

# NATATION ARTISTIQUE CHAMPIONNATS REGIONAUX AVENIRS Et Circuit Préparatoire Seniors



10 - 11 MAI  
2025  
ISTRES



Entrée libre & Buvette sur place

Toutes les informations sur :

[istres-synchro.fr](http://istres-synchro.fr)



LE MIRAGE



# REGLEMENT

## CHAMPIONNAT RÉGIONAL AVENIR

Le Championnat Régional est qualificatif pour le Championnat National 2.

- Ils peuvent servir de compétition préparatoire pour les ballets qualifiés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.
- Les nageuses et nageurs nés(e)s après 2016 peuvent participer en solo en régional et N2 seulement.

### ÉPREUVES

Cf Annexes 1 et 3

#### FIGURES IMPOSÉES

FIGURES OBLIGATOIRES		GROUPE OPTIONNEL 1		
1. Ballet leg tendu direct (106) 2. Barracuda (301)		3. Ariane carpé avant (359) 4. Tour (348)		
SOLOS LIBRES	DUOS LIBRES	DUOS LIBRES MIXTES	EQUIPES LIBRES	BALLETS ACROBATIQUES

### ACCÈS AU CHAMPIONNAT NATIONAL 2 AVENIR

SOLOS LIBRES 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>• si 53 points en imposées (en N2 seulement)</li></ul>
SOLOS LIBRES 2015	<ul style="list-style-type: none"><li>• si 54 points en imposées</li></ul>
SOLOS LIBRES 2014	<ul style="list-style-type: none"><li>• si 55 points en imposées</li></ul>
SOLOS LIBRES 2013	<ul style="list-style-type: none"><li>• si 56 points en imposées</li></ul>
DUOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none"><li>• si 57 points en imposées</li></ul>
DUOS LIBRES MIXTES	<ul style="list-style-type: none"><li>• si 57 points en imposées</li></ul>
ÉQUIPES LIBRES	<ul style="list-style-type: none"><li>• si 55 points en imposées</li></ul>
BALLETS ACROBATIQUES	<ul style="list-style-type: none"><li>• si participation en ballet acrobatique</li></ul>

# PROGRAMME PREVISIONNEL

## Samedi 10 Mai :

09h45	Ouverture des portes
10h00	<b>Echauffement des Solos et Duos libres Circuit préparatoire</b>
10h45	Passage des Solos et Duos libres
11h30	<b>Echauffement des Equipes libres Circuit préparatoire</b>
12h00	Passage des Equipes Libres Circuit préparatoire
13h00	Echauffement des Figures Imposées « Avenir »
13h45	Réunion des Juges suivie de la compétition des figures imposées
17h00	<b>Echauffement des Equipes « Avenir » et Ballets Combinés Circuit préparatoire</b>
18h00	Réunion des juges suivie de la compétition des Equipes « Avenir » et Ballets Acrobatiques Circuit préparatoire

## Dimanche 11 Mai :

09h00	Ouverture des portes
09h15	Echauffement des Solos « Avenir »
10h00	Réunion des juges suivie de la compétition des Solos « Avenir »
12h00	Echauffement et Ballets Acrobatiques « Avenir » et circuit préparatoire
12h45	Réunion des juges suivie de la compétition des Ballets Acrobatiques « Avenir » et circuit préparatoire
14h00	Echauffement des Duos « Avenir » et Duo Mixte « Avenir »
14h45	Réunion des juges suivie de la compétition des Duos et Duo Mixte « Avenir »

**L'organisation se réserve le droit de modifier le jour même les horaires de la compétition en fonction du déroulement des épreuves, du nombre de nageurs engagés ainsi que les officiels présents.**

Coach Card : à envoyer à marilou.djian@gmail.com

# ORGANISATION DU BASSIN

Istres Sports Natation Synchronisée vous accueille



**STADE NAUTIQUE**  
**Rue des Félibres**  
**13800 ISTRES**

## Itinéraires :

> Autoroute A55 jusqu'à Martigues, sortie Martigues Nord puis direction Istres

## Caractéristiques techniques :

> Aéroport de Marignane - Istres : 38 kms (env. 40 min)

Bassin d'apprentissage + bassin sportif de 35 x 21 mètres comprenant 8 couloirs.

Profondeur du petit bain au grand bain : 0.80m à 2.50m. 12 vestiaires pour sportifs

Grand parking extérieur de 70 places sur 1000m<sup>2</sup>

Tribune de 678 places assises.

# INFOS DIVERSES

## RESPECT DES LIEUX

- ≈ Chaussures interdites au bord de la piscine et dans les vestiaires sauf chaussures spécifiques piscine.
- ≈ Nourriture et boissons interdites dans les gradins et les vestiaires.
- ≈ Nous demandons à tous les entraîneurs et responsable de club de bien vouloir respecter les différentes zones mises à disposition pour les athlètes.

### **Zone de déchaussage.**

### **Zone réservée à la gélatine.**

- ≈ Ainsi que vérifier qu'à la fin de compétition tous les vestiaires soient propres, des poubelles seront mises à disposition dans toute la zone des vestiaires ainsi que dans les gradins.
- ≈ Aucun objet de valeur.ne devra rester dans les vestiaires.
- ≈ L'accès aux vestiaires et bords de bassin est strictement réservé aux nageuses, entraîneurs et officiels.
- ≈ Le côté vestiaires collectifs est ouvert aux usagers de la compétition. Les vestiaires individuels sont réservés aux compétiteurs masculins. Merci de respecter cette consigne.

## MUSIQUE

**Les musiques devront être envoyées par lien au plus tard le 05 mai 2025.**

Sur le mail : [musiques.istres@gmail.com](mailto:musiques.istres@gmail.com)

ATTENTION : Ne pas oublier de mettre en nom de fichier :  
Nom & Prénom de l'athlète - Nom du club - Epreuve

**Prévoir une clé USB pour le jour de la compétition.**

## COACH CARD

**A ENVOYER à : [marilou.djian@gmail.com](mailto:marilou.djian@gmail.com) – date limite : 2 mai 2025**

## REPAS

Tout au long de la compétition, une **buvette** sera installée avec des boissons froides et chaudes, sandwiches, frites, crêpes et autres gourmandises.

Proposition de panier-repas au tarif unique de 9€, **uniquement** sur commande via le lien ci-dessous :

**Lien pour commande de paniers-repas en cliquant : ici**

## LES RÉSULTATS

Les résultats seront affichés dans la piscine à l'issue des épreuves, puis à consulter en ligne et télécharger après homologation sur le site de la FFN.

Un groupe WhatsApp sera créé pour la compétition : informations générales (jurys, ordre de passage, résultats...)

## CONTACT

### **Pour tous renseignements complémentaires**

#### **LIGUE PACA NATATION**

Chez Wereso – Gare Saint Charles – Esplanade Saint Charles  
Halle Honnorat 13001 MARSEILLE

[www.natation-paca.org](http://www.natation-paca.org)      Tél : (+33) 4 91 49 77

Rejoignez-nous sur Facebook @LiguePACANatation

### **Pour INFOS et ENGAGEMENTS**

**Nom référente:** Andrée Longevial      Mail : andree.longevial-billiet@orange.fr

**Juge Arbitre :** Marilou DJIAN      Mail : marilou.djian@gmail.com

### **Groupe Whatsapp de la compétition :**

<https://chat.whatsapp.com/DiD59dhJc11E8OxLZQCUGU>