





Version 1.2 du 29/09/2019



Règlement Natation Course – 2019-20

Table des Matières

LES COORDONNEES	4
Comité Départemental des Bouches du Rhône (CD 13)	
Ligue Provence Alpes et Côte d'Azur	
Clubs	
REGLEMENTS GENERAUX	
Ecole de Natation Française : Saison 2019 / 2020	
Règles d'engagements	
Officiels	10
Echauffement	10
Rappels	10
Internet	11
Regroupements & Sélections	11
Animation ENF	
REPARTITION DES CLUBS EN POULES ET ZONES	
CATÉGORIES D'ÂGE	
Natation Course	
Maitres	
CALENDRIER 2019-20	14
Championnat Départemental des Maitres Hiver	16
Pré Saison Juniors / Seniors	17
Relais Avenirs& Parcours ENF	18
Relais Jeunes	
Interclubs Départementaux TC – Poule C	
Regroupement Jeunes	
Chpts départementaux Hiver Open	
Biathlon Avenirs & Parcours ENF(Challenge Av)	
Biathlon Jeunes	
Journée du 13	
Soirée des Maitres N°1	
Parcours ENF (Challenge Avenirs)	
Championnats Départementaux Avenirs	
Championnats Départementaux Open Jeunes	
Meeting Départemental Open	
Interclubs Jeunes poule départementale	
Parcours ENF (Challenge Avenirs)	37











Règlement Natation Course – 2019-20

Coupe Départementale Avenirs N°1	38
Meeting Open de la Méditerranée	39
Soirée des Maitres N°2	40
Meeting Open de Printemps	41
Parcours ENF (Challenge Avenirs)	
Parcours ENF (Challenge Avenirs)	43
Regroupement Avenirs	
Chpts Départementaux Open	45
Soirée des Maitres N°3	
Animation ENF	
Coupe Départementale Avenirs N°2	49
Coupe des Départements	50
Championnat Départemental des Maitres d'Ete	51
Inter Départemental Avenirs	
Interclubs Avenirs	
Finale de la Coupe Départementale Avenirs	
Catégories	









Règlement Natation Course - 2019-20

LES COORDONNEES

Comité Départemental des Bouches du Rhône (CD 13)

Adresse: Résidence le Mascagni Bât B Rue des Cyprès - 13140 MIRAMAS

téléphone (1): 04 42 55 02 58

Téléphone (2): 06 08 00 25 66

E-mail: ffn-cd13@wanadoo.fr (il faudra passer sur l'adresse comite@natation13.org)

Site: http://natation13.org

Ligue Provence Alpes et Côte d'Azur

Adresse: Wereso * Halle Honnorat * Gare St Charles * Esplanade St Charles - 13001 MARSEILLE •

Téléphone : 06.89.70.71.28 (Secrétariat)

E-Mail: <u>ligue@natation-paca.org</u>

Site: http://www.natation-paca.org

Clubs

CLUBS	VILLES	ADRESSES	CORRESPONDANCE









Page: 4/55



Règlement Natation Course - 2019-20

REGLEMENTS GENERAUX

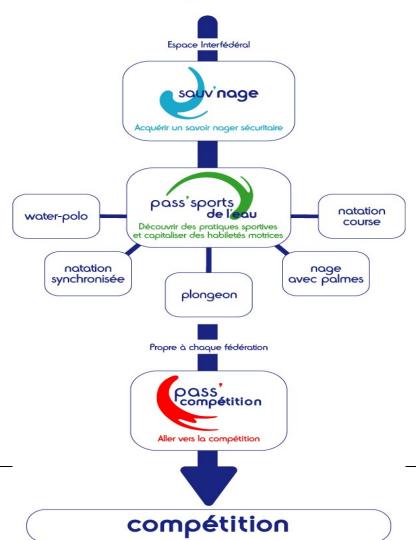
Ecole de Natation Française : Saison 2019 / 2020

Les enfants seront tenus d'avoir franchi l'ensemble des trois étapes de l'ENF pour participer aux programmes fédéraux quelle que soit la discipline choisie.

Cette obligation est entrée en vigueur à partir de septembre 2012 pour les enfants né(e)s en 2004, 2005 et après. Les enfants nés avant ne sont pas obligés de posséder les trois niveaux.

Ainsi, pour cette nouvelle saison sportive 2019/2020, une refonte complète du pass'compétition a été effectuée dans le but de perdre moins de jeunes nageurs et de leur donner le goût de la compétition.

Concept de l'enf







Page : 5/55



Règlement Natation Course – 2019-20

COMMENT PASSER LES TESTS?

- Le **Sauv'Nage**: se passe à l'intérieur du club. Il doit être impérativement encadré par un titulaire du diplôme Evaluateur ENF1. Une fois les tests passés, le club renseigne EXTRANAT (en rentrant dans l'onglet ENF correspondant d'Extranat le nom des Nageurs (ses) ayant réussi.
- Le Pass'Sports de l'Eau: Une fois que les nageurs(ses) possèdent le Sauv'Nage, ils pourront passer le Pass'Sports de l'eau organisé par les clubs agrée ENF ayant au moins un évaluateur titulaire de ENF2. Lors de la session il devra y avoir plusieurs clubs (3 mais attention un nombre de nageurs hors club organisateur sera requis) des dérogations pourront être accordées notamment en fonction de la localisation du club. Par contre les clubs organisant le pass'sport devront aviser le comité:
 - o un mois avant pour la communication de la date, du lieu, des clubs participants
 - o **au moins une semaine avant** pour la **diffusion de la liste des participants** et des **évaluateurs** Une fois la session terminée, le club organisateur devra **envoyer le bordereau de résultats** au comité départemental (au plus tard 1 mois après la manifestation) qui renseignera *EXTRANAT*.

Le *Pass'Compétitio*n : il a été constaté que sur 80 000 Avenirs licenciés seuls 10 000 deviennent des compétiteurs. Pour essayer d'augmenter le nombre de compétiteurs en Natation course, il a été initié un challenge qui se déroulera du 16/09 au 30/04/

L'enfant pourra y participer sans avoir le Pass'compétition Natation Course (NC), mais obtiendra ce diplôme si, à l'issue de la phase des rencontres, il a réalisé dans les règles de style de nage, 5 des 9 épreuves proposées dans le circuit (à minima et au choix : deux 25m, deux 50m et un 100m) au cours de 3 réunions minimum. (cf l'Annuel règlement NC page 70).

Chaque fois qu'il satisfera à l'une des épreuves, elle apparaîtra sur extraNat dans une liste nominative de nageuses et nageurs.

Le jury des réunions sera constitué au minimum d'un officiel A, qui pourra être accompagné d'évaluateurs ENF3 NC et d'assistants évaluateurs ENF3 NC. Les stagiaires en formation sont également les bienvenues. Pour les enfants nés en 2008 et avant, pour la saison sportive 2019/2020, une attestation de 100m 4N leurs sera délivrée par le DTR de sa ligue en substitution du Pass'compétition NC.

Pour prétendre à s'inscrire dans le circuit d'obtention du Pass'compétition NC, le nageur doit impérativement attester de la réussite aux deux tests sous-jacents : Sauv'nage et Pass'sports de l'eau. Ces dispositions relatives au Pass'compétition NC sont identiques pour la Natation course et l'Eau libre. En effet, pour ces deux disciplines, ces modalités se substituent aux Pass'compétition existants et seront intégrés dans le règlement ENF 2019/2020 à paraître dans les meilleurs délais.









Page : 6/55



Règlement Natation Course - 2019-20

CAHIER DES CHARGES A RESPECTER

- A chaque étape ENF1 le club fait parvenir les résultats au Comité Départemental et à la Ligue régionale sous la forme des bordereaux (téléchargeables sur le site de la Ligue PACA, onglet ENF).
- Un évaluateur (ou un assistant) ENF 1 peut suivre la formation ENF2 après avoir fait passer deux sessions de test Sauv'Nage.
- Un évaluateur (ou un assistant) ENF 2 peut suivre la formation ENF3 après avoir fait passer deux sessions de test *Pass'sports de l'eau*.
- Seul un évaluateur possédant le niveau correspondant peut valider un test.
- Le Sauv'Nage se passe en club
- Le Pass'sports de l'eau est une organisation départementale déléguée aux clubs sous condition
- Le Pass'Competition est une organisation de la Ligue Régionale déléguée au département.

LE RÖLE DE L'EVALUATEUR

- Il est responsable et garant du déroulement de la session.
- Il encadre les assistants et vérifie leur compétence à juger.
- Il atteste la réussite aux tests et signe les livrets pratiquants.
- Il engage sa signature.

DOCUMENTS TELECHARGEABLES SUR LE SITE DE LA LIGUE PACA:

- Formulaire d'agrément
- Cahier des Charges
- Bilan Sauv'Nage
- Bilan Pass'Sports de l'Eau
- Bon de Commande
- Bordereau d'engagement









Page : 7/55



Règlement Natation Course - 2019-20

Règles d'engagements

Engagements:

- Les engagements devront être effectués sur EXTRANAT pendant la période d'ouverture des engagements, hormis pour les cas particuliers. Dans ce cas, un bordereau d'engagement sera disponible sur le site du CD13 dans la page de la compétition. La date limite d'engagement est en règle générale fixée au lundi minuit précédant la compétition (sauf cas particulier indiqué sur le site)
- Dans le cas où les engagements devront être saisis par le comité départemental, ces derniers seront facturés à 8€ par épreuve individuelle et à 12€ pour une épreuve de relais.
- Les règles d'engagement doivent être respectées (en particulier pour les catégories d'âge, les règles de qualification,...).
- Le représentant du comité se réserve le droit de ne pas prendre en compte des engagements sur le bord du bassin le jour de la compétition même avec la majoration de tarif.
- En cas de problème, pendant la période d'engagements, vous pouvez, joindre le comité départemental par téléphone ou mail.
- Le paiement doit obligatoirement être adressés au Comité départemental par pli postal par chèque à l'ordre de la F.F.N et ce, avant la date limite fixée pour chaque compétition. Ne pas oublier de valider les engagements sur Extranat avant la date limite, sinon les engagements ne figureraient pas sur le programme.
- Les ENF ne seront pas validés sur extranat, tant que la facture ne sera pas réglée au comité.
- En cas d'absence de performance, les temps d'engagements doivent correspondre au niveau du nageur. Il appartient aux entraîneurs des clubs d'estimer au mieux le temps d'engagement correspondant à la valeur d'un nageur. Il est fortement recommandé de ne pas surestimer ces temps. C'est la valeur exacte de la performance qui doit figurer sur le bordereau d'engagements. La mention « sans performance » n'est pas admise.

o Forfaits:

Tous les forfaits devront être déclarés à l'informatique sur un imprimé prévu à cet effet au moins 30 minutes avant l'évacuation du bassin. Après ce délai tous les forfaits seront non déclarés s'ils ne sont pas justifiés. Un forfait non déclaré pourra être sanctionné par une amende de 20 euros.









Page: 8/55



Règlement Natation Course - 2019-20

o Forfaits en ½ Finales ou Finales :

De même, dans le cadre des compétitions comportant séries et finales, les clubs qui ne déclareraient pas les forfaits de leurs nageurs dans les temps impartis pour les finales se verront sanctionnés d'une amende de 50 euros. Nous rappelons que le forfait doit être consigné sur un imprimé signé par un représentant du club **au plus tard 30 minutes après la fin de l'épreuve**.

o Modification de la composition d'une équipe :

Dans les compétitions par équipe toute modification d'équipe devra être déclarée à l'informatique au moins 30 minutes avant l'évacuation du bassin sur un imprimé prévu à cet effet (que l'on pourra retirer à l'informatique mais qui sera également téléchargeable à partir du site). Remarque : Attention dans certains cas, la modification de la constitution d'une équipe peut invalider la composition des relais.

Remarque concernant les engagements retardataires, les forfaits et les modifications d'équipe, si vous en avez connaissance avant la compétition merci de prévenir le comité départemental dès que possible par mail.

Temps de passage :

Aucune performance au passage d'une course n'est intégrée dans les classements nationaux et ne peut permettre une qualification aux compétitions du programme sportif fédéral. Seule exception, les records de France et meilleures performances françaises dûment homologuées, réalisées au passage d'une course, pourront faire l'objet, sur proposition de la DTN, d'une intégration dans les classements nationaux.

Les nageuses nées en 2010 et après (10 ans & moins) et les nageurs nées en 2009 et après (11 ans & moins) ont l'obligation d'être titulaires de l'ensemble du dispositif ENF (Sauv'nage, Pass'sport de l'eau et le Pass'compétition) pour intégrer les différentes compétitions excepté pour le parcours ENF ou les animations ENF (lors des compétitions avenirs).









Page: 9/55



Règlement Natation Course - 2019-20

Officiels

Tous les officiels doivent être licenciés en début de saison pour pouvoir participer aux différents Jurys, tant départementaux que régionaux.

Les clubs devront prévenir le comité de la présence d'un officiel en examen avant la compétition afin de pouvoir accueillir ce dernier dans de bonnes conditions

Les officiels ou ceux en examens devant participer à la compétition devront s'inscrire au préalable (soit le club ou soit l'officiel) via un formulaire électronique accessible depuis le site du département.

Pour la Natation Course :

<u>Rubrique</u>: Natation Course | Inscription Officiels NC ou via la page décrivant de compétition http://natation13.org/category/natation-course/inscriptiono nc/

Pour l'Eau Libre :

Rubrique: Eau Libre | Inscription Officiels EL

http://natation13.org/category/eau-libre/inscriptions_el/

Si nous voulons que nos nageurs nagent dans de bonnes conditions nous demandons aux clubs de fournir au moins un Officiel, deux pour un nombre de nageurs supérieur à 10 pour chaque réunion. Nous ne sommes jamais de trop

Echauffement

L'échauffement débutera, sauf disposition particulière indiquée dans le règlement ou sur le site de certaines compétitions, au maximum 1 heure avant le début des épreuves Ceci est précisé dans les différents programmes. (Attention pour le parcours ENF 30 minutes pour d'autres compétitions d'animation 45 minutes)

Rappels

Les clubs sont responsables, lors des compétitions, du comportement de leurs nageurs, tant à l'extérieur qu'à l'intérieur des piscines où se déroulent les manifestations sportives.

Merci de prendre soin des équipements sinon nous risquons de ne plus en avoir









Page: 10/55



Règlement Natation Course – 2019-20

Internet

Les calendriers, programmes et résultats seront disponibles sur le site Internet du Comité et seront actualisés régulièrement au cours de la saison. N'oubliez pas de consulter régulièrement le site du Comité pour les mises à jour éventuelles et informations de dernières minutes

Merci de faire parvenir au Comité départemental toute modification de vos coordonnées Clubs pour mise à jour.

<u>Avant chaque compétition</u>, merci de consulter le site afin de voir si des changements de dernières minutes ont été faits

Regroupements & Sélections

Nous n'avons pas inclus dans le programme les feuilles concernant les regroupements avec les détails concernant les sélections et les objectifs visés.

Animation ENF

Les animations ENF organisées lors des compétitions avenirs ont permis aux nageurs non titulaires du pass compétition de pratiquer la natation en leur donnant un avant-gout de la compétition et en essayant de les garder dans la natation.

Cette saison avec l'apparition du challenge avenirs (parcours ENF) nous avons décidé de conserver la même démarche en ajoutant les épreuves du challenge aux compétitions avenirs ou manifestations spécifiques (parcours ENF). La démarche de ces animations va dans le sens de l'ENF. Elle consiste à participer à la construction du nageur afin de le rendre plus performant par la suite.

Nous avons voulu aborder certains points techniques, parfois de manière un peu plus ludique, afin de donner au nageur l'envie de continuer.

Le challenge avenirs devant terminer le 30 avril nous avons après cette date ajoutée des compétitions d'animation pour les avenirs









Page: 11/55



Règlement Natation Course - 2019-20

REPARTITION DES CLUBS EN POULES ET ZONES

Les zones

✓ ZONE EST : TOUS LES CLUBS DE MARSEILLE - ALLAUCH - AUBAGNE

✓ ZONE OUEST: TOUS LES AUTRES CLUBS

Les poules

- ✓ POULE A: AQUATIC CLUB ALLAUDIEN ASSOCIATION AQU'ARTIST AUBAGNE AUBAGNE NATATION CELTIC DE MARSEILLE NATATION CERCLE D'ACTIVITES AQUATIQUES DE PROVENCE C.N.
 MARSEILLE C.S.M. MARSEILLE GEMENOS NATATION DES MAITRES MARSEILLE DOLFIN NATATION MARSEILLE NORD NAGE 10 U.S.C.G.B. MARSEILLE SC. LA CORNICHE
- ✓ <u>POULE B</u>: ASPTT MARSEILLE ROGNAC NATATION MARIGNANE NATATION C.N. BERRE C.N. PUY

 Ste REPARADE DAUPHINS PENNES MIRABEAU NAUTIL CLUB BOUCAIN PAYS D'AIX NATATION
 VITROLLES SPORT NATATION
- ✓ <u>POULE C</u>: C.N. CIOTADENS C.N. SALON D.C. ARLESIEN FOS NATATION ISTRES SPORTS

 NATATION ISTRES SPORTS NAT SYNCHRO MARTIGUES NATATION MIRAMAS NATATION
 N.C.LA CRAU O'TONIC U.N. ARLES

Le nombre et la consistance des poules ou zones pourront être modifiés en tenant compte des engagements reçus.









Page: 12/55



Règlement Natation Course – 2019-20

CATÉGORIES D'ÂGE

SAISON 2019 / 2020

Natation Course

Catégories du 16 septembre 2019 au 15 septembre 2020

Catégoria	e	Dai	mes	Messieurs	
Avenirs	1	9 ans et moins	2011 et après	10 ans et moins	2010 et après
Aveillis	2	10 ans	2010	11 ans	2009
Jeunes		11-13 ans	2009 à 2007	12-14 ans 2008 à 20	
Juniors		14-17 ans	2006 à 2003	15-18 ans 2005 à 2	
Seniors	eniors 18 ans et plus 2002 et avant		19 ans et plus	2001 et avant	

Maitres

Catégories à compter du 1 janvier 2020

Catégorie	Age	Année	Catégorie	Age	Année
C1	25 - 29 ans	1991 – 1995	C2	30 – 34 ans	1986 - 1990
C3	35 - 39 ans	1981 – 1985	C4	40 – 44 ans	1976 – 1980
C5	45 - 49 ans	1971 – 1975	C6	50 – 54 ans	1966 – 1970
C7	55 - 59 ans	1961 – 1965	C8	60 – 64 ans	1956 – 1960
C9	65 - 69 ans	1951 – 1955	C10	70 – 74 ans	1946 – 1950
C11	75 - 79 ans	1941 – 1945	C12	80 – 84 ans	1936 – 1940
C13	85 - 89 ans	1931 - 1935	C14	90 – 94 ans	1926 – 1930
C15	95 ans & plus	1925 & avant			

Relais au cumul de l'âge des 4 relayeurs

Catégorie	Age	Catégorie	Catégorie
R1	100 – 119 ans	R2	120 – 159 ans
R3	160 – 199 ans	R4	200 – 239 ans
R5	240 – 279 ans	R6	Plus de 289 ans









Page: 13/55



Règlement Natation Course – 2019-20

CALENDRIER 2019-20

Date	Disc	nb Ré	Manifestation	nb Po u	Lieu	Тур	Cat	Bass	DLE
Septembre 20	19								
28/09/19	(<u>\$</u>)		Réunion coachs + Calendrier		Fos sur Mer				
Octobre 2019									
13/10/19		2	Pré-Saison Open Maitres	1		Q	Ma+	25m	07/10
19/10/19	2	1	Pré Saison	1	Fos sur Mer	Q	Ju+	25m	14/10
20/10/19	() ~	1	Relais Avenirs+ Parcours ENF1	1	Fos sur Mer	Α	Av	25m	14/10
20/10/19	*	1	Relais Jeunes	1	Fos sur Mer	Α	Je	25m	14/10
26/10/19	*		Recyclage Officiels NC	1	Salon de Provence				
26/10/19	(<u>\$</u>)		Assemblée Générale	1	Salon de Provence				
Novembre 201	L9								
10/11/19	2	2	Interclubs TC poule C	1	Fos sur Mer	Α	TC	25m	04/11
16-17/11/19	2		Regroupement Jeunes		Aix en Provence		Je		
23-24/11/19			Meeting Dep Panathlon (*)	1	Venelles	Α		25m	
30/11-01/12/19	~	4	Chpts Departt Hiver	1	Cassis	Q	Je2+(*)	25m	25/11
Décembre 201	9								
14/12/19	@ ~	2	Biathlon Avenirs+ Parcours ENF2	1	Martigues	Α	Av-	25m	09/12
15/12/19	2	2	Biathlon Jeunes	2	Martigues / Puy Ste Reparade	Α	Je	25m	09/12
22/12/19	2	2	Journée du 13	1	Fos	Q	Je2+(*)	25m	16/12
Janvier 2020									
18/01/20		1	Soirée open des Maitres	1	Puy Ste Réparade	Q	Ma+	25m	13/01
25/01/20		1	Parcours ENF4	1	Vitrolles	Α		25m	20/01
26/01/20	- X	2	Chpts Departt Avenirs	1	Vitrolles	Α	Av	25m	20/01
Février 2020				l	1			<u> </u>	L
01-02/02/20	~	4	Chpts Dep Open Jeunes	1	Istres	Q	Je	25m	27/01
08-09/02/20	~	4	Meeting Dep. open	1	Arles	Q	Ju+	25m	03/02
Mars 2020		l	5 1 1						
08/03/20	~	2	Interclubs Jeunes poule B	1	Arles	Α		25m	02/03
14/03/20	(2)	1	Parcours ENF5	1	La Ciotat	Α		25m	09/03
15/03/20	*	2	Coupe Départementale Avenirs N°1	1	La Ciotat	Q	Av	25m	09/03
20-22/03/20	*	6	Meeting Open de la Méditerranée	1	Marseille	Q	Ju+	50m	
28-29/03/20			Meeting Dep de l'avenir (*)	1	Fos sur Mer		Av	25m	
28-29/03/20	Handi		Chpts interrégionaux Handis		Aix en Provence				
28/03/20	.	1	Soirée open des Maitres	1		Q	Ма	25m	23/03
29/03/20	~	2	Meeting de printemps open	1	Berre l'Etang	Q	Je2+	25m	23/03









Page: 14/55



Règlement Natation Course – 2019-20

Date	Disc	nb Ré	Manifestation	nb Pou	Lieu	Тур	Cat	Bass	DLE
Avril 2020									
05/04/20		1	Parcours ENF6	1	Marseille	Α	Av	25m	30/03
05/04/20	0	1	Parcours ENF7	1	Marseille	Α	Av	25m	30/03
12/04/20			Meeting Dep Sardine Sprint (*)		Marseille	Α			
26/04/20	~		Regroupements Avenirs		?		Av		
Mai 2020									
02-03/05/20	2	4	Chpts Départemental Open	1	Aix en Provence	Α	je+	50m	27/05
02/05/20		1	Soirée Open Maitres	1	Aix en Provence	Q	Ma+	50m	27/05
09/05/20	0	1	Animation ENF	1	Vitrolles	Α	AV	25m	04/05
10/05/20	3	2	Coupe Départementale Avenirs N°2	1	Vitrolles	Q	Av	25m	04/05
16-17/05/20	2	2	Coupe des Territoires	1	Istres	S	Je	25m	
21/05/20	2	2	Inter Départemental Avenirs	1	Vallauris	S	Av	25m	
21/05/20		2	Chpts Départementaux open	1		Q	Ma+	25m	18/05
31/05/20	3 L	2	Interclubs Avenirs	1	La Ciotat	Α	Av	25m	25/05
Juin 2020									
06-07/06/20		4	Meeting Dept de l'été (*)	1	Fos sur Mer	Α		50m	
13 -14/06/20		1	Meeting Dept Lauwers (*)	1	Salon de Provence	Α		50m	
13 ou 14/06/20	*	1	Finale départementale avenirs	1	Salon de Provence	А	Av	50m	08/06

^(*) En attente d'homologation par le CD

Remarques:

- Nous allons essayer de n'avoir qu'une seule poule pour les compétitions toutefois nous serons peut être obligé d'en avoir 2 (en fonction du bassin et de la participation)
- Pour les compétitions départementales ouvertes aux jeunes et plus et dans celles indiquées au niveau de la catégorie par Je2+(*) (Jeunes 2^{ème} année) ou Je(*) l'accès aux jeunes sera soumis à une grille temps

<u>Légende</u>:

Nb Réunion = Nb Ré

Catégories = Cat

Av= Avenirs Je=Jeunes Ju=Juniors Ma=Maîtres + = et plus
- = et moins

Discipline : Disc

ENF → Natation course ← Maîtres Mb Poules : Nb Poules : Nb









Page: 15/55



Règlement Natation Course - 2019-20

(5)	Championnat Départem	ental de	s Maitres Hiver
Date :	Dimanche 13 octobre 2019	Nb Poules	1
Nb Réunions :	2	Lieux	
Bassin:	25m	Cat:	Maitres (D20+, M20+)
Nb lignes :	X lignes	Genre :	Qualificatif
Date Limite Engt	: Lundi 7 octobre 2019	Tarifs:	Indiv. : 3,00 €
			Relais : 5,00 €

Règlement:

Les nageurs âgés de 20 ans et plus

Attention en fonction de la participation certaines épreuves pourront être déplacées ou regroupées avec d'autres épreuves

Programme:

1° Réunion : Dimanche 13 octobre 2019 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

Relais 4x50 nages Libres mixtes 200 Dos Dames & Messieurs 100 Papillon Dames & Messieurs 50 Brasse Dames & Messieurs 200 4 Nages Dames & Messieurs 800 NL Dames & Messieurs 1500 NL Dames & Messieurs 200 Brasse Dames & Messieurs 50 Dos Dames & Messieurs 100 NL Dames & Messieurs

2° Réunion : Dimanche 13 octobre 2019 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

100 4N Dames & Messieurs 400 NL Dames & Messieurs 50 Papillon Dames & Messieurs 100 Dos Dames & Messieurs 400 4N Dames & Messieurs 200 NL Dames & Messieurs 100 Brasse Dames & Messieurs 50 NL Dames & Messieurs Relais 4x50 4 Nages Mixtes

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Epreuves

Récompenses :

Les 3 meilleures performances toutes catégories (20, 2a, 2b)

Attention les nageurs de la catégorie CO (20-24 ans) peuvent participer mais ils ne seront pas récompensés









Page : 16/55



Règlement Natation Course - 2019-20

(5)	Pré Saison Juniors / Seniors					
Date :	Samedi 19 octobre 2019	Nb Poules	1			
Nb Réunions :	1	Lieux	Fos sur Mer			
Bassin:	25m	Cat:	Juniors / Seniors (F14+, G15+)			
Nb lignes :	6 lignes	Genre :	Animation			
Date Limite Engt :	Lundi 14 octobre 2019	Tarifs:	3,00 €			

Règlement:

Le nombre d'épreuves par nageur sera limité à 2 ou 3 par nageur En fonction de la participation le 400NL pourra se nager à 2 par ligne

Programme:

1° Réunion : Samedi 19 octobre 2019 - OP : 14h00 - DE : 14h45 (*)

100 Papillon Dames & Messieurs, 100 Dos Dames & Messieurs, 400 NL Dames & Messieurs, 100 Brasse Dames & Messieurs, 100 NL Dames & Messieurs, 200 4 Nages Dames & Messieurs,

Limitation à 2 ou 3 épreuves par nageur

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Epreuves

Récompenses:

La meilleure performance par catégorie sera récompensée (4M)

La meilleure performance toutes catégories au cumul des nages (2C)









Page: 17/55



Règlement Natation Course - 2019-20

(5)	Relais Avenirs& Parcours ENF					
Date :	Dimanche 20 octobre 2019	Nb Poules	1			
Nb Réunions :	1	Lieux	Fos sur Mer			
Bassin:	25m	Cat:	Avenirs (F10-,G11-)			
Nb lignes :	6 lignes	Genre :	Animation			
Date Limite Engt :	Lundi 14 octobre 2019	Tarifs:	Equipe : 20,00 €			
			épreuve ENF : 2,00€			

Règlement:

Chaque équipe mixte est composée de 4 nageurs (il doit y avoir au moins une fille et un garçon) et pourra être composée de nageurs n'ayant pas le pass'competition. Chaque équipe nagera les 2 relais suivant :

- relais Nage Libre 1 relayeur : 100m, 2^{ème} 75m, 3^{ème} 50m et 4^{ème} 25 en nage libre
- relais 4 Nages 1^{er} relayeur 100m NL, 2^{ème} 75m dos, 3^{ème} 50m Brasse et 4me 25m pap

Le nageur nageant en dos partira sur le plot de départ (départ plongé)

<u>Pour les nageurs n'ayant pas le pass'compétition</u>, nous organisons des épreuves du challenge avenirs comptant pour le pass competition. Il s'agit des 25NL, 25Dos et 100 NL

Les engagements se feront via extranat sur une compétition spécifique

Australienne pour tous (une pour les filles et une pour les garçons)

Programme:

1° Réunion : Dimanche 20 octobre 2019 - OP : 08h15 - DE :09h00 (*)

25 NL 25 Dos (**)

Relais 100 NL 75 Dos 50 Brasse 25m Pap Mixte

100 NL (**)

Relais 100 75 50 25m NL Mixte

Australienne

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Epreuves

(**) parcours ENF (challenge avenirs) comptant pour le pass'compétition

- Récompenses:

- Médailles pour les 3^{eres} équipes de chaque relais (médailles 120, 12 a, 12b)
- Coupes pour les 3^{ère} équipes au cumul des 2 relais (3C)
- Médailles les 3eres filles et garçons de l'australienne (20,2a,2b)
- Médailles aux 3ers filles et garçons au 100 NL (20,2a,2b)









Page : 18/55



Règlement Natation Course – 2019-20

(5)	Relais	Jeunes	
Date :	Dimanche 20 octobre 2019	Nb Poules	1
Nb Réunions :	1	Lieux	Fos sur Mer
Bassin:	25m	Cat:	Jeunes (F11-13, G12-14)
Nb lignes :	6 lignes	Genre :	Animation
Date Limite Engt :	Lundi 14 octobre 2019	Tarifs:	Equipe : 20,00 €

Règlement:

Chaque équipe mixte est composée de 4 nageurs (il doit y avoir au moins une fille et un garçon). Chaque équipe nagera les 2 relais suivant :

- relais Nage Libre 1er relayeur : 200m, 2ème 150m, 3ème 100m et 4ème 50m en Nage Libre
- relais 4 Nages 1er relayeur 100m NL, 2ème 75m Dos, 3ème 50m Brasse et 4me 25m Papillon

Le nageur nageant en dos partira sur le plot de départ (départ plongé)

Suite au classement à l'issu des 2 relais il y aura une finale sur un relais 4x50m

4x50m 1er relayeur 25 Dos & 25 NL, 2ème 25 Brasse & 25 NL, 3ème 25 Pap & 25 NL et 4ème 50 NL

<u>Attention en fonction de la participation</u>, il y aura 2 vagues de 30 minutes d'échauffement. Dans ce cas il y aura un tirage au sort avec équilibrage des vagues

Programme:

1° Réunion : Dimanche 20 octobre 2019 - OP : 13h30 - DE : 14h30 (*)

Relais 100 NL 75 Dos 50 Brasse 25m Pap Mixte Relais 200 150 100 50m NL Mixte

Finale 4x50m 1er 25 dos & 25 NL, 2^{ème} 25 brasse & 25 NL, 3^{ème} 25 pap & 25 NL et 4me 50 NL Mixte

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Epreuves

Récompenses :

Les 3 premiers relais de la finale seront récompensés 3 coupes et chaque nageur de l'équipe 1^{ère} recevra une médaille (3C et 4o)









Page: 19/55



Règlement Natation Course - 2019-20

(5)	Interclubs Départementaux TC – Poule C				
Date :	Dimanche 10 novembre 2019	Nb Poules	1 (ou 2 en fct du Nb d'équipe)		
Nb Réunions :	2	Lieux	Fos sur Mer		
Bassin :	25m	Cat:	Ttes Cat (F0+, G0+-)		
Nb lignes :	6 lignes	Genre:	Equipe Animation		
Date Limite Engt :	Lundi 4 novembre 2019	Tarifs:	Equipe. : 35,00 €		

Règlement:

Ces Championnats sont ouverts à toutes les catégories d'âge.

- -Cette compétition s'adresse aux équipes non qualifiées aux poules A et B régionales
- -Une épreuve réservée au remplaçant de chaque équipe sera organisée (une seule course par nageur correspondant aux épreuves de la compétition distance maximum 200m). Inscription pour les remplaçants via bordereau qui sera envoyé au comité par mail avant la date de clôture des engagements

Pour le règlement complet cf annuel règlement FFN

Merci de communiquer avant le 16 octobre au comité départemental le nombre d'équipes Dames et Messieurs que vous prévoyez d'engager aux interclubs TC en poule C afin de nous puissions organiser dans de meilleures conditions la manifestation Merci.

Programme:

1° Réunion : Dimanche 10 novembre 2019 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

10x50 nage libre dames & messieurs
100 dos dames
200 dos messieurs
100 brasse dames
200 brasse messieurs
100 nage libre dames
400 nage libre messieurs
100 papillon dames
200 papillon messieurs
100 4 nages dames
200 4 nages messieurs
Pause 15'
4x200 nage libre dames









Page: 20/55



Règlement Natation Course – 2019-20

2° Réunion : Dimanche 10 novembre 2019 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

4x200 nage libre messieurs
200 dos dames
100 dos messieurs
200 brasse dames
100 brasse messieurs
400 nage libre dames
100 nage libre messieurs
200 papillon dames
100 papillon messieurs
200 4 nages dames
100 4 nages messieurs
Pause 15'
4x100 4 nages dames
4x100 4 nages messieurs

(*) OP : Ouverture des Portes – DE : Début des Epreuves

Récompenses :

Meilleure performance Dames et Messieurs toutes catégories(20)









Page: 21/55



Règlement Natation Course – 2019-20

(<u>5</u>)	Regroupement Jeunes			
Date:	Samedi 16 dimanche 17 ou	1		
	Samedi 23 dimanche 24 novembre 2019			
Nb Réunions :		Lieux	Aix en Provence	
Bassin:	m	Cat:	Jeunes (F14-16, G15-17)	
Nb lignes :	8 lignes	Genre :	Sélection	
Date Limite Engt :		Tarifs:		

Objectifs:

Réunir les meilleurs nageurs afin d'essayer de créer un collectif entre les nageurs et leur proposer de travailler ensemble pendant ce regroupement.

~ .	. N.				ecti	
	tor	DC /	םוי	COL	OCT	nn
				Po 1 well		

Planning:

Samedi 16 ou 23 novembre 2019 -



Dimanche 17 ou 24 novembre 2019

Liste des selectionnés :

Informations pratiques:









Page: 22/55



Règlement Natation Course – 2019-20

6	Chpts départementaux Hiver Open				
Date :	Samedi 30 & Dimanche 1 décembre 2019	Nb Poules	1		
Nb Réunions :	4	Lieux	Cassis		
Bassin:	25m	Cat:	Jeunes 2 &+ (F12+, G13+)		
Nb lignes :	8 lignes	Genre :	Qualificatif		
Date Limite Engt :	Lundi 25 novembre 2019	Tarifs:	Indiv. : 3,00 €		
			Relais : 5,00 €		

Règlement:

Cette compétition permet :

- aux jeunes de se qualifier en région et aux championnats de France Jeunes
- aux Juniors/seniors de se qualifier aux championnats Régionaux

Une grille de qualification sera établie pour les jeunes.

Les jeunes réalisant les temps de la grille de temps auront la possibilité de nager 2 épreuves complémentaires

Attention pour les épreuves de 400, 800, 1500NL et 400 4 Nages il y aura les limites de temps suivantes :

Epreuves	Dames	Messieurs
400 Nage Libre	6'30''	6'00''
800 Nage Libre	12'00''	11'00''
1500 Nage Libre	23'00"	21'00"
400 4 Nages	7′00	6'30"

En cas de dépassement de temps le nageur pourra être arrêté avant la fin de l'épreuve

Programme:

1° Réunion : Samedi 30 novembre 2019 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

1500 NL Dames 800 NL Messieurs 100 Papillon Dames - Messieurs 50 Brasse Dames – Messieurs 200 Dos Dames 200 NL Messieurs 200 4 Nages Dames









Page: 23/55



Règlement Natation Course - 2019-20

2° Réunion : Samedi 30 novembre2019 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

400 4N Dames
400 NL Messieurs
100 Dos Dames – Messieurs
50 NL Dames – Messieurs
200 Papillon Dames - Messieurs

Relais mixte 4x50 4 Nages

3° Réunion : Dimanche 1 décembre 2019 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

1500 NL Messieurs 800 NL Dames 100 Brasse Messieurs - Dames 50 Papillon Messieurs - Dames 200 Dos Messieurs 200 NL Dames 200 4 Nages Messieurs

Relais mixte 4x50 NL

4° Réunion : Dimanche 1 décembre 2019 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

400 4N Messieurs 400 NL Dames 100 NL Messieurs - Dames 50 Dos Messieurs - Dames 200 Brasse Messieurs – Dames

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Epreuves

Récompenses:

3 Meilleures performances par catégories (Jeunes, juniors 1&2, juniors 3&4 & Seniors) (80,8a,8b)

Coupe à la meilleure performance Dames et Messieurs toutes catégories au cumul des nages (2c)









Page: 24/55



Règlement Natation Course - 2019-20

Biathlon Avenirs & Parcours ENF(Challenge Av)				
Date:	Samedi 14 décembre 2019	Nb Poules	1	
Nb Réunions :	1	Lieux	Martigues	
Bassin:	25m	Cat:	Avenirs (F11-, G12-)	
Nb lignes :	6 lignes	Genre:	Animation	
Date Limite Engt	: Lundi 09 décembre 2019	Tarifs:	Indiv. : 3,00 €	
			Relais : 5,00 €	
			ENF : 2,00€	

Règlement:

Les nageurs non titulaire du pass'compétition pourront nager des épreuves du challenge avenirs comptant pour le pass competition. Il s'agit des 25 Papillon, 25 Brasse, 50m Papillon - Dos et 50m Brasse – Crawl (Les engagements se feront via extranat sur une compétition spécifique).

Ils pourront également nager les relais 4x25 4 nages et NL.dans ce cas pour ces nageurs les engagements se feront par l'intermédiaire d'un bordereau qui devra être envoyé par mail au comité avant la date de clôture des engagements.

Les relais seront composés d'au moins une fille et un garçon.

Programme:

1° Réunion : Samedi 14 décembre 2019 - OP : 14h00 - DE : 14h45 (*)

25 Papillon Filles - Garçons (**)
25 Brasse Filles - Garçons (**)
100 4 Nages Filles - Garçons
Relais mixte 4x25 Nage Libre open
50 Papillon - Dos Filles - Garçons (**)
50 Brasse - Crawl Filles - Garçons (**)
200 NL Filles & Garçons
Relais mixte 4x25 4 Nages open

(*) OP : Ouverture des Portes – DE : Début des Epreuves

(**) Parcours ENF (challenge Avenirs) comptant pour le pass'compétition

Récompenses :

Au cumul des points du 100 4 Nages et du 200 Nage libre par catégorie Avenirs 1 et Avenirs 2 (40,4A, 4B) Relais récompense aux 3 premiers (80,8a,8b)

Récompense aux 3 premiers du 50m Papillon- Dos et 50m Brasse – Crawl (40,4a,4b)









-Sep-19 Page : 25/55



Règlement Natation Course – 2019-20

(5)	Biathlon Jeunes			
Date :	Dimanche 15 décembre 2019	Nb Poules	2	
Nb Réunions :	2	Lieux	Martigues/ Puy Ste Reparade	
Bassin :	25m	Cat:	Jeunes (F12-14, G13-15)	
Nb lignes :	6 / 5 lignes	Genre :	Animation	
Date Limite Engt :	Lundi 09 décembre 2019	Tarifs :	Indiv. : 3,00 €	
			Relais : 5,00 €	

Règlement:

Pour les jeunes 1,

- les finales du 200NL se nageront sur 100NL

Pour les jeunes 2 & 3,

- les finales du 800NL se nageront sur 400NL
- les finales A, B et C seront pour les meilleurs jeunes 2 et 3

Programme:

1° Réunion : Dimanche 15 décembre 2019 - OP : 08h00 - DE : 08h45 (*)

100 4 Nages Jeunes1 Filles – Garçons 200 4 Nages Jeunes 2 &3 Filles – Garçons 200 NL Jeunes1 Filles & Garçons 800 NL Jeunes2&3 Filles & Garçons

1° Réunion : Dimanche 15 décembre 2019 - OP : 14h15 - DE : 15h00 (*)

Finale B, A du 100 4 Nages Jeunes 1 Filles – Garçons Finale C, B, A 200 4 Nages Jeunes 2 & Filles – Garçons Finale B, A du 100 NL Jeunes 1 Filles & Garçons Finale C, B, A du 400 NL Jeunes 2& Filles & Garçons

(*) OP: Ouverture des Portes - DE: Début des Epreuves

Récompenses:

Les 3ers au classement combiné (100 4N+200NL ou 2004N+800NL à l'issu des séries (2x(4o,4,a,4b))

Les 3 premiers de chaque finale A seront récompensés (2x(80,8A,8B))









p-19 Page : 26/55



Règlement Natation Course - 2019-20

(5)	Journée du 13			
Date :	Dimanche 22 décembre 2019	Nb Poules	1	
Nb Réunions :	2	Lieux	Fos sur Mer	
Bassin:	25m	Cat:	Jun / Sen (F14+, G15+)	
Nb lignes :	6 lignes	Genre :	Qualificatif	
Date Limite Engt :	Lundi 16 décembre 2019	Tarifs:	Indiv. : 3,00 €	
			Relais : 5,00 €	

Règlement:

Cette compétition permet :

- aux Juniors/seniors de se qualifier aux championnats Régionaux Une grille de qualification sera établie pour les jeunes

Programme:

1° Réunion : Dimanche22 décembre 2019 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

200 4 Nages Dames - Messieurs 100 Dos Dames - Messieurs 200 Brasse Dames – Messieurs 100 NL Dames Messieurs 200 Papillon Dames - Messieurs

2° Réunion : Dimanche22 décembre 2019 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

100 Papillon Dames - Messieurs 200 Dos Dames - Messieurs 100 Brasse Dames - Messieurs 200 N Dames - Messieurs

(*) OP : Ouverture des Portes – DE : Début des Epreuves

Récompenses :

3 Meilleures performances par catégories (juniors 1&2, juniors 3&4 Seniors) (80,8a,8b)









Page: 27/55



Règlement Natation Course – 2019-20

(5)	Soirée des Maitres N°1			
Date :	Samedi 18 janvier 2020	Nb Poules	1	
Nb Réunions :	1	Lieux	Le Puy Sainte Reparade	
Bassin:	25m	Cat:	Maitres (D20+, M20+)	
Nb lignes :	5 lignes	Genre :	Qualificatif	
Date Limite Engt :	Lundi 13 janvier 2020	Tarifs:	Indiv. : 4,00 €	

Règlement:

Les nageurs âgés de 20 ans et plus

Attention en fonction de la participation certaines épreuves pourront être déplacées ou regroupées avec d'autres épreuves

la participation à l'australienne nécessite d'être engagé à la compétition

Programme:

1° Réunion : Samedi 18 janvier 2020 - OP : 18h15 - DE : 19h00 (*)

50 Brasse Dames & Messieurs 100 NL Dames & Messieurs 200 Dos Dames & Messieurs 50 Papillon Dames & Messieurs 100 Brasse Dames & Messieurs 400 NL Dames & Messieurs 50 Dos Dames & Messieurs 200 Papillon Dames & Messieurs 50 NL Dames & Messieurs 200 4 Nages Dames & Messieurs Australienne

(*) OP : Ouverture des Portes – DE : Début des Epreuves

Récompenses :

Filet garni au gagnant de l'australienne

Attention les nageurs de la catégorie CO (20-24 ans) peuvent participer mais ils ne seront pas récompensés









Page: 28/55



Règlement Natation Course - 2019-20

Parcours ENF (Challenge Avenirs)				
Date :	Samedi 25 janvier 2020	Nb Poules	1	
Nb Réunions :	2	Lieux	Vitrolles	
Bassin:	25m	Cat:	Avenirs (F10-, G11-)	
Nb lignes :	5 lignes	Genre :	Equipe Animation	
Date Limite Engt :	Lundi 20 janvier 2020	Tarifs:	Epreuve. : 2,00 €	

Règlement:

Ce challenge Avenirs s'inscrit dans le parcours de l'ENF et l'obtention du pass compétition.

Ce Challenge permet aux nageuses et nageurs de la catégorie Avenirs de s'engager en compétition sans Pass Compétition. Toute autre compétition exigera du nageur d'être en possession de ce troisième volet de l'ENF (interclubs avenirs, trophée avenirs,...)

Ce challenge n'est évidemment pas interdit aux nageuses et nageurs titulaires du pass compétition

Attention les nageurs doivent avoir une licence compétition pour s'engager via extranat

Programme:

1° Réunion : Samedi 25 janvier 2020- OP : 14h15 - DE : 15h00 (*)

50 Dos / Brasse Filles & Garçons 25 Papillon Filles & Garçons 100 4 Nages Filles & Garçons 25 NL Filles & Garçons 50 Papillon / Dos Filles & Garçons

Australienne

Récompenses :

Les 3 premières Filles et Garçons seront récompensées pour les 50m et 100m (60,6A,6B)

Australienne : la première fille et le 1^{er} garçon seront récompensés (20)









Page: 29/55



Règlement Natation Course - 2019-20

<u>Ģ</u>	Championnats Départementaux Avenirs				
Date :	Dimanche 26 janvier 2020	Nb Poules	1		
Nb Réunions :	2	Lieux	Vitrolles		
Bassin :	25m	Cat:	Avenirs (F10-, G11-)		
Nb lignes :	5 lignes	Genre :	Animation		
Date Limite Engt :	Lundi 20 janvier 2020	Tarifs:	Indiv. : 3,00 €		
			Relais : 5,00 €		

Règlement :

Tout nageur doit impérativement participer à deux épreuves individuelles (un 50 et le 100 4 nages) ainsi qu'aux deux relais.

Un club peut engager une nouvelle équipe à la seule condition que les précédentes soient complètes.

Chaque équipe sera composée de quatre nageurs. Toutefois, et hors classement, des équipes mixtes ou composées par plusieurs clubs pourront être engagées. Toutes les performances seront prises en compte sur le serveur fédéral, quelle que soit la configuration des équipes classées ou non.

À l'issue de la première épreuve, aucun changement/remplacement de nageur ne pourra être effectué.

Une épreuve réservée au remplaçant de chaque équipe sera organisée (une seule course par nageur correspondant aux épreuves de la compétition). Inscription pour les remplaçants par mail

Programme:

1° Réunion : Dimanche 26 janvier 2020 - OP : 08h15 - DE : 09h00 (*)

50 Nage Libre Filles – Garçons 50 Brasse Filles – Garçons 50 Papillon Filles – Garçons 50 Dos Filles – Garçons 100 4 nages Filles - Garçons Relais 4x50 NL Mixtes

2° Réunion : Dimanche 26 janvier 2020 - OP : 14h00 - DE : 14h45 (*)

Finales A & B 200 4 Nages Dames & Messieurs
Finales A, B & C 100 Dos Dames & Messieurs
Finales A, B & C 100 Papillon Dames & Messieurs
Finales A, B & C 100 Brasse Dames & Messieurs
Finales A, B & C 100 Nage Libre Brasse Dames & Messieurs
Relais 4x50 4 Nages Mixtes

Récompenses :

Les 3 meilleures équipes Filles et Garçons seront récompensées (6 coupes)









Page: 30/55



Règlement Natation Course – 2019-20

Championnats Départementaux Open Jeunes				
Date :	Samedi 1 & Dimanche 2 février 2020	Nb Poules	1	
Nb Réunions :	4	Lieux	Istres	
Bassin :	25m	Cat:	Jeunes (F11-13, G12-14)	
Nb lignes :	8 lignes	Genre :	Qualificatif	
Date Limite Engt	: Lundi 27 janvier 2020	Tarifs:	Indiv. : 3,00 €	
			Relais : 5,00 €	

Règlement:

Cette compétition permet aux nageurs de la catégorie jeunes de se qualifier en région et aux championnats de France Jeunes

Les 400, 800 et 1500 (Filles & Garçons) pourront être nagés à 2 par ligne en fonction du nombre d'engagements

Les nageurs et nageuses dépassant le temps limite de 12'30" au 800 NL, de 23'00" au 1500 NL et de 7'30" au 400 m 4 Nages ne seront pas classés pour dépassement de temps et arrêtés.

Programme:

1° Réunion : Samedi 1 février 2020 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

1500 NL Messieurs 800 NL Dames 100 Brasse Messieurs - Dames 50 Papillon Messieurs - Dames 200 Dos Messieurs 200 NL Dames 200 4 Nages Messieurs

2° Réunion : Samedi 1 février 2020 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

400 4N Messieurs 400 NL Dames 100 NL Messieurs - Dames 50 Dos Dames – Messieurs 200 Brasse Messieurs – Dames

Relais mixte 4x50 4 Nages









Page: 31/55



Règlement Natation Course - 2019-20

3° Réunion : Dimanche 2 février 2020 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

1500 NL Dames 800 NL Messieurs 100 Papillon Dames - Messieurs 50 Brasse Dames – Messieurs 200 Dos Dames 200 NL Messieurs 200 4 Nages Dames

Relais mixte 4x50 NL

4° Réunion : Dimanche 2 février 2020 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

400 4N Dames
400 NL Messieurs
100 Dos Dames – Messieurs
50 NL Dames – Messieurs
200 Papillon Dames - Messieurs

(*) OP : Ouverture des Portes – DE : Début des Epreuves

Récompenses :

3 Meilleures performances par année d'âge (60,6a,6b)









Page: 32/55



Règlement Natation Course - 2019-20

()	Meeting Départemental Open			
Date :	Samedi 08 & Dimanche 09 février 2020	Nb Poules	1	
Nb Réunions :	4	Lieux	Arles	
Bassin:	25m	Cat:	Juniors / Seniors (F14+, G15+)	
Nb lignes :	6 lignes	Genre :	Qualificatif	
Date Limite Engt :	Lundi 3 février 2020	Tarifs:	Indiv. : 3,00 €	
			Relais : 5,00 €	

Règlement:

Cette compétition permet aux nageurs Juniors et Seniors de se qualifier en région

Les 400, 800 et 1500 (Filles & Garçons) pourront être nagés à 2 par ligne en fonction du nombre d'engagements

Attention pour les épreuves de 400, 800, 1500NL et 400 4 Nages il y aura les limites de temps suivantes :

Epreuves	Dames	Messieurs
400 Nage Libre	6'30''	6'00''
800 Nage Libre	12'00''	11'00''
1500 Nage Libre	23'00''	21'00''
400 4 Nages	7′00	6'30''

En cas de dépassement de temps le nageur pourra être arrêté avant la fin de l'épreuve

Programme:

1° Réunion : Samedi 08 février 2020 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

1500 NL Messieurs 800 NL Dames 100 Brasse Messieurs - Dames 50 Papillon Messieurs - Dames 200 Dos Messieurs 200 NL Dames 200 4 Nages Messieurs









Page: 33/55



Règlement Natation Course - 2019-20

2° Réunion : Samedi 08 février 2020 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

400 4N Messieurs 400 NL Dames 100 NL Messieurs - Dames 50 Dos Dames – Messieurs 200 Brasse Messieurs – Dames

Relais mixte 4x50 4 Nages

3° Réunion : Dimanche 09 février 2020 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

1500 NL Dames 800 NL Messieurs 100 Papillon Dames - Messieurs 50 Brasse Dames – Messieurs 200 Dos Dames 200 NL Messieurs 200 4 Nages Dames

Relais mixte 4x50 NL

4° Réunion : Dimanche 09 février 2020 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

400 4N Dames 400 NL Messieurs 100 Dos Dames – Messieurs 50 NL Dames – Messieurs 200 Papillon Dames - Messieurs

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Epreuves

Récompenses :

3 Meilleures performances ttes cat (20,2a,2b)

Récompense aux 3 premiers de chaque finale (100,10a,10b)









Page: 34/55



Règlement Natation Course - 2019-20

<u>Ģ</u>	Interclubs Jeunes poule départementale			
Date :	Dimanche 08 mars 2020	Nb Poules	1	
Nb Réunions :	2	Lieux	Arles	
Bassin :	25m	Cat:	Jeunes (F11-13, G12-14)	
Nb lignes :	6 lignes	Genre :	Animation	
Date Limite Engt :	Lundi 02 mars 2020	Tarifs:	Equipe.: 30 €	

Règlement:

Les 24 meilleures équipes PACA lors des interclubs jeunes de la saison précédente sont sélectionnées pour participer à la poule A, 2 équipes par club maximum. Les autres participeront à la poule B départementale.

Les équipes seront composées de 4 nageurs. Un nageur doit participer obligatoirement à deux épreuves individuelles ainsi qu'à tous les relais. Toutes les épreuves individuelles sont nagées deux fois.

Relais 4 x 100 4 nages, les relayeurs réalisent chacun un 100 4 nages.

Les nageurs engagés dans cette poule ne pourront nager dans une autre.

Les équipes mixtes pourront être engagés via un bordereau disponible sur le site du comité par contre elles seront hors classement

Une épreuve réservée au remplaçant de chaque équipe sera planifiée lors du déroulement de la compétition (avant les relais).

Une seule course par remplaçant correspondant aux épreuves de la compétition. Les engagements seront effectués sur un bordereau et transmis à l'informatique avant le début des épreuves.

Programme:

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés en fonction de la participation et des horaires de mise à disposition des piscines 1° Réunion : Dimanche 8 mars 2020 - OP : 08h15 – DE : 09h00 (*)

100 Papillon Filles - 100 Dos Garçons 100 Brasse Filles - 100 NL Garçons Course des Remplaçants

4 x 200 NL Filles - 4 x 100 4 Nages Ind Garçons

2° Réunion : Dimanche 08 mars 2020 - OP : 14h00 - DE : 14h45 (*)

100 Papillon Garçons - 100 Dos Filles100 Brasse Garçons- 100 NL FillesCourse des Remplaçants

4 x 200 NL Garçons - 4 x 100 4 Nages Ind Filles

(*) OP : Ouverture des Portes – DE : Début des Epreuves









Page: 35/55



Règlement Natation Course – 2019-20

Classement:

Pour être classée une équipe doit participer à toutes les épreuves (individuelles et relais) conformément au règlement.

Un classement régional puis national des interclubs sera effectué au cumul des points de l'ensemble des équipes engagées par le club.

Cette compétition compte pour le classement national des clubs. Pour plus de renseignement cf. l'annuel règlement fédéral.

Récompenses :

Les trois meilleures équipes Filles et Garçons seront récompensées.









Page: 36/55



Règlement Natation Course - 2019-20

Parcours ENF (Challenge Avenirs)			
Date :	Samedi 14 mars 2020	Nb Poules	1
Nb Réunions :	1	Lieux	La Ciotat
Bassin:	25m	Cat:	Avenirs (F10-, G11-)
Nb lignes :	6 lignes	Genre :	Equipe Animation
Date Limite Engt :	Lundi 09 mars 2020	Tarifs:	Epreuve. : 2,00 €

Règlement:

Ce challenge Avenirs s'inscrit dans le parcours de l'ENF et l'obtention du pass compétition.

Ce Challenge permet aux nageuses et nageurs de la catégorie Avenirs de s'engager en compétition sans Pass Compétition. Toute autre compétition exigera du nageur d'être en possession de ce troisième volet de l'ENF (interclubs avenirs, trophée avenirs,...)

Ce challenge n'est évidemment pas interdit aux nageuses et nageurs titulaires du pass compétition

Attention les nageurs doivent avoir une licence compétition pour s'engager via extranat

Programme:

1° Réunion : samedi 14 mars 2019 - OP : 14h00 - DE : 14h45 (*)

50 Brasse / Crawl Filles & Garçons 25 Dos Filles & Garçons 50 Dos / Brasse Filles & Garçons 25 Brasse Filles & Garçons 100 NL Filles & Garçons

Australienne ou relais

Récompenses:

Les 3 premières Filles et Garçons seront récompensées pour les 50m et 100m (60,6A,6B)

Récompense à la 1ere fille et au 1^{er} garçon de l'australienne ou au premier relais (20)









Page: 37/55



Règlement Natation Course – 2019-20

(5)	Coupe Départeme	entale Avenirs N°1
Date :	Dimanche 15 mars 2020	Nb Poules 1
Nb Réunions :	2	Lieux La Ciotat
Bassin:	25m	Cat: Avenirs (F10-, G11-)
Nb lignes :	6 lignes	Genre: Qualificatif
Date Limite Engt :	Lundi 09 mars 2020	Tarifs: Indiv.: 3,00 €
		Relais : 5,00 €

Règlement:

Pour être classés les nageurs avenirs 1 (F9, G10-) devront avoir effectué toutes les épreuves suivantes 50NL /100 4N et 200 N.L et les nageurs avenirs 2 (F10, G11) 50NL/2004N et 400 N.L à l'issu des 2 plots départementaux.

Les meilleurs de la région PACA à l'issu des 2 plots seront qualifiés à la finale régionale Les nageurs non titulaires du pass compétition sont autorisés à nager les relais et le 100 4 Nages (attention pour 100 4N si le timing le permet mais ce n'est pas un pass compétition). Pour ces nageurs les engagements se feront par l'intermédiaire d'un bordereau qui devra être envoyé par mail au comité avant la date de clôture des engagements

Programme:

1° Réunion : Dimanche 15 mars 2020 - OP : 08h15 - DE : 09h00 (*)

Relais mixte 4x25 Papillon 200 NL Avenirs 1 Filles – Garçons 400 NL Avenirs 2 Filles – Garçons Relais mixte 4x25 Dos

2° Réunion : Dimanche 15 mars 2020 - OP : 14h00 - DE : 14h45 (*)

50 Nage Libre Filles – Garçons Relais mixte 4x25 Brasse 100 4 Nages Avenirs 1 Filles – Garçons 200 4 Nages Avenirs 2 Filles - Garçons Relais mixte 4x25 Nage Libre

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Epreuves

Récompenses :

Meilleure performance par année d'âge (10 trophées) relais le premier relais (160,)









Page: 38/55



Règlement Natation Course – 2019-20

(S)	Meeting Open de la Méditerranée		
Date:	Vendredi 20 au Dimanche 22 mars 2020	Nb Poules	1
Nb Réunions :	8	Lieux	CN Marseille
Bassin:	50m	Cat:	Juniors/Seniors (D14+, G15+)
Nb lignes :	8 lignes	Genre :	Qualificatif
Date Limite Engt :		Tarifs:	Indiv. : €

Règlement:

Programme:

1° Réunion : Vendredi 20 mars 2020 - OP : - DE : (*)

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Epreuves

Récompenses :









Page: 39/55



Règlement Natation Course – 2019-20

(5)	Soirée des	Maitres N°2	
Date :	Samedi 28 mars 2020	Nb Poules	1
Nb Réunions :	2	Lieux	
Bassin:	25m	Cat:	Maitres (D20+, M20+)
Nb lignes :	X lignes	Genre :	Qualificatif
Date Limite Engt :	Lundi 23 mars 2020	Tarifs:	Indiv. : 4,00 €
			Relais : 6,00 €

Règlement:

Les nageurs âgés de 20 ans et plus

Attention en fonction de la participation certaines épreuves pourront être déplacées ou regroupées avec d'autres épreuves

La participation à l'australienne nécessite d'être engagé à la compétition

Programme:

1° Réunion : Samedi 28 mars 2020 - OP : 18h15 - DE : 19h00 (*)

50 Brasse Dames & Messieurs 200 NL Dames & Messieurs 100 Dos Dames & Messieurs 50 Papillon Dames & Messieurs 200 Brasse Dames & Messieurs 400 4 Nages Dames & Messieurs 50 Dos Dames & Messieurs 100 Papillon Dames & Messieurs 50 NL Dames & Messieurs 100 4N Dames & Messieurs Australienne

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Epreuves

Récompenses :

Filet garni au gagnant de l'australienne

Attention les nageurs de la catégorie C0 (20-24 ans) peuvent participer mais ils ne seront pas récompensés









Page: 40/55



Règlement Natation Course - 2019-20

(5)	Meeting Open de Printemps		
Date :	Dimanche 29 mars 2020	Nb Poules	1
Nb Réunions :	2	Lieux	Berre l'Etang
Bassin:	25m	Cat:	Jun / Sen (F14+, G15+)
Nb lignes :	8 lignes	Genre :	Qualificatif
Date Limite Engt :	Lundi 23 mars 2020	Tarifs:	Indiv. : 3,00 €
			Relais : 5,00 €

Règlement:

Cette compétition permet :

- aux Juniors/seniors de se qualifier aux championnats Régionaux Une grille de qualification sera établie pour les jeunes

Programme:

1° Réunion : Dimanche 29 mars 2020 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

200 4 Nages Dames - Messieurs
50 Dos Dames - Messieurs
100 Brasse Dames - Messieurs
50 NL Dames Messieurs
100 Papillon Dames - Messieurs

2° Réunion : Dimanche 29 mars 2020- OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

50 Papillon Dames - Messieurs 100 Dos Dames - Messieurs 50 Brasse Dames - Messieurs 100 N Dames - Messieurs

(*) OP : Ouverture des Portes – DE : Début des Epreuves

Récompenses :

3 Meilleures performances par catégories (juniors 1&2, juniors 3&4 Seniors) (6o,6a,6b)









Page : 41/55



Règlement Natation Course - 2019-20

Parcours ENF (Challenge Avenirs)			
Date:	dimanche 05 avril 2020	Nb Poules	1
Nb Réunions :	1	Lieux	Marseille ?
Bassin:	25m	Cat:	Avenirs (F10-, G11-)
Nb lignes :	6 lignes	Genre :	Animation
Date Limite Engt :	Lundi 30 mars 2020	Tarifs:	Epreuve. : 2,00 €

Règlement:

Ce challenge Avenirs s'inscrit dans le parcours de l'ENF et l'obtention du pass compétition.

Ce Challenge permet aux nageuses et nageurs de la catégorie Avenirs de s'engager en compétition sans Pass Compétition. Toute autre compétition exigera du nageur d'être en possession de ce troisième volet de l'ENF (interclubs avenirs, trophée avenirs,...)

Ce challenge n'est évidemment pas interdit aux nageuses et nageurs titulaires du pass compétition

Attention les nageurs doivent avoir une licence compétition pour s'engager via extranat

Programme:

1° Réunion : Dimanche 05 avril 2020- OP : 14h00 - DE : 14h30 (*)

50 Pap / Dos Filles & Garçons 25 NL Filles & Garçons 100 4 Nages Filles & Garçons 25 Papillon Filles & Garçons 50 Dos / Brasse Filles & Garçons

Relais

Récompenses :

Les 3 premières Filles et Garçons seront récompensées pour les 50m et 100m (60,6A,6B)

Récompense à la première équipe du relais (40)









Page: 42/55



Règlement Natation Course - 2019-20

Parcours ENF (Challenge Avenirs)			
Date :	Dimanche 05 avril 2020	Nb Poules	1
Nb Réunions :	1	Lieux	Marseille ?
Bassin:	25m	Cat:	Avenirs (F10-, G11-)
Nb lignes :	6 lignes	Genre :	Equipe Animation
Date Limite Engt :	Lundi 30 mars 2020	Tarifs:	Epreuve. : 2,00 €

Règlement:

Ce challenge Avenirs s'inscrit dans le parcours de l'ENF et l'obtention du pass compétition.

Ce Challenge permet aux nageuses et nageurs de la catégorie Avenirs de s'engager en compétition sans Pass Compétition. Toute autre compétition exigera du nageur d'être en possession de ce troisième volet de l'ENF (interclubs avenirs, trophée avenirs,...)

Ce challenge n'est évidemment pas interdit aux nageuses et nageurs titulaires du pass compétition

Attention les nageurs doivent avoir une licence compétition pour s'engager via extranat

Programme:

1° Réunion : Dimanche 05 avril 2020- OP : 16h15 - DE : 16h45 (*)

50 Dos - Brasse Filles & Garçons 25 Dos Filles & Garçons 50 Brasse – Crawl Filles & Garçons 25 Brasse Filles & Garçons 100 NL Filles & Garçons

Australienne

Récompenses:

Les 3 premières Filles et Garçons seront récompensées pour les 50m et 100m (60,6A,6B)

Récompense à la 1ere fille et au 1^{er} garçon de l'australienne (20)









Page: 43/55



Règlement Natation Course – 2019-20

(<u>5</u>)	Regroupement Avenirs		
Date :	dimanche 26 avril 2020	Nb Poules	1
Nb Réunions :		Lieux	
Bassin:	m	Cat:	Jeunes (F0+, G0+-)
Nb lignes :	X lignes	Genre :	Sélection
Date Limite Engt :		Tarifs:	

Objectifs:

Réunir les nageurs pré sélectionnés pour l'inter départementale afin d'essayer de créer un collectif entre les nageurs

Critères de sélection:

Planning:

Dimanche 26 avril 2020

A compléter

Informations:









Page: 44/55



Règlement Natation Course - 2019-20

Chpts Départementaux Open			
Date :	Samedi 2 & Dimanche 3 mai 2020	Nb Poules	1
Nb Réunions :	4	Lieux	Aix en Provence
Bassin:	50m	Cat:	Jeunes & + (F14+, G15+)
Nb lignes :	8 lignes	Genre :	Qualificatif
Date Limite	Lundi 27 avril 2020	Tarifs:	Indiv. : 3,00 €
Engt:			Relais : 5,00 €

Règlement:

Cette compétition permet :

- aux jeunes de se qualifier en région et aux championnats de France Jeunes
- aux Juniors/seniors de se qualifier aux championnats Régionaux

Une grille de qualification sera établie pour les jeunes Finales sur les 50, 100 et 200M (A ttes catégories, B juniors et C jeunes)

Programme:

1° Réunion : Samedi 2 mai 2020 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

50 Dos Dames – Messieurs 200 4 Nages Dames - Messieurs 400 NL (séries lentes) Dames – Messieurs 200 Dos Dames – Messieurs 100 Brasse Dames - Messieurs 200 Papillon Dames - Messieurs 100 NL Dames – Messieurs

Finale C, B et A 50 dos

Relais mixte 4x50 4 Nages

2° Réunion : Samedi 2 mai 2020 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

50 Brasse Dames - Messieurs

Finales 200 4 Nages Dames - Messieurs 400 NL (série rapide) Dames - Messieurs Finales 200 Dos Dames - Messieurs Finales 100 Brasse Dames - Messieurs Finales 200 Papillon Dames - Messieurs Finales 50 Brasse Dames - Messieurs









Page : 45/55



Règlement Natation Course - 2019-20

3° Réunion : Dimanche 3 mai 2020 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

50 Papillon Dames - Messieurs
400 4 Nages (séries lentes) Dames - Messieurs
200 NL Dames - Messieurs
100 Papillon Dames - Messieurs
200 Brasse Dames - Messieurs
100 Dos Dames - Messieurs

Finales 50 Papillon Dames - Messieurs

4° Réunion : Dimanche 3 mai 2020 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

50 NL Dames – Messieurs
400 4 Nages (série rapide) Dames - Messieurs
Finales 200 NL Dames – Messieurs
Finales 100 Papillon Dames - Messieurs
Finales 200 Brasse Dames - Messieurs
Finales 100 Dos Dames – Messieurs
Finales 50 NL Dames – Messieurs

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Epreuves

Récompenses :

3 Meilleures performances jeunes (2o 2a 2b)

Médailles aux 3 premiers par cumul séries finales TC (260,26a,26b)









Page: 46/55



Règlement Natation Course – 2019-20

	Soirée des	Maitres N°3	3
Date:	Samedi 2 mai 2020	Nb Poules	1
Nb Réunions :	1	Lieux	Aix en Provence
Bassin:	50m	Cat:	Maitres (D20+, M20+)
Nb lignes :	8 lignes	Genre :	Qualificatif
Date Limite Engt :	Lundi 27 avril 2020	Tarifs:	Indiv. : 4,00 €
			Relais : 6,00 €

Règlement :

Les nageurs âgés de 20 ans et plus

Attention en fonction de la participation certaines épreuves pourront être déplacées ou regroupées avec d'autres épreuves

Programme:

1° Réunion : Samedi 2 mai 2020 - OP :18h00 - DE :18h45 (*)

50 Brasse Dames & Messieurs
50 Dos Dames & Messieurs
100 Dos Dames & Messieurs
200 NL Dames & Messieurs
200 Brasse Dames & Messieurs
100 Papillon Dames & Messieurs
200 4 Nages Dames & Messieurs
200 Dos Dames & Messieurs
100 NL Dames & Messieurs
100 Brasse Dames & Messieurs
200 Papillon Dames & Messieurs
50 Papillon Dames & Messieurs
50 NL Dames & Messieurs
Relais 4x50 4 nages

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Epreuves

Récompenses :

Attention les nageurs de la catégorie CO (20-24 ans) peuvent participer mais ils ne seront pas récompensés









Page : 47/55



Règlement Natation Course - 2019-20

(F)	Animation ENF		
Date :	Samedi 09 mai 2020	Nb Poules	1
Nb Réunions :	1	Lieux	Vitrolles
Bassin:	25m	Cat:	Avenirs (F11-, G11-)
Nb lignes :	5 lignes	Genre :	Animation
Date Limite Engt :	Lundi 4 mai 2020	Tarifs:	par nageur : 2,00 €

Règlement:

Réservé aux nageurs titulaires du sauv'nage et du pass'sport de l'eau Les engagements se feront via fichier FFNex ou Bordereaux. Ils devront être envoyés par mail avant la clôture des engagements.

Programme:

1° Réunion : Samedi 9 mai 2020 - OP : 14h30 - DE : 15h00 (*)

100 4 Nages 4X50 Nage Libre mixte 100 Nage Libre

Relais Nx25m mixte

(*) OP : Ouverture des Portes – DE : Début des Epreuves

(**) N étant le nombre de nageurs par relais (1 seule série en tout)

Récompenses :

Récompenses 3 premiers de chaque courses (80,8a,8b + N médailles au premier relais)









Page: 48/55



Règlement Natation Course – 2019-20

Coupe Départementale Avenirs N°2			
Date :	Dimanche 10 mai 2020	Nb Poules	1 ou 2
Nb Réunions :	2	Lieux	Vitrolles
Bassin:	25m	Cat:	Avenirs (F10-, G11-)
Nb lignes :	5 lignes	Genre :	Qualificatif
Date Limite Engt :	Lundi 4 mai 2020	Tarifs:	Indiv. : 3,00 €
			Relais : 5,00€

Règlement:

Pour être classés les nageurs avenirs 1 (F9, G10-) devront avoir effectuer toutes les épreuves suivantes 50NL /100 4N et 200 N.L et les nageurs avenirs 2 (F10,G11) 50NL/2004N et 400 N.L à l'issu des 2 plots départementaux.

Les meilleurs de la région PACA à l'issu des 2 plots seront qualifiés à la finale régionale Les nageurs non titulaires du pass compétition sont autorisés à nager les relais et le 100 4 nages (attention pour 100 4N si le timing le permet mais ce n'est pas un pass compétition). Pour ces nageurs les engagements se feront par l'intermédiaire d'un bordereau qui devra être envoyé par mail au comité avant la date de clôture des engagements

Programme:

1° Réunion : Dimanche 10 mai 2020 - OP : 08h15 - DE : 09h00 (*)

Relais mixte 4x50 Papillon 200 NL Avenirs 1 Filles – Garçons 400 NL Avenirs 2 Filles – Garçons Relais mixte 4x50 Dos

2° Réunion : Dimanche 10 mai 2020 - OP : 14h00 - DE : 14h45 (*)

50 Nage Libre Filles – Garçons Relais mixte 4x50 Brasse 100 4 Nages Avenirs 1 Filles – Garçons 200 4 Nages Avenirs 2 Filles - Garçons Relais mixte 4x50 Nage Libre

Récompenses:

Meilleure performance par année d'âge (10 trophées) Relais le premier relais (160)









Page : 49/55



Règlement Natation Course – 2019-20

Coupe des Départements				
Date :	Samedi 16 Dimanche 17 mai 2020	Nb Poules	1	
Nb Réunions :	2	Lieux	Istres	
Bassin :	25m	Cat:	(F-, G-)	
Nb lignes :	8 lignes	Genre :	Animation	
Date Limite En	gt:	Tarifs:		

Règlement :

Sélection de départements

Programme:

1° Réunion : Samedi 16 mai 2020 - OP : - DE : (*)

2° Réunion : Dimanche 17 mai 2020 - OP : - DE : (*)

Récompenses :









Page: 50/55



Règlement Natation Course – 2019-20

(5)	Championnat Départemental des Maitres d'Ete				
Date :	Jeudi 21 mai 2020	Nb Poules	1		
Nb Réunions :	2	Lieux			
Bassin :	25m	Cat:	Maitres (D20+, M20+)		
Nb lignes :	X lignes	Genre :	Qualificatif		
Date Limite Engt	: Vendredi 15 mai 2020	Tarifs:	Indiv. : 3,00 €		
			Relais : 5,00 €		

Règlement:

Les nageurs âgés de 20 ans et plus

Attention en fonction de la participation certaines épreuves pourront être déplacées ou regroupées avec d'autres épreuves

Programme:

1° Réunion : Jeudi 21 mai 2020 - OP : 08h00 - DE : 09h00 (*)

200 Dos Dames & Messieurs 100 Papillon Dames & Messieurs 50 Brasse Dames & Messieurs 200 4 Nages Dames & Messieurs 400 NL Dames & Messieurs 200 Brasse Dames & Messieurs 50 Dos Dames & Messieurs 100 NL Dames & Messieurs 200 Papillon Dames & Messieurs

2° Réunion : Jeudi 21 mai 2020 - OP : 14h00 - DE : 15h00 (*)

100 4N Dames & Messieurs
800 NL Dames & Messieurs
1500 NL Dames & Messieurs
50 Papillon Dames & Messieurs
100 Dos Dames & Messieurs
200 NL Dames & Messieurs
400 4N Dames & Messieurs
100 Brasse Dames & Messieurs
50 NL Dames & Messieurs
Relais 4x50 4 nages Dames & Messieurs

(*) OP : Ouverture des Portes – DE : Début des Epreuves

Récompenses :

3 Meilleures performances Dames & Messieurs ttes catégories (2o 2a 2b)

Attention les nageurs de la catégorie CO (20-24 ans) peuvent participer mais ils ne seront pas récompensés









Page: 51/55



Règlement Natation Course - 2019-20

Inter Départemental Avenirs				
Date :	Jeudi 21 mai 2020	Nb Poules	1	
Nb Réunions :	2	Lieux	Vallauris	
Bassin:	25m	Cat:	Avenirs (F10-, G11-)	
Nb lignes :	6 lignes	Genre :	Qualificatif	
Date Limite Engt :		Tarifs:		

Règlement:

Les équipes départementales sont composées de 10 nageurs dames et messieurs dans la catégorie avenirs.

Chaque nageur doit participer à 1 relais et 2 courses individuelles, chacune des courses devra être nagée 4 fois (par ex 4 nageurs par équipe sont engagés sur le 100 papillon).

Les équipes peuvent être accompagnées de 1 ou 2 remplaçants.

Le lieu de la compétition changera de département tous les ans.

Programme:

1° Réunion : Jeudi 21 mai 2020 - OP : 09h00 - DE : 10h00 (*)

10 x 50 NL Dames et Messieurs 100 Papillon Dames et Messieurs 100 dos Dames et Messieurs 100 4N Dames et Messieurs 100 brasse Dames et Messieurs 100 NL Dames et Messieurs 4 X 50 4N Dames et Messieurs Course des remplaçants 100 NL Australienne.

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Épreuves.

Classement:

Chaque équipe est classée au cumul des épreuves à la table de cotation. En cas d'égalité le temps du relais 4 x 50 4N départage les équipes.

Classement & Récompenses :

- Coupe pour les trois premières équipes dames, messieurs et mixte.
- Coupe pour la première fille et garçon de l'Australienne.
- Coupe pour la meilleure performance à la table de cotation filles et garçons









Page : 52/55



Règlement Natation Course - 2019-20

	Interclubs Avenirs		
Date :	Dimanche 31 mai 2020	Nb Poules	1
Nb Réunions :	2	Lieux	La Ciotat
at	25m	Cat:	Avenirs (F10-, G11-)
Nb lignes :	6 lignes	Genre :	Equipe Animation
Date Limite Engt :	Lundi 25 mai 2020	Tarifs:	Equipe. : 30,00 €

Règlement :

Tout nageur doit impérativement participer à deux épreuves individuelles (un 50 et le 100 4 nages) ainsi qu'aux deux relais.

Un club peut engager une nouvelle équipe à la seule condition que les précédentes soient complètes.

Chaque équipe sera composée de quatre nageurs. Toutefois, et hors classement, des équipes mixtes ou composées par plusieurs clubs pourront être engagées. Toutes les performances seront prises en compte sur le serveur fédéral, quelle que soit la configuration des équipes classées ou non.

À l'issue de la première épreuve, aucun changement/remplacement de nageur ne pourra être effectué.

Une épreuve réservée au remplaçant de chaque équipe sera organisée (une seule course par nageur correspondant aux épreuves de la compétition). Inscription pour les remplaçants par mail

Programme:

1° Réunion : Dimanche 31 mai 2020 - OP : 08h15 - DE : 09h00 (*)

100 4 Nages Filles – Garçons Course des remplaçants Relais 4x50 4 Nages Filles – Garçons

2° Réunion : Dimanche 31mai 2020 - OP : 14h00 - DE : 14h45 (*)

50 Nage Libre Filles – Garçons
50 Brasse Filles – Garçons
50 Papillon Filles – Garçons
50 Dos Filles – Garçons
Relais 4x50 Nage Libre Filles – Garçons

Récompenses:

Les 3 meilleures équipes Filles et Garçons seront récompensées (6 coupes)









Page: 53/55



Règlement Natation Course – 2019-20

(F)	Finale de la Coupe Départementale Avenirs			
Date :	Samedi 13 ou dimanche 14 juin 2020	Nb Poules	1	
Nb Réunions :	1	Lieux	Salon de Provence	
Bassin:	25m	Cat:	Avenirs (F10-, G11-)	
Nb lignes :	X lignes	Genre :	Animation	
Date Limite Engt :	Lundi 24 juin 2020	Tarifs:	par nageur : 3,00 €	

Règlement:

Compétition réservée aux nageurs classés (les Avenirs 1 devront avoir nagé 50NL, le 100 4 Nages et le 200 NL et pour les Avenirs 2 50NL, 200 4 Nages et 400 NL) lors de la Coupe Départementale Avenirs n'ayant pas été qualifié à la finale régionale

Programme:

1° Réunion : Samedi 13 ou Dimanche 14 juin 2020 - OP : 14h00 - DE : 14h45 (*)

Attention aménagement du programme possible d'évoluer.

200 NL 100 4 Nages Avenirs 1 filles et garçons 200 4 Nages Avenirs 2 filles et garçons Australienne

(*) OP: Ouverture des Portes – DE: Début des Épreuves.

Récompenses :

récompense au 3^{er} au cumul des 2 nages par année d'âge (60,6a,6b)

récompense aux 3 premiers de l'australienne (20,2a,2b)









Page: 54/55



Règlement Natation Course – 2019-20

Annexe 1

Catégories

Natation Course

Catégories du 16 septembre 2019 au 15 septembre 2020

Catégorie		Dames		Messieurs	
Avenirs	1	9 ans et moins	2011 et après	10 ans et moins	20010 et après
Avenirs	2	10 ans	2010	11 ans	2009
Jeunes	5	11-13 ans	2009 à 2007	12-14 ans	2008 à 2006
Juniors	5	14-17 ans	2006 à 2003	15-18 ans	2005 à 2002
Seniors	S	18 ans et plus	2002 et avant	19 ans et plus	2001 et avant

Maitres

Catégories à compter du 1 janvier 2020

Catégorie	Age	Année	Catégorie	Age	Année
C1	25 - 29 ans	1991 – 1995	C2	30 – 34 ans	1986 – 1990
C3	35 - 39 ans	1981 – 1985	C4	40 – 44 ans	1976 – 1980
C5	45 - 49 ans	1971 – 1975	C6	50 – 54 ans	1966 – 1970
C7	55 - 59 ans	1961 – 1965	C8	60 – 64 ans	1956 – 1960
C9	65 - 69 ans	1951 – 1955	C10	70 – 74 ans	1946 – 1950
C11	75 - 79 ans	1941 – 1945	C12	80 – 84 ans	1936 – 1940
C13	85 - 89 ans	1931 - 1935	C14	90 – 94 ans	1926 – 1930
C15	95 ans & plus	1925 & avant			

Relais au cumul de l'âge des 4 relayeurs

Catégorie	Age	Catégorie	Catégorie
R1	100 – 119 ans	R2	120 – 159 ans
R3	160 – 199 ans	R4	200 – 239 ans
R5	240 – 279 ans	R6	Plus de 289 ans







