ou la figure ne comporte pas tous les éléments requis ou la figure est exécutée autrement que selon la description, le juge-arbitre ou le vice arbitre informe les juges et la concurrente que le résultat à cette figure sera zéro (0).

AS 11.2 Dans une vrilte continue, un écart de 180° (en plus ou en moins) dans le nombre exact de rotations requises serait considéré sous AS 11.1

AS 11.3 Dans une compétition de Figures Imposées, si le résultat pour une figure est zéro (0), le juge arbitre peut revoir la vidéo officielle.

AS 18.3 Pénalités pour les Programmes Libres, les Programmes Techniques et le Combiné Libre et le Highlight.

Un (1) point de pénalité doit être déduit de la note de ballet si :

AS 18.3.1 La durée de dix (10) secondes pour les mouvements sur la plage de départ est dépassée.

AS 18.3.2 S'il y a écart de la durée de la limite autorisée pour l'épreuve libre (15s en plus ou en moins) conformément à la règle AS 14.1 et ASAG 5.

AS 18.3.3 La durée de 30 secondes pour la marche de présentation est dépassée.

## **7. ORGANISATION MATERIELLE DES COMPETITIONS INTERREGIONALES**

### ***VIDEO :***

Toutes les épreuves de compétition interrégionale sont filmées. Le club support de l'organisation trouve les personnes ressources à la prise d'images. Les images sont ensuite transmises à l'ETI (CTI) sous format numérique.

### ***SECURITE :***

Il appartient, aux clubs organisateurs de se conformer aux règles de sécurité en vigueur, concernant toutes les manifestations publiques (Nombre de personnes, évacuation, sécurité des gradins, sécurité électriques, etc ...).

### ***SACEM***

La déclaration est à la charge du club organisateur.

Les taxes concernant la retransmission des œuvres musicales sont avancées par le CLUB organisateur.

Il appartient aux organisateurs de transmettre la facture à la Ligue d'appartenance qui transmettra à l'Interrégion pour remboursement.

### ***SONORISATION :***

La sonorisation nécessaire à la compétition devra être de qualité suffisante afin de retranscrire correctement les enregistrements des différents ballets.

Un micro HF est souhaitable.

Il appartient à l'organisateur de se conformer aux règles, en vigueur, concernant la sécurité électrique de la sonorisation (en particulier sous-marine).

### ***PHOTOCOPIEUSE***

Dans le cadre du développement durable, il ne sera pas imprimé de résultats. Seul l'affichage durant la compétition fera l'objet d'impression « papier ».

**Il reste obligatoire de disposer d'une photocopieuse sur le lieu de la compétition.**

### ***IMPRIMES***

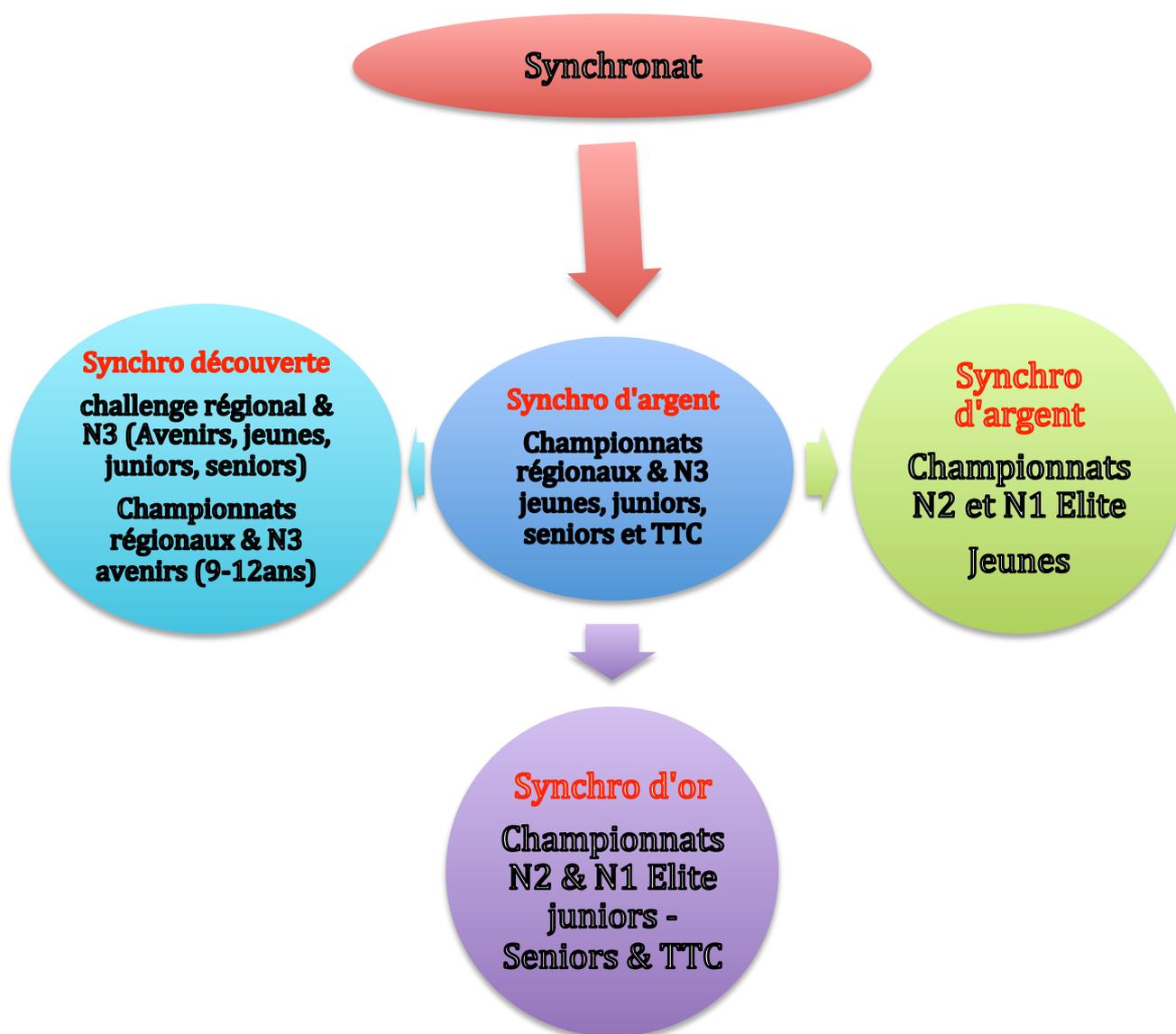
Tous les imprimés sont téléchargeables sur le site Fédéral.

Les imprimés nécessaires à l'organisation (juges et secrétariat) devront être préparés, en amont de la compétition par la ligue ou le Club organisateur. L'organisateur devra prévoir suffisamment de personnel pour gérer la préparation des dossiers de juges avant chaque épreuve.

### ***AUTRES MATERIELS***

Chaises hautes interdites, praticables pour les jurys (plateforme), tables et chaises pour le secrétariat, podium pour les remises des récompenses...etc. Se référer aux conventions d'organisation établies dans chaque ligue ainsi qu'à la fiche « organisation » annexée aux fiches techniques.

# Je suis né (e) en 2010 et avant



**SYNCHRO-DECOUVERTE - SYNCHRO D'ARGENT - SYNCHRO D'OR  
POUSSINES**

**FICHE SYNCHRONAT 1**

**Synchronat : développement – Argent - Or**

**Dimanche 11 Novembre 2018**

**Lieu : Piscine du lac rue des closiers – 45200 Montargis**

**Gymnase : 5 rue du Puiseaux 45200 MONTARGIS**

**40 rue du 11 novembre**

Parcours à sec	Pass'compétition ou propulsion ballet	Propulsion technique	Technique
9H ouverture des portes	13H30 ouverture des portes de la piscine		
10H début de la compétition	15H début de la compétition		

**Engagements sur extranat avant le 5 novembre 2018**

**DROITS D'ENGAGEMENT : 3,20€ par épreuve et par nageuse**

**Juge arbitre : Anne Laure Bourdot**

**1 - Parcours à sec : Pas de changement**

**2 – Propulsion ballet – Propulsion technique**

Le parcours propulsion ballet du Synchro Découverte est le Pass'compétition.

Toutes les nageuses/nageurs titulaires du Pass'compétition seront, de droit, titulaires du parcours propulsion ballet du Synchro Découverte et toutes les nageuses/nageurs titulaires du parcours propulsion ballet du Synchro Découverte seront, de droit, titulaires du Pass'compétition. Elles (ils) n'auront pas à le repasser. La nageuse/le nageur passe soit le Pass'compétition, soit le parcours propulsion ballet pour valider définitivement son épreuve propulsion ballet Synchro Découverte. L'évaluation de cette épreuve est identique au pass'compétition (2 évaluateurs ENF3 minimum)

**3 - Technique**

**Pour le niveau Synchro d'Argent** trois épreuves seront proposées, la nageuse ne devra en valider qu'une seule pour valider son épreuve « technique » niveau Synchro d'Argent.

Suivant son âge et niveau de pratique, elle aura à valider :

- soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Avenir pour les nageurs/nageurs né(es) en 2007 et après ;
- Pour toutes les autres les figures imposées de la catégorie Jeune

**Pour le niveau Synchro d'Or**, deux épreuves seront proposées, la nageuse/le nageur ne devra en valider qu'une seule pour valider son épreuve « technique » niveau Synchro d'Or.

Suivant son âge et niveau de pratique, elle/il aura à valider :

- soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Jeune pour les nageuses/nageurs né(es) en 2004, 2005, 2006 et 2007;
- soit, une épreuve en corrélation avec les éléments techniques de la catégorie Junior pour les nageuses/nageurs né(es) en 2004 et avant.

Les nageuses/nageurs nés en année charnière (2004) pourront choisir leur catégorie.

**Résultats** : les résultats seront communiqués à chaque nageuse en fin de journée et consultables sur le site de la Ligue.

**Charges pour le club organisateur :**

- Documents prêts pour la compétition (pochettes juges avec les photocopies)
- Tables, chaises, sono, micro,
- Bénévoles à la table du secrétariat
- Bénévoles pour filmer les différentes épreuves tout au long de la compétition

**Au départ de la ligue :**

La caisse compétition qui aura du être vérifiée avant le départ (carnets)

## Fiche technique Poussines

Pour les nageuses nées en 2010, 2011 et 2012

### Sauv'nage requis

**11 Novembre 2019 - Lieu : Piscine du lac rue des closiers – 45200 Montargis**

**CLASSEMENT : NAT COURSE : 20% - SOUPLESSE : 20%**

**DEPLACEMENTS : 20% - FIGURES TECHNIQUES : 40%**

Un classement (score sur 100) sera effectué par catégorie d'âge.

Récompenses : Podium par catégorie d'âge

#### 1) Natation Course

2010,2011	25 m Nage Libre	Points
	> à 40 sec	0
	> 35 ou <ou= à 40 sec	2,5
	> 30 ou <ou= 35 sec	5
	>25 ou <ou= à 30 sec	7,5
	< ou égale à 25 sec	10
2012,2013	25 m Nage Libre	
	> ou égale 1'	0
	> ou égale 50 et 1'	2,5
	> ou égale 40 et 50	5
	> ou égale 30 et 40	7,5
	< ou égale 20 à 30	10

#### 2) Déplacements :

6,25m de rétro 6,25m de godille par la tête 6,25m de canoé 6,25m de torpille par la tête (Transitions libres mais claires et simples)

Parcours de 6m25	Critères de notation	NOTE
Canoé	<b>o Propulsions</b> : vitesse, régularité et contrôle de la trajectoire (rectiligne) <b>o Positions</b> : précision et respect du descriptif <b>o Hauteur</b> : toutes les parties du corps en surface, en position horizontale <b>o Etirement général &amp; énergie /tonicité</b>	
Rétropédalage		
Godille tête		
Torpille tête		
Note générale (moyenne des 4 notes)		

### 3) Figures Techniques

(Les 2 figures obligatoires de la catégorie avenir)

	Note sur 10
106 Straight Ballet leg coef 1,6	
301 Barracuda coef 1,9	

### 4) Souplesse

Nombre d'écart	Notes
1 Ecart	2,5
2 Ecart	5,0
3 Ecart	10

**JOURNEES D'AUTOMNE**  
**TOURS - 17/18 NOVEMBRE 2018**  
**Piscine G. Bozon - Rue Galpin Thiou**  
**Binôme informatique : Pays de Loire - Centre**

**Catégories d'âge :** jeune (12, 13, 14, 15 ans) – Junior (15, 16, 17, 18 ans)

**Conditions d'accès :** Avoir validé le synchro d'argent (jeunes et juniors)

**Public concerné :** les solistes déjà qualifiés aux championnats d'hiver lors de la saison N-1 peuvent participer à cette compétition sans pour autant remettre en cause leur qualification. Ces nageuses/nageurs feront l'objet d'un double classement.

**EPREUVES**

CATEGORIES	EPREUVES			RESULTATS
JEUNE	Figures imposées	Solos libres	Duos libres et duos mixtes	50% fig. Imp. + 50% Bal. Libre
	2 fig. obligatoires	2'15	2'45	
	+ 1 G optionnel	(+ ou - 15 sec.)	(+ou- 15 sec.)	
JUNIOR	Solos Techniques	Duos techniques et duos techniques mixtes	Equipes Techniques	100% Epreuves techniques
	2'	2'20	2'50	
	(+ ou - 15 sec.)	(+ ou - 15 sec.)	(+ ou - 15 sec.)	

**CLASSEMENTS, PODIUMS ET RECOMPENSES**

Jeune : 50% figures – 50% solo et duo

- Médailles aux 3 premiers imposées (5 podiums : 2004 à 2007, 2004, 2005, 2006 et 2007)
- Médailles aux 3 premiers solos et duos (score additionnel)

Junior : 100% épreuves techniques

- Médailles aux 3 premiers des différentes épreuves techniques

Classement OPEN pour les nageuses et ballets déjà qualifiés en N1-Elite

**QUOTAS de la région :** outre les ballets qualifiés par N-1, la qualification aux compétitions prend en compte une minima de points à réaliser (score additionnel) et un quota de place.

Solo libre jeune	Duo libre jeune	Solo tech. Junior	Duo tech. Junior	Equipe tech. Junior
2 (accès élim) +4 (épreuve qualificative des chpts d'Hiver)	2	2 +3 (épreuve qualificative des chpts d'Hiver)	2	2
<b>130</b>	<b>128</b>	<b>65</b>	<b>64</b>	<b>63</b>

**OFFICIELS**

Juge arbitre : Christine Grosset et Sylvie Hellard

Vice arbitre : Isabelle Pochet

**JURY**

15 juges (B) pour les ballets (C avec écrit du B pour les Figures imposées)

3 chronométreurs

6 secrétaires (pour ateliers de Figures imposées)

3 secrétaires pour gérer l'informatique de la compétition

4 déléguées aux nageuses

2 ramasseuses de notes

3 personnes pour filmer les épreuves

**DROIT D'ENGAGEMENT** : Individuel 9,00€ – Ballets 16,00€

## Programme prévisionnel :

### Formations interrégionales samedi 17 et dimanche 18 novembre :

Formation des entraîneurs

- Thèmes : optimisation des portés et travail des voltigeuses.
- Date : samedi 17 novembre
- Horaires : 9h45 à 13h et 14h15 à 18h : Portés et technique
- Niveau requis : tout entraîneur de club. Avec nageuses

Formation des officiels :

- Thème : s'exercer au jugement.
- Dates : samedi 17 et dimanche 18 novembre
- Horaires : 18h15 Ouverture formation des officiels. Puis suivi programme des JA
- Niveau requis : officiels C minimum.

### Samedi 17 novembre

17h50 Ouverture de la piscine  
18h00 échauffement SOLOS LIBRES JEUNE et SOLOS TECHNIQUES JUNIOR  
18h45 réunion de jury solos libres Jeune  
19h00 SOLOS LIBRES JEUNE  
20h00 réunion de jury solos techniques Junior  
20h30 SOLOS TECHNIQUES JUNIOR  
21h15 *Cérémonie protocolaire SOLOS TECHNIQUES JUNIOR*

### Dimanche 18 novembre

08h00 Ouverture de la piscine et échauffements  
09h10 réunion de jury figures imposées par atelier  
09h30 FIGURES IMPOSEES JEUNE  
12h00 *Cérémonie protocolaire*  
*FIGURES IMPOSEES - SOLOS LIBRES JEUNE -SOLOS JEUNE (scores additionnels)*

12H00 – 13H00 PAUSE

13h00 Echauffement DUOS TECHNIQUES JUNIOR (et mixte) et DUOS LIBRES JEUNE (et mixte)  
13h45 Réunion de jurys des DUOS  
14h15 DUOS TECHNIQUES JUNIOR puis DUOS LIBRES JEUNE  
15h30 *Cérémonie protocolaire*  
*DUOS LIBRES JEUNE -DUOS JEUNE (scores additionnels) - DUOS TECHNIQUES JUNIOR*

15h40 Echauffement EQUIPES TECHNIQUES JUNIOR  
16h15 Réunion jury EQUIPES TECHNIQUES JUNIOR  
16h45 EQUIPES TECHNIQUES JUNIOR  
17h15 *Cérémonie protocolaire EQUIPES TECHNIQUES JUNIOR*

**SYNCHRO-DECOUVERTE - SYNCHRO D'ARGENT - SYNCHRO D'OR  
POUSSINES**

<b>FICHE SYNCHRONAT 2</b>			
<b>Synchronat : développement – Argent - Or</b>			
<b>Dimanche 16 décembre 2018</b>			
<b>Lieu : Piscine des Jacobins – Rue du 11 novembre – 45400 – FLEURY LES AUBRAIS</b>			
<b>Engagements sur extranat du 1 au 14/12/2018</b>			
<b>DROITS D'ENGAGEMENT : 3,20€ par épreuve et par nageuse</b>			
<b>Juge arbitre : Anne Laure Bourdot</b>			

**1 - Parcours à sec : Pas de changement**

**2 – Propulsion ballet – Propulsion technique**

Le parcours propulsion ballet du Synchro Découverte est le Pass'compétition.

Toutes les nageuses/nageurs titulaires du Pass'compétition seront, de droit, titulaires du parcours propulsion ballet du Synchro Découverte et toutes les nageuses/nageurs titulaires du parcours propulsion ballet du Synchro Découverte seront, de droit, titulaires du Pass'compétition. Elles (ils) n'auront pas à le repasser. La nageuse/le nageur passe soit le Pass'compétition, soit le parcours propulsion ballet pour valider définitivement son épreuve propulsion ballet Synchro Découverte. L'évaluation de cette épreuve est identique au pass'compétition (2 évaluateurs ENF3 minimum)

**3 - Technique**

**Pour le niveau Synchro d'Argent** trois épreuves seront proposées, la nageuse ne devra en valider qu'une seule pour valider son épreuve « technique » niveau Synchro d'Argent.

Suivant son âge et niveau de pratique, elle aura à valider :

- soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Avenir pour les nageurs/nageurs né(es) en 2007 et après ;
- Pour toutes les autres les figures imposées de la catégorie Jeune

**Pour le niveau Synchro d'Or**, deux épreuves seront proposées, la nageuse/le nageur ne devra en valider qu'une seule pour valider son épreuve « technique » niveau Synchro d'Or.

Suivant son âge et niveau de pratique, elle/il aura à valider :

- soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Jeune pour les nageuses/nageurs né(es) en 2004, 2005, 2006 et 2007;
- soit, une épreuve en corrélation avec les éléments techniques de la catégorie Junior pour les nageuses/nageurs né(es) en 2004 et avant.

Les nageuses/nageurs nés en année charnière (2004) pourront choisir leur catégorie.

**Résultats** : les résultats seront communiqués à chaque nageuse en fin de journée et consultables sur le site de la Ligue.

**Charges pour le club organisateur :**

- Documents prêts pour la compétition (pochettes juges avec les photocopies)
- Tables, chaises, sono, micro,
- Bénévoles à la table du secrétariat
- Bénévoles pour filmer les différentes épreuves tout au long de la compétition

**Au départ de la ligue :**

La caisse compétition qui aura du être vérifiée avant le départ (carnets)

**COLLECTIF ALBATROS – DIMANCHE 16 DECEMBRE 2018**  
**Piscine des Jacobins – Rue du 11 novembre – 45400 – FLEURY LES AUBRAIS**

**Années d'âge concernées : 2007, 2008, 2009, 2010**

*Etre titulaire du pass'compétition et du synchro découverte pour les avenirs  
Etre titulaire du synchro d'argent pour les Jeunes*

**Engagements sur le tableau ci-dessous du 1 au 14/12/2018**

**DROITS D'ENGAGEMENT : 3,20€ par épreuve et par nageuse**

**Juge arbitre : Anne Laure Bourdot**

**CONTENU DES EPREUVES**

CATEGORIES	EPREUVES	
AVENIRS	Natation	100m 4 nages
	Grands Ecarts	Les écarts antéropostérieurs et facial seront mesurés au sol
	Figures imposées	Barracuda
		Ballet leg

Un classement par année d'âge sera effectué sur le classement général, prenant en compte les 3 épreuves.

Les 3 meilleures nageuses des années d'âge seront récompensées.

Cette compétition est qualificative pour la formation du collectif ALBATROS régional qui participera à une semaine de stage à AUBIGNY/NERE - 18700 du 9 au 14 Février 2019.

Le coût du stage est de 200€ par nageuse.

**GRILLE DE TEMPS ET BAREME DES ECARTS**

**100m 4 nages – AVENIRS**

Point/âge	2007	2008	2009	2010
1	< ou = à 1'45	< ou = à 1'50	< ou = à 1'55	< ou = à 2'00
0,75	> 1'45 à 1'50	< 1'50 à 1'55	>1'55 à 2'00	> 2'00 à 2'05
0,5	>1'50 à 1'55	>1'55 à 2'00	> 2'00 à 2'05	> 2'05 à 2'10
0,25	>1'55 à 2'00	> 2'00 à 2'05	> 2'05 à 2'10	> 2'10 à 2'15
0	> 2'00	> 2'05	> 2'10	> 2'15

**BAREME DES ECARTS**

1 Ecart au sol 0,5	2 Ecarts au sol 0,75	3 Ecarts au sol 1
--------------------	----------------------	-------------------

Si la nageuse obtient un temps égal au centième près à une tranche de chrono parmi ces grilles, elle obtiendra toujours les points les plus avantageux pour elle!

**NOTA BENE :** Nous attirons votre attention sur le règlement FINA nat course concernant les virages du 100m 4nages.

SW 9.4 "Principe commun

Chaque partie s'achève conformément à la règle qui s'applique à la nage concernée

SW 6.5 Arrivée dos : A l'arrivée de la course, le nageur doit toucher le mur en étant sur le dos dans son couloir

SW 7.6 / 8.4 Arrivée brasse et papillon au mur : A chaque virage et à l'arrivée de la course, le contact doit se faire simultanément avec les deux mains séparées soit au niveau de l'eau,

soit au Dessus, soit en dessous.

SW 9.2 En nage libre le nageur doit être en position ventrale, sauf lors de l'exécution du virage. Le nageur doit se retrouver en position ventrale avant tout battement ou mouvements.

SW 10.4 Dans toutes les épreuves, un nageur effectuant un virage doit avoir un contact physique avec l'extrémité de la piscine ou de la longueur. Le virage doit être fait à partir du mur, et il n'est pas permis de se pousser ou de faire un pas au fond de la piscine

**BULLETIN D'ENGAGEMENT DU COLLECTIF ALBATROS**

à [mrouilly@yahoo.fr](mailto:mrouilly@yahoo.fr) avant le 7 décembre 2018



## CHAMPIONNAT REGIONAL JUNIORS & POUSSINES

SARAN - 3 MARS 2019

146 rue Maurice Claret - 45770 - SARAN

Catégories d'âge : 15, 16, 17, 18 ans (2004, 2003, 2002, 2001)

Conditions d'accès : Avoir validé le synchro d'argent

**Engagements sur extranat du 16/02 au 01/03/2019**

### EPREUVES - SCORE DE QUALIFICATION - QUOTAS

Epreuves techniques	Temps	Score	Résultat	Epreuves libres	Temps	Score	Résultat
Solo	2'	58	100%	Solo	2'30	61	100%
Duo	2'20	57	100%	Duo	3'	60	100%
Equipe	2'50	56	100%	Equipe	4'	58	100%
				Combiné	4'	60	100%

#### Officiels

Juge arbitre : Christine NOUVEAU

#### Jury

15 juges (B) pour les ballets (C avec écrit du B pour les Fig. imposées)

3 chrono.

3 secrétaires pour gérer l'informatique de la compétition

4 déléguées aux nageuses

2 ramasseuses de notes

2 personnes pour filmer les épreuves

**Droit d'engagement** : Individuel 8€50 - Ballet 12,50€

**Classement et podium** : Finale directe

**Récompenses** : 100% chaque épreuve.

**Organisation** : Voir fiche en annexe

#### PROGRAMME

## Fiche technique Poussines

Pour les nageuses nées en 2010, 2011 et 2012

### Sauv'nage requis

**3 Mars 2019 - Lieu : SARAN – 146 rue Maurice Claret**

**CLASSEMENT : NAT COURSE : 20% - SOUPLESSE : 20%**

**DEPLACEMENTS : 20% - FIGURES TECHNIQUES : 40%**

Un classement (score sur 100) sera effectué par catégorie d'âge.

Récompenses : Podium par catégorie d'âge

### 1) Natation Course

2010,2011	25 m Nage Libre	Points
	> à 40 sec	0
	> 35 ou <ou= à 40 sec	2,5
	> 30 ou <ou= 35 sec	5
	>25 ou <ou= à 30 sec	7,5
	< ou égale à 25 sec	10
2012,2013	25 m Nage Libre	
	> ou égale 1'	0
	> ou égale 50 et 1'	2,5
	> ou égale 40 et 50	5
	> ou égale 30 et 40	7,5
	< ou égale 20 à 30	10

### 2) Déplacements :

6,25m de rétro 6,25m de godille par la tête 6,25m de canoé 6,25m de torpille par la tête (Transitions libres mais claires et simples)

Parcours de 6m25	Critères de notation	NOTE
Canoé	<b>o Propulsions</b> : vitesse, régularité et contrôle de la trajectoire (rectiligne) <b>o Positions</b> : précision et respect du descriptif <b>o Hauteur</b> : toutes les parties du corps en surface, en position horizontale <b>o Etirement général &amp; énergie /tonicité</b>	
Rétropédalage		
Godille tête		
Torpille tête		
Note générale (moyenne des 4 notes)		

### 3) Figures Techniques

(Les 2 figures obligatoires de la catégorie avenir)

	Note sur 10
106 Straight Ballet leg coef 1,6	
301 Barracuda coef 1,9	

### 4) Souplesse

Nombre d'écart	Notes
1 Ecart	2,5
2 Ecart	5,0
3 Ecart	10

**CHAMPIONNAT INTERREGIONAL N3 JUNIORS**  
**16/17 MARS 2019**  
**Piscine Caen**

**Binôme informatique : Normandie et Bretagne**

**Catégories d'âge :** 15, 16, 17, 18 ans (2004, 2003, 2002, 2001)

**Conditions d'accès :** Avoir validé le synchro d'argent et les points requis aux championnats régionaux.

**EPREUVES – SCORES DE QUALIFICATION - QUOTAS**

<b>Epreuves techniques</b>	<b>Temps</b>	<b>Score</b>	<b>Quotas</b>	<b>Résultat</b>	<b>Epreuves libres</b>	<b>Temps</b>	<b>Score</b>	<b>Quotas</b>	<b>Résultat</b>
Solo	2'	62 N2 65 N1	3 (Finalistes Hiver)	100%	Solo	2'30	65 N2 68 N1	3 1	100%
Duo	2'20	61 N2 64 N1	3 1+(6 premiers hiver)	100%	Duo	3'	64 N2 67 N1	3 1	100%
Duo mixte		57 N2	Pas de quota		Duo mixte		61 N2	pas de quota	
Equipe	2'50	60 N2 63 N1	3 1+(6 premiers hiver)	100%	Equipe	4'	63 N2 66 N1	3 1	100%
					Combiné	4'	64 N2 67 N1	3 1	100%

**OFFICIELS**

Juge arbitre : Magali Lebatteux et Marie Claude Besançon

Vice arbitre : Sandy Vignette – Aide Elise Marut

**JURY**

15 juges (B) pour les ballets (C avec écrit du B pour les Figures imposées)

3 chronométreurs.

6 secrétaires (pour ateliers de Figures Imposées.)

3 secrétaires pour gérer l'informatique de la compétition

4 déléguées aux nageuses

2 ramasseuses de notes

2 personnes pour filmer les épreuves

**DROIT D'ENGAGEMENT :** Individuel 9,00€ – Ballet 16,00€

**CLASSEMENT, PODIUM et RECOMPENSES :**

100% chaque épreuve.

Médailles aux 3 premiers ballets de chaque épreuve.

Classement OPEN pour les nageuses(rs) et ballets déjà qualifiés en N1-Elite

## Programme prévisionnel

### Samedi 16 mars 2019 :

- 13h00 Ouverture Bassin  
13h10 Échauffement SOLOS TECHNIQUES JUNIOR  
14h15 Réunion de Jury  
14h30 SOLOS TECHNIQUES JUNIOR  
15h30 *Cérémonie Protocolaire des SOLOS TECHNIQUES JUNIOR*
- 16h00 Échauffement des DUOS TECHNIQUES MIXTES et DUOS TECHNIQUES JUNIOR  
16h45 Réunion de jury  
17h00 DUOS TECHNIQUES MIXTES et DUOS TECHNIQUES JUNIOR  
18h00 *Cérémonie Protocolaire des DUOS TECHNIQUES MIXTES et DUOS TECHNIQUES JUNIOR*
- 18h15 Échauffement EQUIPES LIBRES JUNIOR  
19h30 Réunion de jury  
19h45 Défilé de toutes les participantes  
20h15 EQUIPES LIBRES JUNIOR  
21h15 *Cérémonies Protocolaire des EQUIPES LIBRES JUNIOR*

### Dimanche 17 mars 2019 :

- 08h00 Ouverture bassin/échauffement SOLOS LIBRES JUNIOR  
09h00 Réunion de jury  
09h15 SOLOS LIBRES JUNIOR  
10h15 *Cérémonie Protocolaire SOLOS LIBRES JUNIOR*
- 10h30 Échauffement ÉQUIPES TECHNIQUES JUNIOR  
11h15 Réunion de Jury  
11h30 ÉQUIPES TECHNIQUES JUNIOR  
12h30 *Cérémonie Protocolaire des ÉQUIPES TECHNIQUES JUNIOR*
- 12H40 - 13H15 PAUSE
- 13h15 Échauffement des DUOS LIBRES MIXTES et DUOS LIBRES JUNIOR  
14h00 Réunion jury  
14h15 DUOS LIBRES MIXTES et DUOS LIBRES JUNIOR  
15h00 *Cérémonie Protocolaire DUOS LIBRES MIXTES et DUOS LIBRES JUNIOR*
- 15h15 Échauffements Ballets COMBINÉS JUNIOR  
16h00 Réunion de jury  
16h15 BALLETS COMBINÉS JUNIOR  
17h00 *Cérémonie Protocolaire COMBINÉS JUNIOR*

**CHAMPIONNAT REGIONAL JEUNES**  
**La Chapelle St Mesmin – 3 MARS 2019**  
**3 rue Monteloup**

Catégories d'âge : 12, 13, 14 et 15 ans (2007, 2006, 2005, 2004)

**Engagements sur extranet du 9 au 22/03/2019**

**EPREUVES – SCORE DE QUALIFICATION - QUOTAS**

<b>Epreuves Techniques</b>	<b>Epreuves libres (+ou-15sec)</b>	<b>Temps</b>	<b>Score</b>
2 fig. obligatoires + 1 groupe tiré au sort	Solo	2'15	120
	Duo	2'45	118
	Equipe	3'30	116
	Highlight acro	2'30	60

**Officiels**

Juge arbitre : Lucie Cornéat

Vice arbitre : Julie Bruneteau

**Jury**

15 juges (B) pour les ballets (C avec écrit du B pour les Fig. imposées)

3 chrono.

6 secrétaires (pour ateliers de Fig. impo.)

3 secrétaires pour gérer l'informatique de la compétition

4 déléguées aux nageuses

2 ramasseuses de notes

2 personnes pour filmer les épreuves

**Droit d'engagement** : Individuel 8€50 – Ballet 12,50€

**Classement et podium** : 100% figures imposées,  
50% figures imposées + 50% épreuves libres  
Highlight acro : 100% épreuve libre

**Pendant le déjeuner reunion des clubs**

**Programme prévisionnel :**

**Samedi 27 avril**

**Dimanche 28 avril**

# CHAMPIONNAT INTERREGIONAL N3 JEUNES

27/28 AVRIL 2019

Piscine St Brieuc – Rue Pierre de Coubertin

Binôme informatique : Normandie et Bretagne

*Catégories d'âge : 12, 13, 14 et 15 ans (2007, 2006, 2005, 2004)*

*Conditions d'accès : Avoir validé le synchro d'argent et les points requis aux championnats régionaux.*

## EPREUVES – SCORES DE QUALIFICATION - QUOTAS

Epreuves Techniques	Epreuves libres (+ou-15sec)	Temps	Score	Quotas
2 fig. obligatoires + 1 groupe tiré au sort	Solo	2'15	126 N2	3
	Solo FNJ		130 N1	(finalistes Hiver)
	Solo FNJ garçon		FNJ	3*2005 et 3*2006
	Duo	2'45	FNJ Garçon	pas de quota 2005-2006
	Duo FNJ		124 N2	3
	Duo mixte		128 N1	1
Duo mixte FNJ	FNJ		3 (cat. 05-07)	
Equipe	3'30	120 N2	pas de quota	
Highlight acro		FNJ	pas de quota (cat.05-07)	
			122 N2	3
			126 N1	1
			63 N2	3
			65 N1	1

**Highlight acro : 6 à 10 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes**  
**Attention : obligation de huit nageuses/nageurs minimum lors de la participation en Nationale 2 et Nationale 1-Elite**

## OFFICIELS

Juge arbitre : Magali Lebatteux et Sylvie Hellard

Vice arbitre : Elina Lemichel du Roy

Observatrice : Marie Claude Besançon

## JURY

15 juges (B) pour les ballets (C avec écrit du B pour les Figures imposées)

3 chronométreurs

6 secrétaires (pour ateliers de Figures imposées)

3 secrétaires pour gérer l'informatique de la compétition

4 déléguées aux nageuses

2 ramasseuses de notes

2 personnes pour filmer les épreuves

**DROIT D'ENGAGEMENT** : Individuel 9,00€ – Ballet 16,00€

## CLASSEMENTS, PODIUMS et RECOMPENSES

50% figures – 50% solo, duo et équipe :

- Médailles aux 3 premiers imposées (5 podiums : 2004 à 2007, 2004, 2005, 2006 et 2007)

- Médailles aux 3 premiers solos, duos et équipes (score additionnel)

- **Finale Jeune : Les nageuses et nageurs participant à la finale nationale des Jeunes bénéficient d'un double classement.**

100% épreuve libre Highlight acro :

- Médailles aux 3 premiers ballets

Classement OPEN pour les nageuses et ballets déjà qualifiés en N1-Elite

## Programme prévisionnel :

### Samedi 27 avril 2019

11H45 Ouverture des portes  
12h00 Échauffement FIGURES IMPOSEES  
13h15 Réunion des vices arbitres  
13h30 Réunion des jurys dans leur atelier  
13h45 FIGURES IMPOSÉES  
Retour des vices-arbitres  
*Cérémonie Protocolaire des FIGURES IMPOSEES*

17H00 Échauffement équipes libres  
18h15 Evacuation des bassins  
18h30 Réunion des juges Equipes  
18h45 Défilé  
19h00 EQUIPES LIBRES JEUNE  
*Cérémonie Protocolaire des EQUIPES LIBRES JEUNE*

### Dimanche 28 avril 2019

7H45 Ouverture des portes  
8h00 Échauffements des SOLOS LIBRES  
8h55 Évacuation des bassins  
9h00 Réunion des juges des SOLOS LIBRES  
9h15 SOLOS LIBRES JEUNE  
*Cérémonie Protocolaire des SOLOS LIBRES JEUNE*

11H30 Échauffement des DUOS LIBRES MIXTES et DUOS LIBRES JEUNE  
12h25 Évacuations des bassins  
12h30 Réunion des juges des DUOS LIBRES MIXTES et DUOS LIBRES JEUNE  
12h45 DUOS LIBRES MIXTES et DUOS LIBRES JEUNE  
*Cérémonie Protocolaire des DUOS LIBRES MIXTES et DUOS LIBRES JEUNE*

14h00 Échauffements des HIGHLIGHTS ACRO  
14h45 Réunion des juges des HIGHLIGHTS ACRO  
15h15 HIGHLIGHTS ACRO  
*Cérémonie Protocolaire des HIGHLIGHTS ACRO*

**Championnat regional Avenirs  
3-4 Mai 2019 - Fleury les Aubrais - 45400**

Catégories d'âge : 9, 10, 11, 12ans (2010, 2009, 2008, 2007)

**Engagements sur extranet du 19/04/ au 02/05/2019**

**EPREUVES - SCORE DE QUALIFICATION**

<b>Epreuves Techniques</b>	<b>Epreuves libres &amp; mixtes</b>	<b>Temps</b>	
2 fig. obligatoires + 1 groupe tire au sort	Solo	2'	116
	Duo	2'30	114
	Equipe	3'30	112

**Officiels**

Juge arbitre : Anne Laure Bourdot

**Jury**

15 juges (B) pour les ballets (C avec écrit du B pour les Fig. imposées)

3 chrono.

6 secrétaires (pour ateliers de Fig. impo.)

3 secrétaires pour gérer l'informatique de la compétition

4 déléguées aux nageuses

2 ramasseuses de notes

2 personnes pour filmer les épreuves

**Droit d'engagement** : Individuel 8€50 - ballets 12,50€

**Classement et podium** : 100% Figures imposées/âge

50%/50% figures imposées/ballet

**PROGRAMME**

## Fiche technique Poussines

Pour les nageuses nées en 2010 et après.

**Sauv'nage requis**

<b>Date : les 4/5 Mai à Fleury les Aubrais</b>
--

### CLASSEMENT SCORE ADDITIONNEL (50% figures techniques+50% ballets libres)

**NOTA BENE : Les nageuses nées en 2010 engagées sur une ou plusieurs épreuves avenir ne pourront pas nager en catégorie poussines. Il appartient à chaque club de choisir entre les poussines ou les avenir.**

#### 1) Figures techniques : 2 obligatoires de la catégorie Avenir.

	Note sur 10
106 straight ballet leg coef 1,6	
301 Barracuda coef 1,9	

#### 2) Epreuve des ballets libres :

Epreuve	Temps de ballet	Ordre de passage
Solo pour une nageuse née en 2010	2'00 +/- 15 sec	Début ou fin des épreuves des solos avenir.  Tirage au sort globale et non dépendant de la catégorie d'âge.
Solo pour une nageuse née en 2011	1'45 +/- 15 sec	
Solo pour une nageuse née en 2012	1'30 +/- 15 sec	
Solo pour une nageuse née en 2013	1'15 +/- 15 sec	
Duo (2 nageuses de différents âges peuvent être associées ensemble)	2'30 +/- 15 sec	Début ou fin des épreuves des duos avenir.
Equipe (8 nageuses de différents âges peuvent être associées ensemble)	3'00 +/- 15 sec	Début ou fin des épreuves des ballets avenir.

**Championnat Régional SENIORS/TOUTES CATEGORIES  
3-4 Mai 2019 – Fleury les Aubrais - 45400**

Toutes catégories : 15 ans et plus – Seniors 19 ans et plus

**Engagements sur extranet du 19/04/ au 02/05/2019**

**EPREUVES – SCORE DE QUALIFICATION - QUOTAS**

<b>Epreuves techniques</b>	<b>Temps</b>	<b>Score</b>	<b>Quotas</b>	<b>Résultat</b>	<b>Epreuves libres</b>	<b>Temps</b>	<b>Score</b>	<b>Quotas</b>	<b>Résultat</b>
Solo	2'	64	3	100%	Solo	2'30	66	3	100%
Duo	2'20	63	3	100%	Duo	3'	65	2	100%
Equipe	2'50	62	2	100%	Equipe	4'	66	2	100%
					Combiné	4'30	67	2	100%
					Highlight	2'30	66	2	100%

**Officiels : Idem**

**Jury**

15 juges (B) pour les ballets (C avec écrit du B pour les Fig.imposées)

3 chrono.

6 secrétaires (pour ateliers de Fig. impo.)

3 secrétaires pour gérer l'informatique de la compétition

4 déléguées aux nageuses

2 ramasseuses de notes

2 personnes pour filmer les épreuves

**Droit d'engagement** : Individuel 9€50 – ballets 12,50€

**Classement et podium** : 100% pour chaque épreuve

**Programme prévisionnel**

**Samedi 4 mai**

**Dimanche 5 mai**

**CHALLENGE DU GRAND-OUEST**  
**8 Mai - BOURGES - 18000**  
**Avenue du 11 Novembre 1918**

Conditions d'accès : Avoir le pass'compétition.

Public concerné :

- Avenirs (9/12ans)
- Jeunes (12/15 ans)
- Juniors (15/18 ans)
- Seniors (19 ans et plus)
- Toutes catégories (15 ans et plus)

**Engagements sur extranat du 23/04 au 06/05/2019**

CONTENU DES EPREUVES			
CATEGORIES	EPREUVES	DUREE	POINTS
AVENIRS	Duo	2'	56
	Equipe libre	2'30	55
JEUNES	Duo	2'15	58
	Equipe libre	3'	57
JUNIORS	Duo	2'30	59
	Equipe libre	3'30	58
SENIORS & TT CATEGORIES	Duo	2'30	60
	Ballet combiné	3'30	59

**Deux catégories pour les interrégionaux**

- ❖ **Catégorie A** : nageuses n'ayant pas participé aux régionaux et/ou aux N3 dans la saison (possibilité d'avoir un collectif avec deux nageuses au maximum qui ont fait les régionaux et/ou les n3)
- ❖ **Catégorie B** : ballets qui ont participé aux régionaux et/ou aux N3 non qualifiés en N2
  - Cette catégorie ne donne pas de points pour le classement des clubs.

**Officiels :**

Juge arbitre : Aurélie BLAIN

**Jury :**

- ❖ 15 juges (B) pour les ballets (C avec écrit du B pour les Fig. imposées)
- ❖ 3 chrono.
- ❖ 3 secrétaires pour gérer l'informatique de la compétition
- ❖ 4 déléguées aux nageuses
- ❖ 2 ramasseuses de notes
- ❖ 2 personnes pour filmer les épreuves

**Droit d'engagement** : ballets 12,50€

**Programme :**

# CHAMPIONNAT INTERREGIONAL N3 AVENIRS

1<sup>ER</sup> / 2 JUIN 2019

**TOURS Piscine G. Bozon – Rue Galpin Thiou**

Binôme informatique : Centre Val de Loire/Pays de Loire

*Catégories d'âge : 9, 10, 11, 12ans (2010, 2009, 2008, 2007)*

*Conditions d'accès : Avoir validé le synchro découverte et les points requis aux championnats régionaux.*

## EPREUVES – SCORES DE QUALIFICATION

Epreuves Techniques	Epreuves libres & mixtes	Temps	Score	Quotas
2 fig. obligatoires + 1 groupe tire au sort	Solo Solo FNJ Solo garçon	2'	/ FNJ FNJ	/ 3*2007, 3*2008 et 3*2009 pas de quota 2007 à 2009
	Duo Duo mixte	2'30	FNJ FNJ	3 pas de quota
	Equipe	3'	122 N2 126 N1	3 1

## OFFICIELS

Juge arbitre : Christine Grosset et Sylvie Hellard (ou Marylène Vialaret)

Vice arbitre : Marie Claude Besançon et Elise Marut

## JURY

15 juges (B) pour les ballets (C avec écrit du B pour les Fig. imposées)

3 chronométreurs

6 secrétaires (pour ateliers de Fig. impo.)

3 secrétaires pour gérer l'informatique de la compétition

4 déléguées aux nageuses

2 ramasseuses de notes

2 à 4 personnes pour filmer les épreuves (suivant le nombre d'ateliers)

**DROIT D'ENGAGEMENT** : Individuel 9,00€ – ballets 16,00€

## CLASSEMENTS, PODIUMS et RECOMPENSES

50% figures – 50% solo, duo et équipe :

- Médailles aux 3 premiers imposées (5 podiums : 2007 à 2010, 2007, 2008, 2009 et 2010)
- Médailles aux 3 premiers solos, duos et équipes (score additionnel)
- Finale des Jeunes : **Les nageuses et nageurs participant à la finale nationale des Avenirs bénéficient d'un double classement.**

## Programme prévisionnel

### Samedi 1er juin

10h00	Ouverture des portes
10h15	Échauffement DUOS TECHNIQUES MIXTES, DUOS TECHNIQUES SENIOR, DUOS LIBRES MIXTES SENIOR et DUOS LIBRES SENIOR
11h00	Réunion jury
11h15	DUOS TECHNIQUES MIXTES SENIOR, DUOS TECHNIQUES SENIOR DUOS LIBRES MIXTES SENIOR, DUOS LIBRES SENIOR
<i>12h30</i>	<i>Cérémonies protocolaires DUOS TECHNIQUES MIXTES, DUOS TECHNIQUES SENIOR, DUOS LIBRES MIXTES et DUOS LIBRES SENIOR</i>
12h45	Échauffement FIGURES IMPOSEES
14h00	Réunion jury
14h15	FIGURES IMPOSEES AVENIR
16h45	Échauffement natation des EQUIPES
17h00/17h30	1 <sup>ère</sup> rotation bassin compétition
17h30/18h00	2 <sup>e</sup> rotation bassin compétition
18h00	Réunion jury
18h15	Défilé
18h30	EQUIPES LIBRES SENIOR EQUIPES LIBRES AVENIR EQUIPES TECH SENIOR
<i>20h00</i>	<i>Cérémonies protocolaires FIGURES IMPOSEES AVENIR, BALLETS LIBRES EQUIPES AVENIR et SENIOR, et BALLETS TECHNIQUES SENIOR</i>

### Dimanche 2 juin

8h00	Ouverture des portes
8h20/8h40	1 <sup>ère</sup> rotation bassin compétition
8h40/9h00	2 <sup>e</sup> rotation bassin compétition
9h00	Réunion jury
9h15	SOLOS LIBRES AVENIR
<i>10h30</i>	<i>Cérémonies protocolaire SOLOS LIBRES AVENIR</i>
10h45	Échauffement HIGHLIGHTS / SOLOS LIBRES SENIOR bassin d'entraînement
11h00	Échauffement bassin de compétition
11h45	Réunion jury
12h00	HIGHLIGHTS
12h15	SOLOS LIBRES SENIOR
13h00	<i>Cérémonies protocolaires HIGHLIGHTS, SOLOS LIBRES SENIOR</i>
13h30	Échauffement SOLOS TECHNIQUES SENIOR / DUOS LIBRES et MIXTES AVENIR / BALLETS COMBINES SENIOR
14h45	Réunion jury
15h00	SOLOS TECHNIQUES SENIOR puis DUOS LIBRES et MIXTES AVENIR, puis BALLETS COMBINES SENIORS
<i>16h45</i>	<i>Cérémonies protocolaires SOLOS TECHNIQUES SENIOR, DUOS LIBRES et MIXTES AVENIR et BALLETS COMBINES SENIOR</i>

## CHAMPIONNAT INTERREGIONAL N3 SENIOR & TOUTES CATEGORIES

**1ER/2 JUIN 2019**

**TOURS - Piscine G. Bozon – Rue Galpin Thiou**

Binôme informatique : Centre Val de Loire/Pays de Loire

*Toutes catégories : 15 ans et plus – Seniors 19 ans et plus*

*Conditions d'accès : Avoir validé le synchro d'argent et les points requis aux championnats régionaux.*

### EPREUVES – SCORES DE QUALIFICATION - QUOTAS

9	Temps	Score	Quotas	Résultat	Epreuves libres	Temps	Score	Quotas	Résultat
Solo	2'	64	3	100%	Solo	2'30	66	3	100%
Duo	2'20	63	4 premiers N-1 2 des N3 2019 pas de quota	100%	Duo	3'	65	4 premiers N-1 2 des N3 2019 pas de quota	100%
Duo mixte		57			Duo mixte		61		
Equipe	2'50	62	4 premiers N-1 2 des N3 2019	100%	Equipe	4'	66	4 premiers N-1 2 des N3 2019	100%
					Combiné	4'	67	4 premiers N-1 2 des N3 2019	100%
					Highlight	2'30	66	4 premiers N-1 2 des N3 2019	100%

**Attention :** Obligation de huit (8) nageuses/na-geurs minimum en ballets combinés et highlights lors de la participation en Nationale

#### OFFICIELS :

Juge arbitre : Christine Grosset et Sylvie Hellard (ou Marylène Vialaret)

Vice arbitre : Marie Claude Besançon et Elise Marut

#### JURY :

15 juges (B) pour les ballets (C avec écrit du B pour les Figures imposées)

3 chronométreurs

6 secrétaires (pour ateliers de Figures imposées)

3 secrétaires pour gérer l'informatique de la compétition

4 déléguées aux nageuses

2 ramasseuses de notes

2 personnes pour filmer les épreuves

**DROIT D'ENGAGEMENT :** Individuel 9,00€ – ballets 16,00€

#### CLASSEMENTS, PODIUMS et RECOMPENSES :

100% pour chaque épreuve

- Médailles aux 3 premiers ballets

Classement OPEN pour les nageuses(rs) et ballets déjà qualifiés en N1-Elite

## Programme prévisionnel

### Samedi 1er juin

10h00	Ouverture des portes
10h15	Échauffement DUOS TECHNIQUES MIXTES, DUOS TECHNIQUES SENIOR, DUOS LIBRES MIXTES SENIOR et DUOS LIBRES SENIOR
11h00	Réunion jury
11h15	DUOS TECHNIQUES MIXTES SENIOR, DUOS TECHNIQUES SENIOR DUOS LIBRES MIXTES SENIOR, DUOS LIBRES SENIOR
12h30	<i>Cérémonies protocolaires DUOS TECHNIQUES MIXTES, DUOS TECHNIQUES SENIOR, DUOS LIBRES MIXTES et DUOS LIBRES SENIOR</i>
12h45	Échauffement FIGURES IMPOSEES
14h00	Réunion jury
14h15	FIGURES IMPOSEES AVENIR
16h45	Échauffement natation des EQUIPES
17h00/17h30	1 <sup>ère</sup> rotation bassin compétition
17h30/18h00	2 <sup>e</sup> rotation bassin compétition
18h00	Réunion jury
18h15	Défilé
18h30	EQUIPES LIBRES SENIOR EQUIPES LIBRES AVENIR EQUIPES TECH SENIOR
20h00	<i>Cérémonies protocolaires FIGURES IMPOSEES AVENIR, BALLETS LIBRES EQUIPES AVENIR et SENIOR, et BALLETS TECHNIQUES SENIOR</i>

### Dimanche 2 juin

8h00	Ouverture des portes
8h20/8h40	1 <sup>ère</sup> rotation bassin compétition
8h40/9h00	2 <sup>e</sup> rotation bassin compétition
9h00	Réunion jury
9h15	SOLOS LIBRES AVENIR
10h30	<i>Cérémonies protocolaire SOLOS LIBRES AVENIR</i>
10h45	Échauffement HIGHLIGHTS / SOLOS LIBRES SENIOR bassin d'entraînement
11h00	Échauffement bassin de compétition
11h45	Réunion jury
12h00	HIGHLIGHTS
12h15	SOLOS LIBRES SENIOR
13h00	<i>Cérémonies protocolaires HIGHLIGHTS, SOLOS LIBRES SENIOR</i>
13h30	Échauffement SOLOS TECHNIQUES SENIOR / DUOS LIBRES et MIXTES AVENIR / BALLETS COMBINES SENIOR
14h45	Réunion jury
15h00	SOLOS TECHNIQUES SENIOR puis DUOS LIBRES et MIXTES AVENIR, puis BALLETS COMBINES SENIORS
16h45	<i>Cérémonies protocolaires SOLOS TECHNIQUES SENIOR, DUOS LIBRES et MIXTES AVENIR et BALLETS COMBINES SENIOR</i>

**CHALLENGE DU GRAND-OUEST**

**8/9 juin 2019**

## CHOLET

Binôme informatique : Ligue Pays de Loire – Normandie

**Conditions d'accès :** Avoir le pass'compétition.

**Public concerné :**

- Avenirs (9/12ans)
- Jeunes (12/15 ans)
- Juniors (15/18 ans)
- Seniors (19 ans et plus)
- Toutes catégories (15 ans et plus)

**Catégories :**

- ❖ **Catégorie A :** nageuses n'ayant pas participé aux régionaux et/ou aux N3 dans la saison (possibilité d'avoir un collectif avec deux nageuses au maximum qui ont fait les régionaux et/ou les N3)
- ❖ **Catégorie B :** ballets qui ont participé aux régionaux et/ou aux N3 non qualifiés en N2. **Cette catégorie ne donne pas de points pour le classement des clubs.**

### EPREUVES – SCORES DE QUALIFICATION

CATEGORIES	EPREUVES	DUREE	POINTS
AVENIR	Duo	2'	56
	Equipe libre	2'30	55
JEUNE	Duo	2'15	58
	Equipe libre	3'	57
JUNIOR	Duo	2'30	59
	Equipe libre	3'30	58
SENIOR & TT CATEGORIES	Duo	2'30	60
	Ballet combiné	3'30	59

**OFFICIELS :**

Juge arbitre : Sylvie Hellard et Florence Landais

Vice arbitre : Elise Marut

**JURY :**

- ❖ 15 juges (B) pour les ballets (C avec écrit du B pour les Fig. imposées)
- ❖ 3 chronométreurs
- ❖ 3 secrétaires pour gérer l'informatique de la compétition
- ❖ 4 déléguées aux nageuses
- ❖ 2 ramasseuses de notes
- ❖ 2 personnes pour filmer les épreuve

**DROIT D'ENGAGEMENT :** Individuel 9,00€ – ballets 16,00€

**CLASSEMENTS, PODIUMS et RECOMPENSES :**

100% par épreuves.

- Médailles aux 3 premiers ballets
- Si moins de trois ballets dans les différentes catégories, pas de récompense.

## Programme prévisionnel

**Samedi 8 juin – JEUNE ET AVENIR**

10h00 Ouverture du bassin  
Échauffement DUOS AVENIR et JEUNE  
11h10 Réunion de jury  
11h30 DUOS AVENIR et JEUNE  
*Cérémonies Protocolaires*

13h30 Échauffement EQUIPES AVENIR  
14h15 Réunion de jury  
14h45 EQUIPES AVENIR  
*Cérémonie Protocolaire*

16h00 Échauffement EQUIPES JEUNE  
16h45 Réunion De Jury  
17h00 EQUIPES JEUNE  
*Cérémonie Protocolaire*

### **Dimanche 9 juin -JUNIOR ET SENIOR**

10h00 Ouverture du bassin  
Échauffement DUOS JUNIOR et TOUTES CAT  
11h10 Réunion de jury  
11h30 DUOS JUNIOR et TOUTES CAT  
*Cérémonies Protocolaires*

13h30 Échauffement COMBO TOUTES CAT  
14h15 Réunion de jury  
14h45 COMBOS TOUTES CAT  
*Cérémonie Protocolaire*

16h00 Échauffement EQUIPES JUNIOR  
16h45 Réunion de Jury  
17h00 EQUIPES JUNIOR  
*Cérémonie Protocolaire*

**FICHE SYNCHRONAT 4**  
**Synchronat : développement – Argent - Or**

**Dimanche 16 Juin 2019**

**Lieu : GIEN 45500 – Quai de Nice**

Parcours à sec	Pass'compétition ou propulsion ballet	Propulsion technique	Technique
8H ouverture des portes	13H30 ouverture des portes de la piscine		
9H début de la compétition	15H début de la compétition		
<b>Engagements sur extranat du 1<sup>er</sup> au 14 juin 2019</b> <b>DROITS D'ENGAGEMENT : 3,20€ par épreuve et par nageuse</b> <b>Juge arbitre : Delphine Rodéne</b>			

**1 - Parcours à sec** : Pas de changement

**2 – Propulsion ballet – Propulsion technique**

Le parcours propulsion ballet du Synchro Découverte est le Pass'compétition.

Toutes les nageuses/nageurs titulaires du Pass'compétition seront, de droit, titulaires du parcours propulsion ballet du Synchro Découverte et toutes les nageuses/nageurs titulaires du parcours propulsion ballet du Synchro Découverte seront, de droit, titulaires du Pass'compétition. Elles (ils) n'auront pas à le repasser. La nageuse/le nageur passe soit le Pass'compétition, soit le parcours propulsion ballet pour valider définitivement son épreuve propulsion ballet Synchro Découverte. L'évaluation de cette épreuve est identique au pass'compétition (2 évaluateurs ENF3 minimum)

**3 - Technique**

**Pour le niveau Synchro d'Argent** trois épreuves seront proposées, la nageuse ne devra en valider qu'une seule pour valider son épreuve « technique » niveau Synchro d'Argent.

Suivant son âge et niveau de pratique, elle aura à valider :

- soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Avenir pour les nageurs/nageurs né(es) en 2007 et après ;
- Pour toutes les autres les figures imposées de la catégorie Jeune

**Pour le niveau Synchro d'Or**, deux épreuves seront proposées, la nageuse/le nageur ne devra en valider qu'une seule pour valider son épreuve « technique » niveau Synchro d'Or.

Suivant son âge et niveau de pratique, elle/il aura à valider :

- soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Jeune pour les nageuses/nageurs né(es) en 2004, 2005, 2006 et 2007;
- soit, une épreuve en corrélation avec les éléments techniques de la catégorie Junior pour les nageuses/nageurs né(es) en 2004 et avant.

Les nageuses/nageurs nés en année charnière (2004) pourront choisir leur catégorie.

**Résultats** : les résultats seront communiqués à chaque nageuse en fin de journée et consultables sur le site de la Ligue.

**Charges pour le club organisateur :**

- Documents prêts pour la compétition (pochettes juges avec les photocopies)
- Tables, chaises, sono, micro,
- Bénévoles à la table du secrétariat
- Bénévoles pour filmer les différentes épreuves tout au long de la compétition

**Au départ de la ligue :**

La caisse compétition qui aura du être vérifiée avant le départ (carnets)

**A l'ouverture des portes**

Liste	Nom des préposés	Ok // non ok
-------	------------------	--------------

## REPARTITION DES TACHES PENDANT LA COMPETITION

<b>1. Accueil des nageuses</b>		
<b>2. Diriger les nageuses par club dans les différents vestiaires attribués. Si pas de collectif, demander aux nageuses de mettre leurs affaires dans les casiers et non sur le bord du bassin (surtout pour les piscines qui ont des petites plages)</b>		
<b>3. Vérification des engagements nageuses</b>		
<b>4. Vérifications des juges présents</b>		

## Composition du jury d'appel.

Nom prénom	Fonction	Région

<b>TACHES</b>	<b>Personne(s) désignée(s)</b>	<b>Ok// non ok</b>
<b>1. Mise en place du bassin</b>		
<b>2. Informatique Général (2 ligues.- la ligue organisation + une ligue désignée par la commission)</b>		
<b>3. Secrétaires (2) aux ateliers de figures imposées</b>	<b>Atelier 1 Atelier 2 Atelier 3 Atelier 4</b>	
<b>4. COMPTE RENDU INFORMATIQUE des imposées ou éléments techniques.</b>		
<b>5. Personne désignée à la sono.</b>		
<b>6. Déléguées aux nageuses pour F.I. (4) et ballets (1)</b>		
<b>7. Ramassage de notes pour les ballets</b>		
<b>8. Personne qui filme les ballets et/ou les figures imposées</b>		
<b>9. Personne qui filme en sous-marin</b>		
<b>10. Juge désigné pour préparer les pochettes pour les ballets</b>		
<b>11. Personne désignée aux photocopies</b>		
<b>12. Affichage des résultats</b>		
<b>13. Personne préposée à l'organisation du défilé</b>		
<b>14. Personne préposée à la préparation des médailles</b>		
<b>15. Speaker pour cérémonie protocolaire</b>		
<b>16. Personne désignée pour le compte rendu de compétition</b>		

## A la fin de la compétition

Liste	Nom des préposés	Ok // non ok
1. Rangement du matériel compétition (3 à 4 personnes)		
2. Vérification des vestiaires (2 personnes)		
3. Vérification des abords des bassins et des gradins (2 personnes)		