

CALENDRIERS ET RÈGLEMENTS SPORTIFS

Version 2

Saison sportive 2024

1er janvier au 31 décembre



SOMMAIRE

	Page
AVANT-PROPOS	3
MOT DU PRÉSIDENT	7
MOT DU PRÉSIDENT DE LA COMMISSION NATATION COURSE	8
ORGANISATION SPORTIVE	9
CALENDRIER SPORTIF	15
GRILLES DE QUALIFICATIONS	17
COLLECTIFS	21
REGLEMENT	23
MON DÉPARTEMENT EN ACTIONS	32
PROGRAMME BENJAMINS / AVENIRS	33
PROGRAMME JUNIORS / SÉNIORS	43
COORDONNÉES	51

AVANT-PROPOS

En 2023, la pratique de la natation régionale a retrouvé un certain dynamisme mais les disparités sur le plan sportif et social existent au sein de notre grande région.

Un travail de concertation a permis de faire émerger des constats partagés par tous, d'identifier des idées d'actions ambitieuses qui répondent à la particularité de chaque département.

Tout d'abord on constate des différents enjeux auxquels les acteurs sportifs doivent faire face sur le territoire.

La volonté des acteurs de notre natation régionale est de développer la pratique vers le plus haut niveau de performance sur l'ensemble du territoire, mais aussi de dynamiser la natation dite de masse.

Il faut à tout prix instaurer une nouvelle approche qui s'installe dans la durée afin d'aider les clubs à se structurer, d'encourager les nageurs à s'entraîner et de soutenir les entraîneurs à encadrer.

Le dynamisme de la pratique de notre discipline autour du monde associatif est dense mais la perte de compétiteurs est constatée.

« *Un nageur qui ne progresse plus est un nageur qui abandonne* ».

Il est donc souhaitable de proposer aux nageurs un cursus sportif pédagogique et constructif (*le plan de carrière du nageur*).

La première étape est de baliser le parcours du nageur pour l'aider à atteindre ses objectifs de performances et de maintenir un niveau de motivation optimale.

Ensuite la mise en place des confrontations régulières, des défis, donneront de la motivation au nageur. « *Un nageur heureux est un nageur performant. Rien n'est accompli sans enthousiasme, sans plaisir* ».



Sans challenge, sans engouement, nous perdrons un bon nombre de compétiteurs.

« On joue au handball, on fait de la natation »

Constat :

- **Un nageur est motivé par un objectif et par sa progression**
- **Un nageur doit prendre du plaisir à se confronter en compétition**

Conviction :

- **Baliser des étapes pour élever l'envie de performer et atteindre la réalisation de ses objectifs**

Le but est d'élever le nombre de compétiteurs et du niveau de performance. « Un nageur progresse s'il évolue dans sa bonne zone de contrainte ».

La performance globale du nageur est liée par les phases suivantes et par une coordination département/ligue :

- **Découverte et formation (rôle des départements en action) chez les Avenirs/Benjamins**
- **Développement (rôle des départements et de la ligue) chez les Benjamins**
- **Réalisation (rôle de la ligue) chez les Juniors**

Pour cela il faut Identifier des objectifs avec une volonté d'améliorer les conditions de pratiques avec plusieurs niveaux proposés.

Une bonne élaboration des programmes adaptés et créatifs, est une nécessité en fonction de la compétition et de ses finalités.

« La performance est la conséquence des moyens mis en place »

Une volonté commune d'innovation vers la formation, le développement et la réalisation est constatée :

Créativité pour les Avenirs / Attractivité pour les Benjamins / Possibilité et Compétitivité pour les Juniors



Il existe également, un manque de visibilité sur les actions conduites par certaines de nos structures.

Ce constat s'avère d'autant plus présent sur le territoire depuis la fusion des régions.

Il est donc important de mutualiser les compétitions départementales permettant une meilleure exploitation des créneaux sportifs (réservation des piscines) dans des départements à faible densité de nageurs afin d'être plus attractif.

Il est aussi important de suggérer des dates identiques pour les compétitions départementales, dans le seul but, de fédérer chaque département autour du programme de la ligue. Le développement des webconfrontations par catégorie d'âge devrait donner une nouvelle émulation sportive.

L'organisation des compétitions est également remise en cause avec des formats trop longs.

Il a été déjà mis en place une réforme sur le nombre de nageurs qualifiés aux championnats de ligue Juniors et Benjamins afin d'obtenir une compétition qualitative.

Le projet de réorganiser les formats des compétitions hivernales (en 25m) est en cours avec une sensibilisation de terminer les compétitions le dimanche midi (*plusieurs raisons sont évoquées*).

Il est aussi primordial de valoriser le CAF, le club d'excellence et les sections sportives scolaires qui vont permettre à des nageurs de construire leurs projets sportif/scolaire vers la performance de Haut Niveau. Mais nous constatons quelques difficultés pour développer ces structures.

Plusieurs nageurs qui souhaitent donner un second souffle dans sa carrière sportive afin de sortir de sa zone de confort sont malheureusement freinés par une insuffisance de structures entièrement agencées.

Les clubs avec des horaires aménagés ayant des conventions avec les établissements scolaires peuvent accueillir des nageurs afin d'évoluer dans leur progression sportive.

Mais à ce jour, les internats ne permettent pas de recevoir les nageurs le week-end ou ne peuvent pas les accueillir par manque de place. Il est de notre devoir de trouver des alternatives à ce dilemme. Nous constatons que beaucoup de jeunes nageurs néo aquitains quittent notre ligue pour s'entraîner et se licencier dans d'autres régions mieux structurées.

Certains nageurs sont également freinés dans leur parcours sportif et scolaire par manque de moyen au sein de leur association.

« Ne cherchons pas un résultat, cherchons plutôt à apporter, à donner et à comment aider les nageurs ».



Il est aussi primordiale de maintenir une dynamique sportive au sein de la ligue, d'inciter le nageur à s'investir pleinement dans sa pratique et de créer un état d'esprit vers une cohésion collective pour apprendre à être plus performant dans son parcours sportif.

Ainsi la création de plusieurs collectifs (Challenge-Excellence-Elite), animée par une détection (collectif Challenge), par des stages (collectif Excellence) et par des participations à des meetings internationaux (collectif Elite), est également une priorité sur notre territoire.

L'objectif est de mettre en valeur les nageurs afin de maintenir une motivation progressive, de nouer des liens avec les entraîneurs et les nageurs. Il est dans notre devoir de sensibiliser les jeunes nageurs aux exigences du haut niveau. Il est donc nécessaire d'être pleinement acteur autour de leurs projet pour parvenir à atteindre le plus haut niveau de performance. *« Se réunir est un début, rester ensemble est un progrès, travailler ensemble est une réussite »*

Le besoin de cohésion est grand. En effet, il est important d'attribuer un statut et des valeurs universelles de notre natation régionale de masse et encore plus, pour l'accession du haut niveau.

Des actions fédératrices entre les parties prenantes du sport (élus, dirigeants, officiels et entraîneurs) sont une nécessité. Il est impératif de développer une culture sportive et mettre en avant les valeurs de notre sport.

La volonté de faire de notre natation, une accessibilité pour tous et à tout niveau de performance s'impose comme une priorité. Chaque personne licenciée dans un club affilié à la ligue Nouvelle Aquitaine doit pouvoir donner du sens à sa pratique et s'épanouir dans son club.

Tous les acteurs, sportif, bénévole, dirigeant, entraîneur, élu, passeront par des phases de construction a fi n de réaliser cet objectif.

Ainsi, il semble indispensable d'améliorer le maillage du territoire. Certes les travaux sont multiples et nombreux, mais les axes de développement commanderont les investissements.

Ainsi, il convient de les mener avec méthode. Il faut poser des bases solides sur lesquelles des projets pourront éclore a fi n d'offrir un grand potentiel de développement pour notre natation régionale.

L'hétérogénéité des pratiquants constituent autant de richesses que de potentiel. L'augmentation quantitatif et qualitatif est indispensable pour aboutir à une élaboration d'un futur projet de développement pour la prochaine olympiade afin de fidéliser nos licenciés et de capter de nouveaux pratiquants. *« Là il y a une volonté, il y a un chemin »*



Grégory Beckmann
Conseiller technique de ligue

MOT DU PRÉSIDENT



En ce début de saison sportive 2024, je tiens à adresser mes plus sincères félicitations à l'Equipe Technique Régionale et aux différentes commissions qui contribuent au bon déroulement des disciplines, notamment la natation course.

Votre dévouement et votre expertise sont essentiels pour assurer le développement et la promotion de notre sport au sein de la Nouvelle Aquitaine.

Les règlements sportifs de la natation course appliqués avec rigueur et avec équité sur l'ensemble de notre vaste territoire.

Grâce à votre travail acharné et à votre engagement il doit nous permettre de renouer avec l'excellence sportive et la formation des licenciés (nageurs et entraîneurs) en lien avec l'ERFAN.

En cette nouvelle saison Olympique, je vous encourage à poursuivre vos efforts et à continuer de faire rayonner la natation sur tout le territoire de Nouvelle-Aquitaine, en lien avec les Equipes Techniques des Départements.

Votre passion et votre engagement sont des piliers fondamentaux de notre communauté sportive et je suis convaincu que nous accomplirons de grandes choses ensemble.

Je vous souhaite à tous une saison couronnée de succès, de réalisations et de moments inoubliables.

MARC DEBERGHES

MOT DU PRÉSIDENT DE LA COMMISSION NATATION COURSE



« Notre objectif, encourager la formation de nos jeunes nageurs, favoriser le développement des performances au sein de notre ligue.

Créer un environnement sportif où chaque nageur peut s'épanouir.

Suggérer un programme sportif de formation et de développement selon le niveau de pratique de chaque nageur.

Pour cela, notre Équipe Technique Régionale, nos référents de techniciens départementaux, s'engagent à développer une politique sportive cohérente sur notre territoire.

Nous aidons les départements à proposer des programmes sportifs innovants et attractifs afin de dynamiser notre natation auprès des pratiquants.

Nous travaillons ensemble pour obtenir une cohérence avec les objectifs de la ligue.

Nos différentes actions menées cette année ont renoué les liens avec les entraîneurs (séminaire au mois de Janvier).

Nous avons mis en place un collectif régional et nous avons proposé de nouvelles compétitions avec les circuits LNA (Conférence Tour-Challenge).

En 2024, nous nous dirigeons vers une continuité de cette nouvelle approche de notre natation avec en plus, le développement des webconfrontations, la mutualisation des compétitions, des nouveaux modes de qualifications (Rankings) et du nouveau format des compétitions.

Nous profitons de ces nouvelles opportunités pour créer une nouvelle dynamique et une entité forte de notre natation régionale.

Nous tâchons de faire preuve d'initiative mais la route est longue et nous comptons sur l'accompagnement de tous les acteurs de notre sport.

Pour finir, nous soutenons les formations continues proposées aux entraîneurs avec la collaboration étroite de l'ERFAN »

JOEL FLAMARION

MOTIVER LES NAGEURS A CONTINUER SA PROGRESSION SPORTIVE

Eviter l'arrêt prématuré de leur carrière



ENCOURAGER LES SPORTIFS A NAGER SELON SON NIVEAU DE PRATIQUE

Se qualifier aux championnats de ligue ou de France n'est pas une finalité



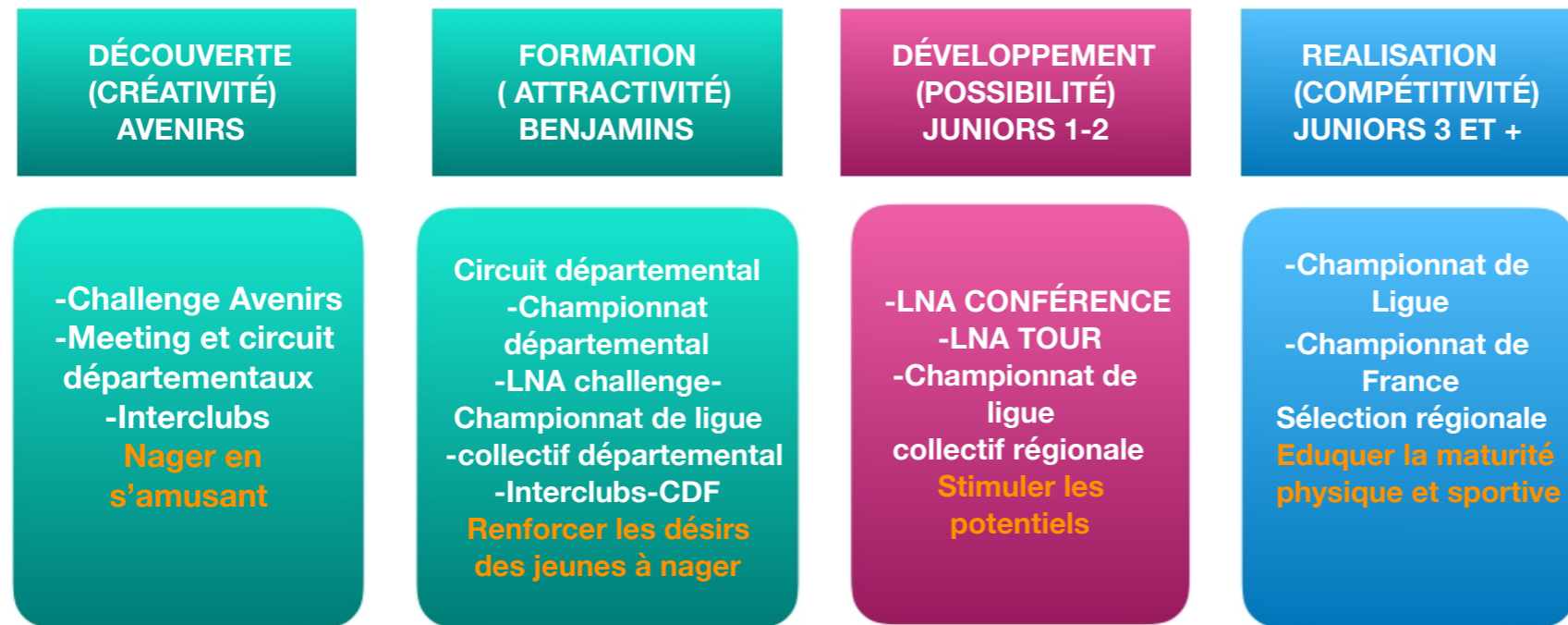
AIDER ET GUIDER LES NAGEUR À ETRE PLUS PERFORMANTS AUX ÉCHÉANCES NATIONALES



Augmenter le nombre de qualifiés et améliorer la qualité des qualifications (élever le nombre de finales et de podiums)

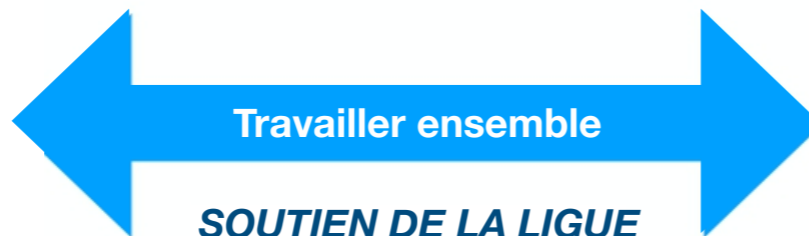


BALISER LES ÉTAPES



Travailler sur l'endurance de la motivation qui se cultive. Un nageur est motivé par sa progression, ceux qui abandonnent c'est ceux qui ne progressent plus.

LE DÉPARTEMENT EN ACTION



Rôle de l'ETR

Mutualisation des compétitions

Développement des webconfrontations départementales

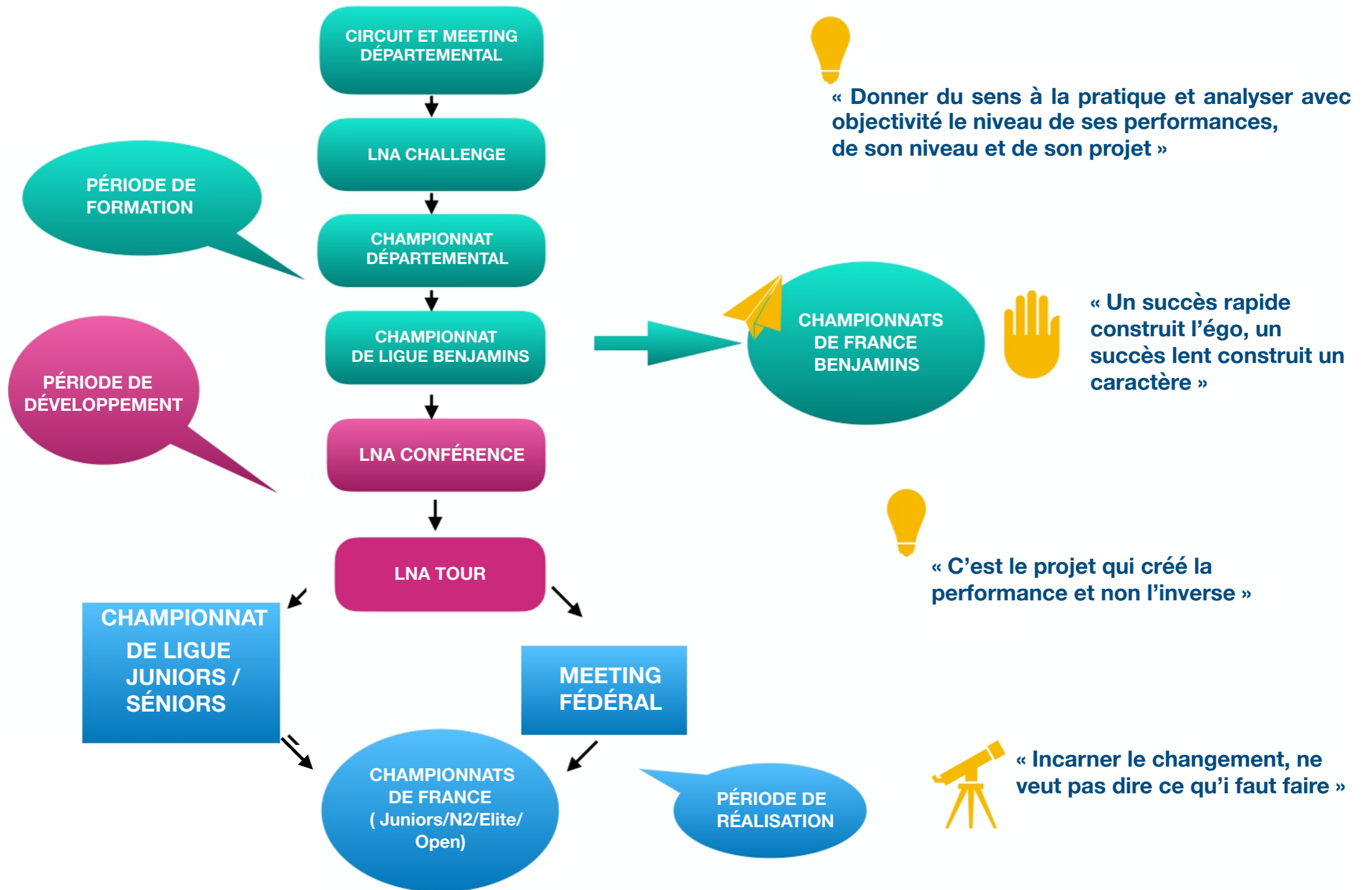
Coordination des circuits LNA

Organisation des Championnats de ligue

Création des collectifs



ATTEINDRE LA RÉALISATION DE SES OBJECTIFS





« Le seul moyen de nager vite c'est d'aimer ce qu'on fait, rien n'est accompli sans enthousiasme, sans plaisir »

- Proposition de 2 Championnats de ligue Benjamins et de 3 championnats de ligue Juniors : donner la possibilité aux nageurs de se qualifier aux échéances nationales avec un niveau de pratique cohérent selon les performances régionales (ranking - grille de qualification selon un l'IRP)



- Suggestion de 2 meeting Fédéraux : donner la possibilité aux sportifs d'élever son niveau de performance pour atteindre une qualification nationale



- Création de nouveaux formats de compétitions hivernales : donner la possibilité aux nageurs de se confronter et de se challenger à nager vite en series/ finales dans la même réunion



- Continuité des LNA Tour, LNA Conférence et LNA Challenge : donner la possibilité aux athlètes de nager selon son niveau de pratique.



- 4 Championnats départementaux (individuels et par équipes) en webconfrontation : donner la possibilité aux départements de redorer son championnat avec une meilleure émulation sportive



- Développement de la mutualisation des compétitions par catégories d'âge entre départements : donner la possibilité aux nageurs de se confronter dans une compétitions plus attractives et motivantes





« L'approche vers une performance doit être une habitude pas une action »

- Changement du format des championnats de ligue hiver juniors et Benjamins en 25m

- Vendredi AM / Samedi / Dimanche Matin

- Série/Finale dans la même réunion

* Permettre aux non finalistes de nager l'après-midi

= afin d'éviter de perdre des nageurs qui s'ennuient

* Challenger les nageurs de potentiels de niveau national à se confronter à nager vite en série et réaliser une performance finale dans une configuration inédite dans un temps limité pour corriger le plus tôt possible les éventuelles erreurs précédentes (temps de récupération de 1h30 à 2h)

= afin d'améliorer la qualité de la qualification pour augmenter sa capacité de performer aux échéances nationales

* Finir le dimanche midi pour un meilleur confort pour tous

= afin de combler le manque d'officiels lors de la dernière réunion et de rentrer en toute sécurité pour tous les acteurs du week-end (nageurs, officiels, organisateurs, dirigeants, parents et entraîneurs)

Pour info : Meilleure Perf série/ finale 69% - Meilleure Perf Personnelle en finale 72%



° Objectifs : Dynamiser la natation régionale par un format rythmé afin de créer une émulation et de challenger les nageurs vers de nouvelles confrontations.



Sortir de sa zone de confort, accepter le changement en conservant nos objectifs





Objectif : créer du dynamisme sportif afin d'être plus attractif.

Afin de remettre de l'importance sur le championnat départemental, cette compétition sera organisée en webconfrontation à une date bloquée par la ligue et sera la dernière chance de se qualifier aux championnats de ligue été et hiver.



« Là il y a une volonté il y a un chemin... »

Il est primordial de mutualiser les compétitions départementales permettant une meilleure exploitation des créneaux sportifs (réservation des piscines) dans des départements à faible densité. Il est donc suggérer des dates identiques pour fédérer chaque département à travailler dans a cohérence sportive régionale

CALENDRIER SPORTIF NATATION COURSE 2024

Janvier		Février		Mars		Avril		Mai		Juin		Juillet		Août		Septembre		Octobre		Novembre		Décembre					
31	D	I date limite Interclubs Benjamins			1	V	1	L	ST YRIEX	1	M	1	S	CDF BENJAMINS PÉRIGUEUX	1	L	1	J	1	D	1	V	dép. Juniors Date limite de qualification				
1	L		1	J	2	S	2	M	1	2	J	2	D		2	M	2	V	2	L	2	S	Meeting FFN 25m				
2	M	II date limite Interclubs Avenir	2	V	3	D	3	M		3	V	Meeting FFN MERIGNAC	3	L	3	M	3	S	3	M	3	J	3	D			
3	M		3	S	4	L	4	J		4	S	4	M	4	J	4	D	4	M	4	V	4	L	A-B			
4	J	B fin du ranking Benjamins	4	D	5	M	5	V		5	D	Web Confrontation Dép. Interclubs Benjamins	5	M	5	V	Chpts LNA Juniors/séniors Mérignac	5	L	5	J	5	S	Chpts de France Juniors			
5	V		5	L	6	M	6	S	LNA CHALLENGE BORDEAUX	6	L	2	6	J	6	S		6	M	6	V	6	D				
6	S	C fin du ranking Juniors	6	M	7	J	7	D		7	M	7	V	7	D	7	M	7	S	7	J	7	L	Chpts de France Elite 25M			
7	D		7	M	8		8	L		8	M	LNA CHALLENGE BAYONNE	8	S	8	L	4	8	J	8	D	8	M	Chpts LNA Benjamins 25M			
8	L	A Date limite Chpts de ligue Printemps	8	J	9	S	LNA TOUR LA ROCHELLE	9	M	9	J	9	D	9	M	9	V	9	L	9	M	9	S				
9	M	Date Limite de qualifications	9	V	10	D		10	M	10	V	LNA CHALLENGE POITIERS	10	L	10	M	10	S	10	M	10	J	10	D	AG Ligue		
10	M		10	S	LNA TOUR BRIVE	11	L	11	J	11	S		11	M	11	J	11	D	11	M	11	V	11	L	Interclubs TC Web confrontation		
11	J	1 France Juniors	11	D	12	M	12	V	12	D		12	M	12	V	12	L	12	J	12	S	12	M	Finale CDF			
12	L		12	L	13	M	13	S	LNA conférence LA TESTE	13	L	B	13	J	13	S		13	M	13	D	13	M	Chpts de France Benjamins			
13	M		13	M	14	J	14	D		14	M	14	V	14	D	14	M	14	S	14	J	14	L				
14	D	Séminaire des entraîneurs TALENCE	14	M	15	V	15	L		15	M	15	S	Web confrontation dép. Juniors Date limite de qualification	15	L	15	J	15	D	15	M	15	V	Web Confrontation Dép. Interclubs Avenir		
15	L	2 France N2	15	J	16	S	16	M	16	J	Chpts de France N2	16	D	16	M	16	V	16	L	16	M	16	S				
16	M		16	V	17	D	17	M		17	V		17	L	L	M	17	S	17	M	17	J	17	D	Interclubs TC		
17	M	3 France Elite	17	S	18	L	18	J	Chpts de France Juniors	18	S		18	M	Chpts de France Elite	18	J	Chpts de France Open	18	D	18	M	18	V	18	L	
18	J		18	D	19	M	19	V	LNA conférence BORDEAUX	19	D		19	M		19	V		19	L	19	J	19	S	19	M	
19	V		19	L	20	M	20	S		20	L	C	20	J	20	S	20	M	20	V	20	D	20	M	20	V	
20	S		20	M	21	J	21	D		21	M		21	V	21	D	21	M	21	S	21	L	21	J	21	S	
21	D		21	M	22	V	22	L		22	M		22	S	Web confrontation dép. Benjamin Date limite de qualification	22	L	22	J	22	D	22	M	22	V	22	D
22	L	4 France Open	22	J	23	S	23	M		23	J		23	D		23	M	23	V	23	L	23	M	23	S	Web confrontation dép. Benjamin Date limite de qualification	
23	M		23	V	24	D	24	M		24	V		24	L	I	24	M	24	S	24	M	24	J	24	D	24	M
24	M	5 France Elite	24	S	25	L	A	25	J	25	S		25	M	25	J	25	D	25	M	25	V	25	L	25	M	
25	J		25	D	26	M	26	V		26	D		26	M	26	V	26	L	26	J	26	S	26	M	26	J	
26	V		26	L	27	M	27	S		27	L		27	J		27	S		27	M	27	D	27	M	27	V	
27	S	Meeting FFN AGEN	27	M	28	J	28	D		28	M		28	V		28	D		28	M	28	L	28	J	28	S	
28	D		28	M	29	V	29	L		29	M		29	S	Web confrontation Benjamins Pau	29	L	29	J	29	D	29	M	29	V	29	D
29	L		29	J	30	S	Chpts LNA Juniors/séniors	30	M	30	J		30	D		30	M	5	30	V	30	L	30	M	30	S	
30	M		31	D	31	D		31	V	31	V		31	M		31	S		31	J	31	J	31	M	31	M	

Meeting FFN Meeting régional Juniors/séniors Meeting fédéral Juniors/séniors Meeting régional Juniors/Séniors Meeting régional Benjamins Web confrontation LNA Compétions départementales Web confrontation dép. eau libre

- Les championnats de ligue été et hiver : une date bloquée (A et B) déterminera la fin de la prise en compte du ranking pour établir la grille de qualification.

- Les championnats de ligue Printemps Juniors : la grille sera établie selon les performances en N-1 en grand bassin selon l'IRP par catégorie d'âge et selon un ranking en petit bassin de septembre à décembre N-1.

- Les Championnats Hiver : en bassin de 25m avec un nouveau format (série/ finale dans la même réunion).



« La vraie folie, c'est de faire toujours la même chose et d'espérer des changements »



Objectif : établir une grille juste, selon le niveau d'exigence souhaitée par l'ETR et des performances du moment.

GRILLE DE QUALIFICATION LNA CONFÉRENCE

Nage	IRP	14 ans		15 ans		16 ans		17 ans		18 ans		19ans et plus	
		25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50 nage libre	00:27.39	00:35.22	00:35.92	00:34.90	00:35.60	00:33.58	00:34.28	00:32.90	00:33.60	00:32.32	00:33.02	00:31.66	00:32.36
100 nage libre	00:59.51	01:16.81	01:18.01	01:16.13	01:17.33	01:10.80	01:12.00	01:09.45	01:10.65	01:06.91	01:08.11	01:05.55	01:06.75
200 nage libre	02:09.62	02:50.18	02:53.08	02:45.48	02:48.38	02:33.92	02:36.82	02:31.06	02:33.96	02:25.46	02:28.36	02:22.49	02:25.39
50 dos	00:31.64	00:40.52	00:41.82	00:40.07	00:41.37	00:37.97	00:39.27	00:37.35	00:38.65	00:34.92	00:36.22	00:34.19	00:35.49
100 dos	01:08.42	01:30.33	01:32.63	01:28.34	01:30.64	01:21.72	01:24.02	01:18.99	01:21.29	01:16.00	01:18.30	01:14.43	01:16.73
200 dos	02:28.56	03:14.86	03:20.26	03:06.48	03:11.88	02:54.35	02:59.75	02:51.11	02:56.51	02:44.58	02:49.98	02:41.18	02:46.58
50 brasse	00:35.03	00:46.02	00:46.72	00:45.34	00:46.04	00:42.38	00:43.08	00:42.26	00:42.96	00:39.35	00:40.05	00:38.55	00:39.25
100 brasse	01:16.80	01:42.12	01:44.02	01:40.39	01:42.29	01:33.54	01:35.44	01:33.29	01:35.19	01:25.99	01:27.89	01:24.24	01:26.14
200 brasse	02:49.38	03:38.66	03:43.16	03:34.75	03:39.25	03:20.44	03:24.94	03:16.74	03:21.24	03:09.36	03:13.86	03:05.49	03:09.99
50 papillon	00:29.20	00:38.45	00:39.05	00:38.16	00:38.76	00:35.21	00:35.81	00:34.09	00:34.69	00:32.75	00:33.35	00:32.08	00:32.68
100 papillon	01:06.22	01:33.25	01:34.65	01:29.96	01:31.36	01:22.22	01:23.62	01:17.27	01:18.67	01:14.38	01:15.78	01:12.87	01:14.27
200 papillon	02:33.19	03:17.53	03:20.83	03:15.77	03:19.07	03:02.04	03:05.34	02:58.70	03:02.00	02:52.02	02:55.32	02:48.52	02:51.82
200 4 nages	02:28.88	03:13.56	03:16.96	03:09.05	03:12.45	02:56.73	03:00.13	02:53.48	02:56.88	02:47.00	02:50.40	02:43.59	02:46.99

Nage	IRP	14 ans		15 ans		16 ans		17 ans		18 ans		19ans et plus	
		25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50 nage libre	00:24.32	00:33.53	00:34.23	00:31.18	00:31.88	00:30.90	00:31.60	00:30.04	00:30.74	00:29.83	00:30.53	00:28.40	00:29.10
100 nage libre	00:53.52	01:13.83	01:15.33	01:09.46	01:10.96	01:08.05	01:09.55	01:06.82	01:08.32	01:06.05	01:07.55	01:02.50	01:04.00
200 nage libre	01:59.14	02:44.11	02:47.71	02:33.52	02:37.12	02:31.23	02:34.83	02:28.48	02:32.08	02:23.01	02:26.61	02:18.89	02:22.49
50 dos	00:27.91	00:39.33	00:40.83	00:36.83	00:38.33	00:36.26	00:37.76	00:35.10	00:36.60	00:34.86	00:36.36	00:31.88	00:33.38
100 dos	01:00.47	01:25.46	01:28.46	01:21.35	01:24.35	01:21.06	01:24.06	01:20.26	01:23.26	01:11.41	01:14.41	01:09.32	01:12.32
200 dos	02:14.14	03:09.32	03:16.22	03:05.87	03:12.77	02:54.30	03:01.20	02:44.34	02:51.24	02:38.16	02:45.06	02:33.53	02:40.43
50 brasse	00:30.77	00:43.49	00:44.59	00:40.93	00:42.03	00:40.55	00:41.65	00:39.58	00:40.68	00:38.39	00:39.49	00:35.71	00:36.81
100 brasse	01:08.08	01:36.14	01:38.64	01:33.73	01:36.23	01:31.49	01:33.99	01:27.32	01:29.82	01:26.41	01:28.91	01:18.93	01:21.43
200 brasse	02:35.16	03:38.93	03:44.83	03:17.51	03:23.41	03:15.73	03:21.63	03:12.16	03:18.06	03:05.02	03:10.92	02:59.67	03:05.57
50 papillon	00:25.86	00:36.42	00:37.12	00:35.00	00:35.70	00:34.06	00:34.76	00:32.59	00:33.29	00:32.83	00:33.53	00:30.24	00:30.94
100 papillon	00:58.66	01:24.41	01:25.81	01:21.17	01:22.57	01:20.36	01:21.76	01:17.00	01:18.40	01:10.78	01:12.18	01:08.76	01:10.16
200 papillon	02:16.36	03:08.64	03:11.94	02:55.46	02:58.76	02:53.90	02:57.20	02:50.76	02:54.06	02:44.49	02:47.79	02:39.78	02:43.08
200 4 nages	02:17.54	03:07.61	03:11.71	03:02.67	03:06.77	02:57.57	03:01.67	02:55.43	02:59.53	02:44.30	02:48.40	02:40.40	02:44.50

GRILLE DE QUALIFICATION LNA TOUR

Nage	IRP	14 ans		15 ans		16 ans		17 ans		18 ans		19ans et plus	
		25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50 nage libre	00:27.39	00:33.34	00:34.04	00:33.04	00:33.74	00:31.79	00:32.49	00:31.15	00:31.85	00:30.60	00:31.30	00:29.97	00:30.67
100 nage libre	00:59.51	01:12.74	01:13.94	01:12.10	01:13.30	01:10.80	01:12.00	01:09.45	01:10.65	01:06.91	01:08.11	01:05.55	01:06.75
200 nage libre	02:09.62	02:41.15	02:44.05	02:36.69	02:39.59	02:33.92	02:36.82	02:31.06	02:33.96	02:25.46	02:28.36	02:22.49	02:25.39
400 nage libre	04:35.09	05:35.63	05:41.83	05:30.94	05:37.14	05:26.64	05:32.84	05:20.63	05:26.83	05:08.64	05:14.84	05:02.35	05:08.55
800 nage libre	09:39.61	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking
1500 nage libre	18:55.81	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking
50 dos	00:31.64	00:38.34	00:39.64	00:37.92	00:39.22	00:37.97	00:39.27	00:37.35	00:38.65	00:34.92	00:36.22	00:34.19	00:35.49
100 dos	01:08.42	01:25.50	01:27.80	01:23.61	01:25.91	01:21.72	01:24.02	01:18.99	01:21.29	01:16.00	01:18.30	01:14.43	01:16.73
200 dos	02:28.56	03:04.41	03:09.81	02:56.47	03:01.87	02:54.35	02:59.75	02:51.11	02:56.51	02:44.58	02:49.98	02:41.18	02:46.58
50 brasse	00:35.03	00:43.58	00:44.28	00:42.94	00:43.64	00:42.38	00:43.08	00:42.26	00:42.96	00:39.35	00:40.05	00:38.55	00:39.25
100 brasse	01:16.80	01:36.70	01:38.60	01:35.05	01:36.95	01:33.54	01:35.44	01:33.29	01:35.19	01:25.99	01:27.89	01:24.24	01:26.14
200 brasse	02:49.38	03:27.02	03:31.52	03:23.31	03:27.81	03:20.44	03:24.94	03:16.74	03:21.24	03:09.36	03:13.86	03:05.49	03:09.99
50 papillon	00:29.20	00:36.41	00:37.01	00:36.14	00:36.74	00:35.21	00:35.81	00:34.09	00:34.69	00:32.75	00:33.35	00:32.08	00:32.68
100 papillon	01:06.22	01:28.31	01:29.71	01:25.20	01:26.60	01:22.22	01:23.62	01:17.27	01:18.67	01:14.38	01:15.78	01:12.87	01:14.27
200 papillon	02:33.19	03:07.05	03:10.35	03:05.39	03:08.69	03:02.04	03:05.34	02:58.70	03:02.00	02:52.02	02:55.32	02:48.52	02:51.82
200 4 nages	02:28.88	03:03.28	03:06.68	02:59.01	03:02.41	02:56.73	03:00.13	02:53.48	02:56.88	02:47.00	02:50.40	02:43.59	02:46.99
400 4 nages	05:23.89	06:34.97	06:42.47	06:29.39	06:36.89	06:22.42	06:29.92	06:17.32	06:24.82	06:03.15	06:10.65	05:55.74	06:03.24

Nage	IRP	14 ans		15 ans		16 ans		17 ans		18 ans		19ans et plus	
		25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50 nage libre	00:24.32	00:31.75	00:32.45	00:29.52	00:30.22	00:29.25	00:29.95	00:28.43	00:29.13	00:28.24	00:28.94	00:26.88	00:27.58
100 nage libre	00:53.52	01:09.90	01:11.40	01:05.76	01:07.26	01:04.42	01:05.92	01:03.25	01:04.75	01:02.52	01:04.02	00:59.16	01:00.66
200 nage libre	01:59.14	02:35.36	02:38.96	02:25.32	02:28.92	02:23.15	02:26.75	02:20.55	02:24.15	02:15.36	02:18.96	02:11.46	02:15.06
400 nage libre	04:16.79	05:44.97	05:52.67	05:35.07	05:42.77	05:08.58	05:16.28	05:02.99	05:10.69	04:51.79	04:59.49	04:43.39	04:51.09
800 nage libre	09:04.94	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking
1500 nage libre	17:32.57	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking
50 dos	00:27.91	00:37.20	00:38.70	00:34.83	00:36.33	00:34.29	00:35.79	00:33.19	00:34.69	00:32.96	00:34.46	00:30.14	00:31.64
100 dos	01:00.47	01:20.84	01:23.84	01:16.95	01:19.95	01:16.67	01:19.67	01:15.91	01:18.91	01:07.53	01:10.53	01:05.55	01:08.55
200 dos	02:14.14	02:59.08	03:05.98	02:55.81	03:02.71	02:44.85	02:51.75	02:35.41	02:42.31	02:29.54	02:36.44	02:25.16	02:32.06
50 brasse	00:30.77	00:41.16	00:42.26	00:38.74	00:39.84	00:38.38	00:39.48	00:37.46	00:38.56	00:36.33	00:37.43	00:33.79	00:34.89
100 brasse	01:08.08	01:31.00	01:33.50	01:28.71	01:31.21	01:26.58	01:29.08	01:22.64	01:25.14	01:21.77	01:24.27	01:14.68	01:17.18
200 brasse	02:35.16	03:27.19	03:33.09	03:06.90	03:12.80	03:05.21	03:11.11	03:01.83	03:07.73	02:55.06	03:00.96	02:49.99	02:55.89
50 papillon	00:25.86	00:34.48	00:35.18	00:33.14	00:33.84	00:32.25	00:32.95	00:30.85	00:31.55	00:31.08	00:31.78	00:28.63	00:29.33
100 papillon	00:58.66	01:19.93	01:21.33	01:16.86	01:18.26	01:16.09	01:17.49	01:12.91	01:14.31	01:07.01	01:08.41	01:05.10	01:06.50
200 papillon	02:16.36	02:58.62	03:01.92	02:46.14	02:49.44	02:44.65	02:47.95	02:41.68	02:44.98	02:35.74	02:39.04	02:31.27	02:34.57
200 4 nages	02:17.54	02:57.60	03:01.70	02:52.92	02:57.02	02:48.09	02:52.19	02:46.07	02:50.17	02:35.52	02:39.62	02:31.82	02:35.92
400 4 nages	05:04.64	06:29.47	06:38.47	06:09.54	06:18.54	06:04.34	06:13.34	05:57.74	06:06.74	05:44.53	05:53.53	05:36.34	05:45.34

GRILLE DE QUALIFICATION CHAMPIONNATS DE LIGUE PRINTEMPS

Nage	IRP	14 ans		15 ans		16 ans		17 ans		18 ans		19ans et plus	
		25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50 nage libre	00:27.39	00:30.53	00:31.23	00:30.26	00:30.96	00:29.11	00:29.81	00:28.52	00:29.22	00:28.02	00:28.72	00:27.44	00:28.14
100 nage libre	00:59.51	01:06.64	01:07.84	01:06.04	01:07.24	01:04.86	01:06.06	01:03.62	01:04.82	01:01.29	01:02.49	01:00.04	01:01.24
200 nage libre	02:09.62	02:27.61	02:30.51	02:23.52	02:26.42	02:20.98	02:23.88	02:18.35	02:21.25	02:13.21	02:16.11	02:10.48	02:13.38
400 nage libre	04:35.09	05:07.40	05:13.60	05:03.10	05:09.30	04:59.16	05:05.36	04:53.65	04:59.85	04:42.65	04:48.85	04:36.87	04:43.07
800 nage libre	09:39.61	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking
1500 nage libre	18:55.81	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking
50 dos	00:31.64	00:35.07	00:36.37	00:34.68	00:35.98	00:34.73	00:36.03	00:34.16	00:35.46	00:31.93	00:33.23	00:31.26	00:32.56
100 dos	01:08.42	01:18.25	01:20.55	01:16.52	01:18.82	01:14.79	01:17.09	01:12.28	01:14.58	01:09.54	01:11.84	01:08.10	01:10.40
200 dos	02:28.56	02:48.74	02:54.14	02:41.46	02:46.86	02:39.51	02:44.91	02:36.54	02:41.94	02:30.55	02:35.95	02:27.43	02:32.83
50 brasse	00:35.03	00:39.93	00:40.63	00:39.34	00:40.04	00:38.83	00:39.53	00:38.72	00:39.42	00:36.05	00:36.75	00:35.31	00:36.01
100 brasse	01:16.80	01:28.56	01:30.46	01:27.05	01:28.95	01:25.66	01:27.56	01:25.43	01:27.33	01:18.74	01:20.64	01:17.12	01:19.02
200 brasse	02:49.38	03:09.56	03:14.06	03:06.16	03:10.66	03:03.52	03:08.02	03:00.13	03:04.63	02:53.36	02:57.86	02:49.80	02:54.30
50 papillon	00:29.20	00:33.36	00:33.96	00:33.11	00:33.71	00:32.26	00:32.86	00:31.23	00:31.83	00:30.00	00:30.60	00:29.38	00:29.98
100 papillon	01:06.22	01:20.91	01:22.31	01:18.05	01:19.45	01:15.32	01:16.72	01:10.78	01:12.18	01:08.13	01:09.53	01:06.73	01:08.13
200 papillon	02:33.19	02:51.33	02:54.63	02:49.81	02:53.11	02:46.74	02:50.04	02:43.68	02:46.98	02:37.55	02:40.85	02:34.33	02:37.63
200 4 nages	02:28.88	02:47.87	02:51.27	02:43.95	02:47.35	02:41.86	02:45.26	02:38.88	02:42.28	02:32.93	02:36.33	02:29.80	02:33.20
400 4 nages	05:23.89	06:01.74	06:09.24	05:56.62	06:04.12	05:50.23	05:57.73	05:45.55	05:53.05	05:32.55	05:40.05	05:25.74	05:33.24

Nage	IRP	14 ans		15 ans		16 ans		17 ans		18 ans		19ans et plus	
		25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50 nage libre	00:24.32	00:29.07	00:29.77	00:27.02	00:27.72	00:26.78	00:27.48	00:26.03	00:26.73	00:25.85	00:26.55	00:24.61	00:25.31
100 nage libre	00:53.52	01:04.01	01:05.51	01:00.21	01:01.71	00:58.98	01:00.48	00:57.91	00:59.41	00:57.24	00:58.74	00:54.16	00:55.66
200 nage libre	01:59.14	02:22.23	02:25.83	02:13.03	02:16.63	02:11.04	02:14.64	02:08.65	02:12.25	02:03.89	02:07.49	02:00.31	02:03.91
400 nage libre	04:16.79	05:15.85	05:23.55	05:06.77	05:14.47	04:42.47	04:50.17	04:37.34	04:45.04	04:27.07	04:34.77	04:19.36	04:27.06
800 nage libre	09:04.94	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking
1500 nage libre	17:32.57	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking	Ranking
50 dos	00:27.91	00:34.01	00:35.51	00:31.83	00:33.33	00:31.34	00:32.84	00:30.33	00:31.83	00:30.12	00:31.62	00:27.53	00:29.03
100 dos	01:00.47	01:13.92	01:16.92	01:10.35	01:13.35	01:10.10	01:13.10	01:09.40	01:12.40	01:01.71	01:04.71	00:59.89	01:02.89
200 dos	02:14.14	02:43.73	02:50.63	02:40.73	02:47.63	02:30.67	02:37.57	02:22.01	02:28.91	02:16.63	02:23.53	02:12.61	02:19.51
50 brasse	00:30.77	00:37.67	00:38.77	00:35.45	00:36.55	00:35.12	00:36.22	00:34.28	00:35.38	00:33.24	00:34.34	00:30.91	00:32.01
100 brasse	01:08.08	01:23.28	01:25.78	01:21.18	01:23.68	01:19.23	01:21.73	01:15.61	01:18.11	01:14.82	01:17.32	01:08.31	01:10.81
200 brasse	02:35.16	03:09.60	03:15.50	02:50.98	02:56.88	02:49.43	02:55.33	02:46.33	02:52.23	02:40.12	02:46.02	02:35.47	02:41.37
50 papillon	00:25.86	00:31.58	00:32.28	00:30.35	00:31.05	00:29.53	00:30.23	00:28.25	00:28.95	00:28.46	00:29.16	00:26.21	00:26.91
100 papillon	00:58.66	01:13.21	01:14.61	01:10.40	01:11.80	01:09.70	01:11.10	01:06.78	01:08.18	01:01.37	01:02.77	00:59.61	01:01.01
200 papillon	02:16.36	02:43.60	02:46.90	02:32.15	02:35.45	02:30.79	02:34.09	02:28.06	02:31.36	02:22.61	02:25.91	02:18.51	02:21.81
200 4 nages	02:17.54	02:42.60	02:46.70	02:38.31	02:42.41	02:33.88	02:37.98	02:32.02	02:36.12	02:22.34	02:26.44	02:18.95	02:23.05
400 4 nages	05:04.64	05:56.57	06:05.57	05:38.29	05:47.29	05:33.52	05:42.52	05:27.46	05:36.46	05:15.34	05:24.34	05:07.83	05:16.83

GRILLE DE QUALIFICATION MEETING FÉDÉRAL

	Dames 50m	Dames 25m	Messieurs 50m	Messieurs 25m
50 nage libre	00:29,74	00:29,04	00:27,01	00:26,31
100 nage libre	01:04,88	01:03,68	00:58,93	00:57,43
200 nage libre	02:21,07	02:18,17	02:09,64	02:06,04
400 nage libre	04:56,91	04:50,71	04:33,49	04:25,79
800 nage libre	10:16,54	10:03,64	09:33,91	09:18,01
1500 nage libre	20:19,84	19:55,34	18:08,49	17:38,39
50 dos	00:33,99	00:32,69	00:30,88	00:29,38
100 dos	01:12,78	01:10,48	01:06,81	01:03,81
200 dos	02:37,84	02:32,44	02:24,85	02:17,95
50 brasse	00:38,09	00:37,39	00:34,43	00:33,33
100 brasse	01:22,94	01:21,04	01:15,38	01:12,88
200 brasse	02:59,61	02:55,11	02:44,84	02:38,94
50 papillon	00:32,44	00:31,84	00:29,20	00:28,50
100 papillon	01:12,97	01:11,57	01:06,10	01:04,70
200 papillon	02:48,30	02:45,00	02:32,51	02:29,21
200 4 nages	02:39,45	02:36,05	02:26,27	02:22,17
400 4 nages	05:43,36	05:35,86	05:15,87	05:06,87

LES COLLECTIFS RÉGIONAUX

La ligue Nouvelle-Aquitaine doit permettre aux nageurs de chaque club de s'émanciper et se projeter vers la performance de haut niveau, par la création de plusieurs collectifs régionaux.

Son rôle est d'identifier des nageurs à fort potentiel en enlevant toutes interactions et en multipliant la motivation. L'organisation de plusieurs sélections des meilleurs athlètes de la ligue doit inspirer les nageurs à s'impliquer dans un schéma de potentialité et de performance pour y être détecté.

Ainsi Les collectifs doivent donner envie aux nageurs.

Ces sélections sont un motif supplémentaire pour les nageurs afin de sortir de sa zone de confort et de son quotidien au club. Cette expérience doit enrichir son parcours sportif afin de construire ses objectifs. Cette action proposée par la ligue et l'ETR doit stimuler les nageurs à essayer de se qualifier pour ces sélections et doit être une source de motivation complémentaire.

Ces collectifs comprennent une partie, des nageurs qui ont un niveau de finalistes/médaillés aux championnats de ligue (proche des qualifications nationales) et de niveau national Benjamins et Juniors.

L'objectif est de progresser et de fournir des efforts suffisamment élevés pour atteindre des qualifications nationales, des finales, des podiums nationaux et être sélectionné dans les équipes nationales. La sélection des nageurs proches d'une qualification nationale, est également une nécessité dans notre projet afin de les motiver à atteindre cet objectif.

Des nageurs tardent à accéder au niveau national. Le but est de les motiver malgré ce cap difficile. La création d'une dynamique collective doit permettre aux nageurs de produire des efforts supplémentaires.

Le fossé entre le niveau régional et national s'agrandit, l'accession aux finales et aux podiums devient de plus en plus difficile. Ce tremplin est parfois compliqué et importante où certains décident de stopper de nager, et d'autres continuent avant d'atteindre la marche supérieure.

il est primordial de proposer des collectifs aux nageurs selon son niveau de performance. Un nageur est motivé par un objectif et par sa progression en balisant des étapes par la proposition de 3 collectifs par niveau.

L'encadrement est aussi un élément clé dans la réussite de ce plan d'action. Ces sélections sont également source d'expériences, d'enrichissements et d'échanges pour les entraîneurs qui vont pouvoir sortir de leur routine professionnelle.

Cette émulation sportive va donc créer une dynamique au sein de la ligue auprès des nageurs, entraîneurs et clubs.

Inciter le nageur à s'investir pleinement dans sa pratique afin de définir ses objectifs et le cheminement pour les atteindre « que dois-je mettre en place pour atteindre mes objectifs ? » feront parties des items abordés durant les événements organisés par la ligue, afin d'accompagner le nageur dans sa quête de progression.

ORGANISATION DES SELECTIONS



« Se réunir est un début, rester ensemble est un progrès, travailler ensemble est une réussite »

Le collectif « **CHALLENGE** » régional

Suggérer un regroupement des meilleurs nageurs régionaux juniors de la 1ère à la 4ème année et des meilleurs Benjamins 2ème année qualifiés aux championnats de France pendant la première période (juillet)



Objectif : mettre en valeur les nageurs a fi n de maintenir une motivation progressive. Nouer des liens avec les entraineurs et les nageurs

Le collectif « **EXCELLENCE** » régional

Proposer une opportunité aux meilleurs nageurs Juniors de niveau national, de participer à un stage de travail (année impaire)



Objectif : Maintenir une dynamique sportive au sein de la ligue. Inciter le nageur à s'investir pleinement dans sa pratique. Et créer un état d'esprit vers une cohésion collective pour apprendre à être plus performant dans son parcours sportif.

Le collectif « **ELITE** » régional

Donner l'accès aux meilleurs athlètes de la ligue de nager à un meeting international (année paire)



Objectif : Sensibiliser les nageurs aux exigences du haut niveau et à la nécessité d'être pleinement acteurs de leur projet pour parvenir à atteindre le plus haut niveau de performance.



	Page
LES CATÉGORIES D'ÂGES	24
LES TARIFS	25
PRINCIPE D'ACCESSION AUX CHAMPIONNATS NATIONAUX	26
NOUVEAUTÉS 2024	26
DATES LIMITES AUX ÉCHÉANCES NATIONALES	26
LES CHAMPIONNATS DE LIGUE EN WEBCONFRONTATIONS EN BASSIN DE 50M	27
PRÉCISIONS SUR LES COMPÉTITIONS RÉGIONALES	28
LES COMPÉTITIONS DU PROGRAMME FÉDÉRAL	29
LES AUTRES FORMATS DE COMPÉTITIONS	29
LES COMPÉTITIONS LEN/AQUA EN BASSIN DE 50M	29
LES JURYS ET OFFICILES	30
LES CÉRÉMONIES PROTOCOLAIRES	31
LES MAILLOTS DE BAIN	31

LES CATÉGORIES D'ÂGE DU 1^{er} AU 31 DÉCEMBRE

	DAMES au 01 janvier 2024		MESSIEURS au 01 janvier 2024	
AVENIRS	11 ans et moins	2013 et après	11 ans et moins	2013 et après
BENJAMINS	12/13 ans	2012- 2011	12 à 13 ans	2012- 2011
JUNIORS	14/18 ans	2010 à 2006	14 à 18 ans	2010 à 2006
SENIORS	19 ans et plus	2005 et avant	19 ans et plus	2005 et avant

Le décalage entre les filles et les garçons est supprimé par World Aquatics.

Cela offre l'opportunité d'associer systématiquement l'âge du nageur pour une meilleure compréhension de nos catégories.

La Fédération Française de Natation propose aux nageurs et nageuses un programme de compétitions nationales en fonction des catégories citées ci-dessus.

Tout engagement pour une compétition via extraNat nécessite la souscription d'une licence « compétiteur ».

Engagement individuel	7.00 €
Engagement relais	9,00 €
Engagement par équipe interclub toutes catégories	50,00 €
Pénalité jury par réunion et par o ffi ciel manquant	100,00 €
Forfaits* non déclarés individuels	50,00 €
Forfaits non déclarés équipes	80,00 €

➤ Forfaits non déclarés :

- séries : pénalités si forfait non déclaré 30 minutes avant le début de la réunion .
- finales : pénalités si forfait non déclaré au plus tard avant la fi n de la dernière course des séries.
- finales : pénalités si forfait lors de la finale sans justificatif médical.

➤ Pré-inscription des o ffi ciels :

Il est demandé aux o ffi ciels de s'inscrire par l'intermédiaire du site de la ligue avant la date de clôture des engagements des nageurs a fi n d'organiser au mieux la compétition.

PRINCIPE D'ACCESSION AUX CHAMPIONNATS NATIONAUX

Concernant les nageuses et nageurs des catégories 14 ans et plus. Ils devront avoir réalisé un temps limite de l'épreuve du 1er janvier au 31 décembre 2024 au sein des compétitions référencées ci-dessous :

- Championnats de France Elite, Juniors, Benjamins, Open d'Eté.
- Meetings internationaux organisés par la Fédération Française de Natation.
 - Championnats de Nationale 2.
 - Championnats de Ligues en webconfront@tion.
- Meetings nationaux labellisés (qualificatifs pour les Juniors, Nationale 2 et Elite).
 - Meetings de Ligues labellisés (qualificatifs pour les Juniors).
- Compétitions inscrites aux calendriers LEN et AQUA en bassin de 50 m uniquement.

NOUVEAUTÉ 2024

A partir du 1er janvier 2024, seront qualificatives pour la saison en cours, pour les championnats suivants :

- championnats de France Juniors en bassin de 50m,
 - championnats de France Nationale 2,
- championnats de France Elite en bassin de 50m,
 - championnats de France Open d'Eté

Les seules compétitions suivantes :

- Les championnats de France
- les compétitions support de nos sélections nationales,
- les championnats de Ligue en webconfront@tion #1 et #2,
- le Circuit FFN des meetings Qualificatifs #1, #2, # 3, #4 et #5, FFN

les compétitions internationales inscrites aux calendriers LEN et/ou AQUA (7 périodes. prises en compte, voir calendrier spécifique, les autres compétitions ne seront pas intégrées).

Les expatriés ne sont pas concernés par ce dispositif.

DATES LIMITES DE QUALIFICATIONS AUX ÉCHÉANCES NATIONALES

1er avril Championnats de France JUNIORS
5 mai Championnats de France de NATIONALE 2
2 juin Championnats de France ELITE
8 juillet Championnats de France OPEN D'ÉTÉ
31 août Championnats de France Elite 25m et Juniors 25m (rankings arrêtés à cette date)

Au nombre de deux par saison, ils devront être organisés pendant les périodes suivantes :

- du vendredi 15 mars au lundi 1er avril.
- du vendredi 21 juin au lundi 8 juillet.

Les championnats de Ligues NE SONT PAS OPEN.

Un nageur licencié dans une Ligue ne pourra pas participer à un championnat d'une autre Ligue à l'exception des nageurs s'entraînant dans un club identifié dans le PPF. Ils devront alors choisir l'une de leurs deux ligues le cas échéant.

Ces championnats de Ligues sont déclarés sur extraNat par la Fédération Française de Natation. Les demandes sont à adresser à odp@ffnatation.fr .

Chaque ligue conserve la maîtrise des critères et des modalités d'accession qu'elle souhaite appliquer pour l'accession à leurs championnats et/ou dans le cadre de l'animation de son territoire.

A chaque ligue donc d'établir et de mettre en œuvre selon ses objectifs, un programme sportif en fonction de l'étendue de son territoire, de la répartition de ses structures, de ses équipements, de ses officiels, du nombre, de l'âge, et du niveau de ses licenciés, prévoyant le nombre et la nature des actions sportives à proposer, regroupements, stages, compétitions : formats, programmes, critères de participation, classements, récompenses...

Le Circuit FFN Qualificatif remplace les Meetings Nationaux labellisés. 5 weekends de compétitions sont définis dans le calendrier 2024 :

- du vendredi 26 au dimanche 28 janvier.
- du vendredi 1er au dimanche 10 mars.
 - du vendredi 3 au dimanche 5 mai.
- du vendredi 31 mai au dimanche 2 juin
- du vendredi 20 au dimanche 22 décembre.

La grille d'engagement des MEETINGS NATIONAUX LABELLISÉS 2023 est conservée.

PRÉCISIONS POUR LES COMPÉTITIONS RÉGIONALES

➤ *Aucun engagement ne se fera au bord du bassin*

➤ Forfaits :

Tous les forfaits devront être déclarés au secrétariat sur un imprimé prévu à cet effet au moins 30 minutes avant l'évacuation du bassin. De même dans le cadre des compétitions comportant séries et finales, les clubs doivent déclarer les forfaits de leurs nageurs dans les temps impartis.

- Séries : pénalités si forfait non déclaré 30 minutes avant le début de la réunion .

- Finales : pénalités si forfait non déclaré au plus tard avant la fin de la dernière course des séries .

➤ Modification de la composition d'une équipe :

Lors des compétitions par équipe toute modification d'équipe devra être déclarée au secrétariat au moins 30 minutes avant l'évacuation du bassin à l'aide d'un imprimé prévu à cet effet.

➤ Composition des Relais :

Lors de compétitions comportant des relais, le club doit engager sa composition du ou de ses relais sur Extranat.

Les modifications sont permises au secrétariat de la compétition au moins 30 minutes avant l'évacuation du bassin à l'aide d'un imprimé prévu à cet effet. Attention, un relais non conforme entraîne une disqualification.

➤ Chambre d'appel :

Pour les séries et finales les nageurs doivent se rendre à la chambre d'appel 15mn avant l'horaire déterminé par les responsables de la compétition. Horaires consultables sur le programme de la réunion et sur le Live FFN. Aucun appel individuel ne sera fait. Une absence est considérée comme un forfait non déclaré.

➤ Barrage :

Deux sessions de barrage par réunion au milieu et en fin de réunion.

Les deux parties concernées se mettront d'accord pour choisir l'une des deux. Si un barragiste est absent à la chambre d'appel à l'heure convenue, il sera déclaré forfait, le concurrent présent sera alors qualifié ou réserviste selon la nature du barrage disputé.

➤ Matériel :

Il est impératif de respecter le matériel, sortir du bassin hors des plaques de chronométrage et ne pas s'agripper dessus. Attention aux lignes d'eau, ne pas se mettre à califourchon.

Pendant toute la durée des échauffements, palmes, plaquettes de natation et tubas sont interdits dans le bassin sportif.

LES COMPÉTITIONS DU PROGRAMME FÉDÉRAL

- 16 au 21 avril Championnats de France Juniors 50m - Chalon sur Saône
- 16 au 19 mai Championnats de France Nationale 2 - Melun
- 16 au 21 juin Championnats de France ELITE - Chartres
- 16 au 21 juillet Championnats de France OPEN d'Eté - Montauban
- 7 au 10 novembre Championnats de France ELITE 25m - Lieu à définir
- 5 au 9 décembre Championnats de France Juniors 25m - Massy
- 13 au 15 décembre Championnats de France Benjamins - Dunkerque

LES AUTRES FORMATS DE COMPÉTITIONS

Toutes les autres compétitions organisées par les Ligues, les Départements et clubs (a minima déclarés par les Comités Départementaux) conservent leurs places dans leurs programmes sportifs et/ou d'animation de leurs territoires.

Chaque Ligue, Comité Départemental pourra ainsi construire son propre schéma d'accès aux championnats de Ligues et/ou de préparation aux multiples échéances qu'attendent les nageurs engagés pour de multiples niveaux de pratique de la compétition.

Toutes les performances seront intégrées à la base fédérale

LES COMPÉTITIONS LEN/AQUA EN BASSIN DE 50M

Les compétitions inscrites aux calendriers AQUA et/ou LEN qui se dérouleront dans l'une des 7 périodes ci-dessous sont éligibles aux demandes d'intégration des performances réalisées à l'étranger :

- du 19 au dimanche 21 janvier.
 - du 2 au 4 février,
- du 23 au 25 février,
 - du 5 au 7 avril,
- du 19 au 21 avril,
 - du 10 au 12 mai,
 - du 7 au 9 juin.

Seules les meilleures performances individuelles réalisées lors de ces compétitions pourront faire l'objet d'une demande d'intégration à la base fédérale.

Toutes les autres demandes seront systématiquement refusées, à l'exception de celles formulées pour :

- les nageurs listés Collectifs Nationaux, Relève, Séniors et Elite,
- les nageurs licenciés dans les DOM-TOM.

LES JURYS ET OFFICIELS

L'organisation des jurys de Natation Course de la FFN était structurée autour de 3 niveaux d'officiels (C, B, A).

Les titres C, B et A restent valides subordonnés au recyclage.

Désormais, les nouveaux titres sont Chronométreur, Juge, starter, juge arbitre.

Article 1 : Délégué et gestion d'une compétition : Un délégué sera désigné par le bureau de la ligue ainsi que deux personnes, l'une sera chargée de la gestion du chronométrage et l'autre assurera le secrétariat et la remontée des résultats.

Article 2 : Le Jury de tête : Le jury de tête sera convoqué par la commission régionale des officiels.

Il se composera de deux personnes : un Juge Arbitre et un Starter. Ces officiels compteront pour leur club.

Article 3 : Nombre d'Officiels à fournir suivant les compétitions : Le nombre d'Officiels à fournir dépend du nombre de nageurs engagés pour la compétition.

Les clubs devront engager leurs officiels Chronomètres, juges, starter, juge arbitre en même temps que les nageurs par le biais d'un lien activé par la ligue, antenne de Talence.

Les jeunes officiels sont admis.

Le fichier sous format Excel sera remis au juge arbitre désigné à J-2 de la compétition.

Les clubs devront fournir un minimum d'officiels par réunion :

Pour les compétitions avec épreuves individuelles et relais

- ✓ 0 Officiel par réunion jusqu'à 3 nageurs engagés
- ✓ 1 Officiel par réunion à partir de 4 et jusqu'à 9 nageurs engagés
- ✓ 2 Officiels par réunion au-delà de 10 nageurs engagés et plus

Ces officiels seront présents pour la journée, même si le club n'a pas de finaliste(s).

Pour les Interclubs Poule régionale

- ✓ 1 Officiel par réunion pour 1 équipe engagée, dames ou messieurs.
- ✓ 2 Officiels par réunion pour 2 équipes engagées, dames et messieurs.

Article 4 : Participation au jury et unicité vestimentaire

Dès l'ouverture des portes, les participants au jury devront se présenter auprès du juge arbitre.

Une tenue de couleur blanche, (short, pantalon, t-shirt-polo) est exigée afin de respecter l'unicité vestimentaire. Les officiels doivent assister à la réunion de briefing avant la compétition.

Article 5 : Les « Jeunes Officiels »

Les « Jeunes Officiels » pourront se remplacer pour officier à la seule condition qu'ils aient la même qualification

Le remplacement devra être validé impérativement par le juge arbitre au début de la réunion.

Article 6 : « Echange » d'Officiel

Un Officiel ne peut pas officier pour un autre club (Interdiction fédérale).

Article 7 : Non-respect du RÉGLEMENT JURY- OFFICIEL

En cas de non-respect de ces dispositions, le club s'acquittera d'une pénalité par réunion et par officiel absent.

LES CÉRÉMONIES PROTOCOLAIRES

Ce dispositif est donné à titre expérimental,

Finales

Outre l'article SW 1.2.3 du Référentiel « Officiel Natation Course » Un juge à l'arrivée en chef et des juges à l'arrivée peuvent être utilisés lorsque l'on n'utilise pas d'équipement automatique de classement et/ou un chronométrage électronique.

Deux personnes (juges à l'arrivée) sont chargées par le juge arbitre de rassembler les trois premiers de la course et les conduire au podium à l'issue de l'épreuve.

Deux à trois personnes sont désignées par le délégué de la compétition pour la remise des récompenses, ainsi qu'un(e) photographe pour la publication des photos sur la page fb de la ligue.

Le podium est déclaré « officiel » par le speaker de la compétition en lien direct avec le gestionnaire de la compétition.

Épreuves classement au temps (CLT)

- 800 et 1500 NL Dames pendant le déroulement de l'épreuve du 800 NL et du 1500 NL messieurs
- 800 et 1500 NL Messieurs dès la fin de l'épreuve (fin de réunion)
- 400x4N (en fonction des épreuves du programme)

LES MAILLOTS DE BAIN



Pour toute la saison sportive, les vêtements techniques de natation homologués FINA (jammer, combinaison) ne seront autorisés en compétition qu'à partir de la catégorie Juniors.

MON DÉPARTEMENT EN ACTION

Le Cercle de Compétences Natation Course s'appuie sur 4 actions pour donner un élan à la natation départementale.

- la valorisation et l'exposition des Trophées Avenirs départementaux,
- la valorisation et l'exposition des Trophées Benjamins départementaux,
- la valorisation des championnats départementaux Automne,
- la Coupe de France des Départements, avec échéance nationale.

Les Trophées Avenirs :

Les Comités Départementaux peuvent proposer à leur population Avenirs tout un programme d'animation et/ou sportif qui correspondra à leur spéci fi cité (densité, répartition territoriale...).

Rien n'empêche de concevoir des programmes innovants qui proposeront de la confrontation sous toutes ses formes et d'y inclure une ou deux épreuves des Trophées Avenirs. L'essentiel étant, à ces âges, de proposer des réunions courtes qui viseront à mettre le plus longtemps possible chaque nageur en action (ateliers tournants, parcours, confrontation collective) dans un temps de réunion le plus court possible (2 heures max conseillé).

Une rencontre toutes les 4 à 6 semaines semble tout à fait approprié.

Pour mettre en valeur l'activité de nos départements, Le Département Natation Course, en collaboration avec le Service des Systèmes d'information se propose de collecter et d'identifier les épreuves disputées par chaque nageur pour en faire un classement qui sera détaillé ci-après.

Les Trophées Benjamins :

A l'instar des Trophées Avenirs, nul besoin de proposer une journée de compétition avec les seules épreuves des Trophées. Nos systèmes informatiques recherchent l'ensemble des performances requises pour attribuer chaque Trophée à tout nageur qui aura disputé ses épreuves au cours de toute la saison.

Il importe de proposer à cette catégorie d'âge, véritable charnière entre une pratique régionale pour le plus grand nombre, et nationale pour les plus précoces, une activité sportive exhaustive répondant à son besoin d'exploration et d'expérimentation particulièrement accru. Le programme sportif ne doit pas être une simple copie du national, mais bien une proposition réfléchie avant tout en fonction des caractéristiques propres à cette population et au regard du territoire auquel elle s'adresse, et ce, à l'appui de rencontres diverses et variées au niveau des épreuves proposées, des liens possibles entre elles (classement des clubs dans le département), des nageurs, au fi ltre de ce qui apparaît primordial au développement de SA natation: sprint, demi-fond, les 200, les styles, les groupements de styles, les relais...

La webconfront@tion départementale :

Le même dispositif que les championnats de Ligue en webconfront@tion, avec comme support, les Championnats Départementaux Automne en bassin de 25m. Le classement général sera valorisé à l'aide du même Trophée Promotionnel appliqué à la webconfront@tion des Ligues.

Nous serons en capacité de proposer un classement départemental qui sera détaillé plus après.

La Coupe de France des Départements

Une Phase qualificative organisable jusqu'au 8 juillet, finale nationale le 12 décembre la veille du premier jour des championnats de France Benjamins.

La compétition, organisée sur un week-end, se déroule sur deux réunions :

- réunion N°1 le samedi après-midi,
- réunion N°2 le dimanche matin.

PROGRAMME BENJAMINS / AVENIRS

LNA Challenge : 3 meetings labellisés régional

Avril, Mai, Juin

Qualificatif pour les championnats de ligue

Coupe Interclubs Benjamins

Date bloquée par la ligue 5 MAI 2024 (en webconfrontation)

Organisation départementale ou par regroupement de comités départementaux

Coupe de France des départements Benjamins

Début Juin

Phase qualificative pour la finale nationale.

Les 16 premières équipes filles et 16 premières équipes garçons de la phase qualificative seront qualifiées à la finale nationale le 12 décembre 2024.

Les équipes classées de 17 à 20 seront mises en liste d'attente jusqu'au 29 septembre.

Championnats de ligue Benjamins

Juin et décembre

Soumis à une grille de temps.

Les grilles seront construites sur des performances année N arrêtées le 13 mai 2024.

Selon un rang, par année d'âge, dans le classement Nouvelle-Aquitaine de l'épreuve.

Coupe Interclubs Avenirs

Date bloquée par la ligue 15 Décembre 2024 (en webconfrontation)

Organisation départementale ou par regroupement de comités départementaux

**FORMATION
(ATTRACTIVITÉ)**

MEETING LNA CHALLENGE

FORMATION
(ATTRACTIVITÉ)

Bassin	25 mètres. Chronométrage automatique.
Organisation	Clubs : Girondins de bordeaux - SPN Poitiers - Aviron Bayonnais natation
ExtraNat	Selon la date de la compétition
Catégories	AVENIRS 2015-2014-2013 (selon l'organisateur) BENJAMINS – 2012- 2011
Conditions de participation	Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle – Aquitaine et hors région. Les séries seront nagées classement au temps, tout âge confondu.
Type de compétition	Performances insérées dans les classements FFN. Qualificative pour les Championnats de ligue en Webconfrontation
Organisation	La ligue déclare la compétition sur extraNat.fr et désigne le gestionnaire, ce dernier sera chargé de finaliser la structure de sa compétition (catégories, programme, temps limites).
Récompenses	Selon les règlements de l'organisateur (Voir plaquette)
Grilles de Quali fication	Selon l'organisateur

MEETING AIMÉ BROUSTE
SAMEDI 6 ET DIMANCHE 7 AVRIL 2024 BORDEAUX GRAND PARG



Plaquette du meeting disponible auprès de l'organisateur

Site Web : <https://girondins-natation.com/>

MEETING -TROPHÉE CHRISTIAN LETEURE
VENDREDI 10, SAMEDI 11 ET DIMANCHE 12 MAI 2024 POITIERS



Plaquette du meeting disponible auprès de l'organisateur

Site Web : <https://stade-poitevin-natation.fr/>

MEETING ROGER NOBLET
SAMEDI 08 ET DIMANCHE 09 JUIN 2024 BAYONNE



Plaquette du meeting disponible auprès de l'organisateur

Site Web : <https://avironbayonnais.fr/sections/natation/>

COUPE INTERCLUBS BENJAMINS DIMANCHE 05 MAI

Bassin	25 mètres. Pas d'obligation de Chronométrage automatique ou semi-automatique
Catégorie	Benjamins exclusivement Filles Garçons
Type de compétition	Compétition par équipes de 4 nageurs Performances insérées dans les classements FFN. Quali fi cative pour les Championnats régionaux été et hiver <i>Cette compétition entre dans le cadre des compétitions par équipes octroyant des points pour le CNC.</i>
Epreuves	Épreuves individuelles (4 en fi lles et 4 en garçons) 100 nage libre, 100 dos, 100 brasse 100 papillon. Chaque nageur dispute deux épreuves individuelles, les quatre 100 mètres sont donc nagés deux fois par chaque équipe. Épreuves de relais (2 en fi lles et 2 en garçons) 4 x 200 nage libre, 4 x <u>100 4 nages individuel</u> . Chaque nageur dispute les deux relais. Pour le 4 x (100 4 nages), chaque relayeur réalise un 100 m 4 nages.
Règlement FFN	Chaque équipe doit présenter deux nageurs par épreuve. Chaque nageur de chaque équipe doit participer à 2 épreuves individuelles et aux relais. Le relais 4N est un relais de 100m 4N, chaque nageur réalise un 100m 4N. Un club ne peut engager une nouvelle équipe que si toutes les précédentes sont complètes (4 nageurs participant aux épreuves individuelles et aux relais). Un club pourra engager une équipe mixte (hors classement) s'il ne peut pas engager d'équipe complète. Une épreuve réservée aux remplaçants pourra être organisée (sur une course au programme de la compétition).
Organisation	Horaires à préciser par le comité départemental organisateur. Compétition mise en ligne sur le serveur ExtraNat par les comités départementaux organisateurs. Paiement des droits d'engagement aux comités départementaux organisateurs. Organisation propre à chaque département ou territoire (mutualisation)
Récompenses	A l'initiative des organisations de secteur

FORMATION
(ATTRACTIVITÉ)

EPREUVES

SAMEDI AM	DIMANCHE MATIN
4 x 200 nage libre dames	4 x 200 nage libre messieurs
4 x 100 4 nages individuel messieurs	4 x 100 4 nages individuel dames
4 x 100 4 nages mixte	4 x 200 nage libre mixte
Course des remplaçants	Course des remplaçants
100 papillon dames	100 papillon messieurs
100 brasse messieurs	100 brasse dames
100 nage libre dames	100 nage libre messieurs
100 dos messieurs	100 dos dames
FIN DE RÉUNION	FIN DE RÉUNION

CDF BENJAMINS SAMEDI 01 ET DIMANCHE 2 JUIN - PERIGUEUX

Bassin	25mètres. Chronométrage automatique.	
ExtraNat	Date limite mardi	
Catégorie	BENJAMINS exclusivement Filles - Garçons	FORMATION (ATTRACTIVITÉ)
Type de compétition	Sélections départementales, XXX benjamins 2ème année - XXXX Jeunes 1ère année Une équipe de 10 filles et/ou une équipe de 10 garçons par département.	
Epreuves	<ul style="list-style-type: none"> - 10 épreuves individuelles : - 400 et 200 nage libre, 200 dos, 200 brasse, 200 papillon, 400 et 200 4 nages, 50 papillon, 50 dos, 50 brasse. - 4 épreuves de relais : - 10 x 50 nage libre, 4 x 100 4 nages, 4 x 50 4 nages, 10 x 100 nage libre 	
Composition de l'équipe	5 à 10 Benjamins 12 ans - CINQ Benjamins 13 ans MAXIMUM Une équipe peut ainsi être exclusivement composée par des 12 ans	
Règlement FFN	<p>Chaque nageur s'engagera sur UNE épreuve individuelle. Le 400 4 nages sera nagé par les 2ème année.</p> <p>Chaque nageur devra participer au relais 10 x 50 nage libre ET au relais 10 x 100 nage libre.</p> <p>Les relais 4 x 50 4 nages et 4 x 100 4 nages seront composés par HUIT nageurs différents.</p> <p>Huit nageurs devront ainsi disputer une épreuve individuelle et trois relais, deux nageurs devront disputer une épreuve individuelle et deux relais</p> <p>Important : les remplaçants devront faire l'objet d'une compétition à part.</p>	
Organisation	Compétition mise en ligne et gérée par la ligue régionale, antenne de Talence.	
Récompenses	<p>Le classement des équipes se fera au cumul des points de toutes les épreuves (individuelles et relais). En cas d'égalité, le relais 10 x 100 nage libre sera pris en considération pour départager les ex aequo, puis le 10 x 50 nage libre, puis le 4 x 100 4 nages, puis le 4 x 50 4 nages.</p> <p>Le classement sera publié le jeudi 13 juillet. Les organisateurs adopteront la plus grande vigilance et la plus grande rigueur possible pour vérifier l'exactitude des résultats à remonter vers le serveur fédéral. La période de réclamation prendra fin le mardi 18 juillet.</p>	

EPREUVES

SAMEDI AM	DIMANCHE MATIN
10 x 50 nage libre messieurs et dames	Dé fi lé des équipes
200 4 nages messieurs	10 x 100 nage libre dames et Messieurs
400 4 nages dames	200 4 nages dames
200 Papillon messieurs	400 4 nages messieurs
50 brasse dames	50 Papillon dames et messieurs
200 Papillon dames	200 brasse dames et messieurs
200 dos messieurs et dames	50 dos dames et messieurs
400 libre messieurs	400 libre dames
200 libre dames	200 libre messieurs
4X50 4N messieurs et dames	4X100 4N dames et messieurs
FIN DE RÉUNION	FIN DE RÉUNION

CHAMPIONNATS DE LIGUE ÉTÉ DU 05 AU 07 JUILLET - MÉRIGNAC

**PUBLICATION
DES GRILLES
LE 13 MAI**

**FORMATION
(ATTRACTIVITÉ)**

Bassin	50 mètres. Chronométrage automatique. 2 plaques
ExtraNat	Date limite mardi 25 juin 2024
Catégorie	Benjamins Garçons Benjamins Filles
Type de compétition	Performances insérées dans les classements FFN Qualificative pour les Championnats de France Benjamins
Epreuves	<ul style="list-style-type: none">- Epreuves individuelles -Benjamins 2^{ème} année filles et garçons (17 épreuves) 50, 100, 200, Nage Libre – Dos– Brasse – Papillon- 400, 800. 1500 Nage Libre- 200x4n et 400x4n- Epreuves individuelles -Benjamins 1^{ère} année filles et garçons (13 épreuves) 50, 100, 200, Nage Libre – Dos– Brasse – 50 et 100 Papillon- 400 NL- 200x4N
Règlement Conditions de participation	Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle – Aquitaine ayant réalisé, sur la saison en cours « N » au 25 juin 2024 inclus en bassin de 25 m ou 50m. les temps de qualification selon la grille correspondant à leur catégorie. Les grilles seront construites sur des performances année N arrêtées le 13 mai 2024. Selon un rang, par année d'âge, dans le classement Nouvelle-Aquitaine de l'épreuve. Les séries seront nagées classement au temps, tout âge confondu.
Engagements	La qualification sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves La participation est limitée à 6 courses individuelles par nageur. Les 800 et 1500 mètres nage libre (Benjamins 2 ^{ème} année) La ligue se réserve le droit de limiter le nombre de nageurs, les meilleurs temps seront retenus. (Pas de NT) Les 16 meilleurs temps Filles et les 16 meilleurs temps Garçons, Benjamins 2 ^{ème} année confondus
Organisation	Compétition mise en ligne et gérée par la ligue régionale, antenne de Talence.
Ouverture du bassin	Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1 ^{er} départs Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.
Récompenses	Les 3 premiers Benjamins 1 ^{ère} année Les 3 premiers Benjamins 2 ^{ème} année

EPREUVES

SAMEDI MATIN

800 nage libre dames séries Dames

50 dos messieurs séries

200 dos dames séries

200 4 nages messieurs séries

100 brasse dames séries

100 papillon messieurs séries

100 nage libre dames séries

Fin de réunion

SAMEDI AM

400 nage libre dames séries

100 dos messieurs séries

200 papillon dames séries

200 nage libre messieurs séries

50 nage libre dames séries

200 brasse messieurs séries

400 4 nages dames séries

50 papillon messieurs séries

50 brasse dames séries

1500 nage libre messieurs séries

Fin de réunion

DIMANCHE MATIN

800 nage libre messieurs séries

50 dos dames séries

200 dos messieurs séries

200 4 nages dames séries

100 brasse messieurs séries

100 papillon dames séries

100 nage libre messieurs séries

Fin de réunion

DIMANCHE AM

400 nage libre messieurs séries

100 dos dames séries

200 papillon messieurs séries

200 nage libre dames séries

50 nage libre messieurs séries

200 brasse dames séries

400 4 nages messieurs séries

50 papillon dames séries

50 brasse messieurs séries

1500 nage libre dames séries

Fin de réunion

COUPE INTERCLUBS AVENIRS 15 DÉCEMBRE

Bassin	25 mètres. Pas d'obligation de Chronométrage automatique ou semi-automatique
Catégorie	AVENIRS exclusivement Filles 2013 et plus (11 ans et moins) Garçons 2013 et plus (11 ans et moins)
Type de compétition	Compétition par équipes de 4 nageurs Performances insérées dans les classements FFN. <i>Cette compétition entre dans le cadre des compétitions par équipes octroyant des points pour le CNC.</i>
Epreuves	<ul style="list-style-type: none"> - Épreuves individuelles (5 en filles et 5 en garçons) 50 papillon, 50 dos, 50 brasse, 50 nage libre (1 nageur par épreuve) et 100 4 nages => tous les nageurs de chaque équipe nagent cette épreuve. - Épreuves de relais (2 en filles et 2 en garçons) 4 x 50 4 nages, 4 x 50 nage libre. Chaque nageur dispute les deux relais.
Règlement FFN	<ul style="list-style-type: none"> - 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 pourront être engagées. Toutes les performances seront prises en compte sur le serveur fédéral. - À l'issue de la première épreuve, aucun changement/remplacement de nageur ne pourra être effectué. - Une épreuve réservée au remplaçant de chaque équipe pourra être organisée (une seule course par nageur correspondant aux épreuves de la compétition). Important : les remplaçants devront faire l'objet d'une compétition à part. - S'agissant d'une compétition par équipe, la règle des deux départs s'applique, conformément aux dispositions particulières de la FFN pour l'application des règlements techniques de la FINA.
Organisation	Horaires à préciser par le comité départemental organisateur. Compétition mise en ligne sur le serveur ExtraNat par les comités départementaux organisateurs. Paiement des droits d'engagement aux comités départementaux organisateurs. Organisation propre à chaque département ou territoire (mutualisation)
Récompenses	A l'initiative des organisations de secteur

FORMATION
(ATTRACTIVITÉ)

EPREUVES

SAMEDI AM	DIMANCHE MATIN
100 4 nages messieurs	100 4 nages dames
50 papillon dames	50 papillon messieurs
50 dos messieurs	50 dos dames
50 nage libre dames	50 nage libre messieurs
50 brasse messieurs	50 brasse dames
Courses des remplaçants	Courses des remplaçants
4 x 50 4 nages fi lles	4 x 50 4 nages messieurs
4 x 50 nage libre messieurs	4 x 50 nage libre dames
FIN DE RÉUNION	FIN DE RÉUNION

PROGRAMME JUNIORS/SÉNIORS

LNA TOUR : 2 meetings labellisés ligue

Qualificatifs pour les championnats de ligue

Soumis à une grille de temps régionale

Brive 10-11 février 2024

La Rochelle 09-10 mars 2024

LNA CONFÉRENCE : 2 meetings labellisés ligue

Qualificatifs pour les championnats de ligue

Soumis à une grille de temps régionale

La Teste 13-14 avril 2024

Bordeaux 19-20 mai 2024

DÉVELOPPEMENT
- (POSSIBILITÉ)

DEUX MEETINGS FÉDÉRAUX 50m

Qualificatifs pour les échéances nationales

Soumis à une grille de temps nationale

Meeting d'Agen Paul MANDEX 26-27-28 janvier 2024 (50m)

Meeting des Girondins Jean BOITEUX 03-04-05 mai 2024 (50m)

- REALISATION
- (COMPÉTITIVITÉ)

CHAMPIONNATS DE LIGUE

30-31 mars et 01 avril

soumis à une grille de temps régionale

05-06-07 juillet 2024

soumis à une grille de temps régionale

20-21-22 Décembre

soumis à une grille de temps régionale

Les grilles pour les championnats de ligue de juillet et décembre seront construites sur des performances année N arrêtées le 21 mai 2024.
Selon un rang, par année d'âge, dans le classement Nouvelle-Aquitaine de l'épreuve.

LNA TOUR

Publication sur le site de la ligue

Site Web : <https://nouvelleaquitaine.ffnatation.fr/script/index.php>

DÉVELOPPEMENT
(POSSIBILITÉ)

**MEETING LNA TOUR
SAMEDI 10 ET DIMANCHE 11 FÉVRIER À BRIVE**



Plaquette du meeting disponible auprès de l'organisateur

Site Web : <https://www.cnbrive.fr>

Bassin	50 mètres – Chronométrage automatique
Extra Nat	Date limite Fixée par l'organisateur
Catégories	JUNIORS SENIORS
Type de compétition	Individuelle Performances insérées dans les classements FFN
Quali fi cative pour	Les championnats de Ligue
Epreuves	17 épreuves, 800-1500 NL -400x4 N engagements selon un rang dé fi ni par l'organisateur
Conditions de participation Règlement	Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle - Aquitaine et aux nageurs licenciés FFN dans une autre région ayant réalisé, sur la saison N-1 et en cours « N » au 5 février et au 4 mars inclus en bassin de 25 m ou 50m. les temps de qualification selon correspondant à leur catégorie. La quali fi cation sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves
Organisation	La ligue déclare la compétition sur extraNat.fr et désigne le gestionnaire, ce dernier sera chargé de fi naliser la structure de sa compétition (catégories, programme, temps limites).

**MEETING LNA TOUR
SAMEDI 09 ET DIMANCHE 10 MARS À LA ROCHELLE**



Plaquette du meeting disponible auprès de l'organisateur

Site Web : <https://www.canards-rochelais.fr>

LNA CONFÉRENCE

Publication sur le site de la ligue

Site Web : <https://nouvelleaquitaine.ffnatation.fr/script/index.php>

DÉVELOPPEMENT
(POSSIBILITÉ)

**MEETING - LNA CONFÉRENCE
SAMEDI 13 ET DIMANCHE 14 AVRIL - LA TESTE**

Plaquette du meeting disponible auprès de l'organisateur

Site Web : <https://astnatation-lateste.fr/>



Bassin	25 mètres – Chronométrage automatique
Extra Nat	Date limite Fixée par l'organisateur
Catégories	JUNIORS SENIORS
Type de compétition	Individuelle et relais Performances insérées dans les classements FFN
Quali fi cative pour	Les championnats de Ligue
Epreuves	17 épreuves, 400- 800-1500 NL -400x4 N engagements selon un rang dé fi ni par l'organisateur
Conditions de participation Règlement	Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle - Aquitaine et aux nageurs licenciés FFN dans une autre région ayant réalisé, sur la saison N-1 et en cours « N » au 8 avril et 13 mai au en bassin de 25 m ou 50m. les temps de qualifi cation selon la
Organisation	La ligue déclare la compétition sur extraNat.fr et désigne le gestionnaire, ce dernier sera chargé de fi naliser la structure de sa compétition (catégories, programme, temps limites).

**MEETING - LNA CONFÉRENCE
DIMANCHE 19 ET LUNDI 20 MAI - BORDEAUX GRAND PARC**

Plaquette du meeting disponible auprès de l'organisateur

Site Web : <https://ffnatation33.org/>



MEETING FÉDÉRAUX

**REALISATION
(COMPÉTITIVITÉ)**

Publication sur le site de la ligue

Site Web : <https://nouvelleaquitaine.ffnatation.fr/script/index.php>

**MEETING NATIONAL PAUL MANDEX
DU VENDREDI 26 AU DIMANCHE 28 JANVIER 2024 À AGEN**

Bassin	50 mètres. Chronométrage automatique.
Organisation	SU AGEN - La plaquette de la manifestation sera disponible prochainement Site web : https://www.sua-natation.fr/
ExtraNat	Date limite (selon l'organisateur)
Catégories	JUNIORS-SENIORS
Compétition	Performances insérées dans les classements FFN. Quali fi cative pour les échéances nationales Quali fi cative pour les Championnats de ligue.
Organisation	Compétition mise en ligne par la FFN

Bassin	50 mètres. Chronométrage automatique.
Organisation	GIRONDINS DE BORDEAUX - La plaquette de la manifestation sera disponible prochainement Site web : https://girondins-natation.com/
ExtraNat	Date limite (selon l'organisateur)
Catégories	JUNIORS-SENIORS
Compétition	Performances insérées dans les classements FFN. Quali fi cative pour les échéances nationales Quali fi cative pour les Championnats de ligue.
Organisation	Compétition mise en ligne par la FFN

**MEETING NATIONAL JEAN BOITEU X
DU VENDREDI 03 AU DIMANCHE 05 MAI 2024 À MÉRIGNAC**

CHAMPIONNATS DE LIGUE PRINTEMPS DU 30 MARS AU 01 AVRIL - ST YRIEX

Bassin	50 mètres – Chronométrage automatique	
Extra Nat	Date limite mardi 26 mars- 23h59	
Catégories	JUNIORS SENIORS fi lles JUNIORS SENIORS garçons	REALISATION (COMPÉTITIVITÉ)
Type de compétition	Individuelle Performances insérées dans les classements FFN	
Quali fi cative pour	Echéances Nationales	
Epreuves	50m, 100m et 200m Papillon, Dos, Brasse et NL- 200m et 400m 4N - 400m, 800m et 1500m NL 17 épreuves.	
Conditions de participation Règlement	Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle –ayant réalisé, sur la saison N-1 et en cours « N » au 24 Mars 2024 inclus en bassin de 25 m ou 50m. les temps de qualification selon la grille correspondant à leur catégorie . Les séries seront nagées classement au temps, tout âge confondu. Finale A TC – Finale B Juniors 2 - Finale C juniors 1ère année à condition de la présence de plus de 24 nageurs engagés. Les 800 m NL, 1500 m NL Dames et Messieurs, toutes catégories confondues, seront nagés Classement au temps.	
Engagement	La qualification sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves La participation est limitée à 6 courses individuelles par nageur. Les épreuves de 800 et 1500 mètres nage libre ne pourront pas être choisies comme course complémentaire. Seront retenus au 800 m NL filles les 16 meilleurs temps et 16 meilleurs temps garçons. Au 1500 m NL les 8 meilleurs temps garçons et 8 meilleurs temps filles, toutes catégories confondues Au 400x4N les 16 meilleurs temps garçons et 16 meilleurs temps filles, toutes catégories confondues La ligue se réserve le droit de refuser les engagements, en priorité les « NT »	
Récompenses	Médailles aux trois premiers des finales « A » Epreuves classements aux temps, médailles aux trois premiers,	
Ouverture du bassin	Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1er départs Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.	
Organisation	Compétition mise en ligne et gérée par la ligue régionale, antenne de Talence.	

ÉPREUVES

1ERE REUNION	2EME REUNION	3EME REUNION
50 Papillon dames et messieurs	100 Papillon dames et messieurs	Finales 100 Papillon dames et messieurs C-B-A
50 Dos dames et messieurs	100 Dos dames et messieurs	Finales 100 Dos dames et messieurs C-B-A
1500 libre dames série rapide CLT	800 Nage libre dames et messieurs séries lentes	800 Nage libre dames et messieurs séries rapides
400x4N messieurs série lente	200 Brasse dames et messieurs	Finales 200 Brasse dames et messieurs C-B-A
50 Brasse dames et messieurs	200 Nage Libre dames et messieurs	Finales 200 Nage Libre dames et messieurs C-B-A
50 Nage Libre dames et messieurs		
400x4N dames séries lentes		
1500 libre Messieurs série rapide CLT		
Pause 20 mn		
Finales 50 Papillon dames et messieurs C-B-A		
Finales 50 Dos dames et messieurs C-B-A		
400x4N dames et messieurs série rapide		
Finales 50 Brasse dames et messieurs C-B-A		
Finales 50 Nage Libre dames et messieurs C-B-A		
	4EME REUNION	5EME REUNION
	200 Papillon dames et messieurs	Finales 200 Papillon dames et messieurs C-B-A
	200 Dos dames et messieurs	Finales 200 Dos dames et messieurs C-B-A
	400 Nage libre dames et messieurs séries lentes	400 Nage libre dames et messieurs séries rapides
	100 Brasse dames et messieurs	Finales 100 Brasse dames et messieurs C-B-A
	100 Nage libre dames et messieurs	Finales 100 Nage libre dames et messieurs C-B-A

CHAMPIONNATS DE LIGUE ÉTÉ DU 05 AU 07 JUILLET - MÉRIGNAC

Bassin	50 mètres – Chronométrage automatique
Extra Nat	Date limite mardi 02 juillet- 23h59
Catégories	JUNIORS SENIORS filles JUNIORS SENIORS garçons
Type de compétition	Individuelle Performances insérées dans les classements FFN
Qualificative pour	Echéances Nationales
Epreuves	50m, 100m et 200m Papillon, Dos, Brasse et NL- 200m et 400m 4N - 400m, 800m et 1500m NL 17 épreuves.
Conditions de participation Règlement	<p>Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle ayant réalisé, sur la saison en cours « N » au 30 juin 2024 inclus en bassin de 25 m ou 50m. les temps de qualification selon la grille correspondant à leur catégorie.</p> <p>Les séries seront nagées classement au temps, tout âge confondu.</p> <p>Finale A TC – Finale B Juniors 2 - Finale C juniors 1ere année à condition de la présence de plus de 24 nageurs engagés.</p> <p>Les 800 m NL, 1500 m NL Dames et Messieurs, toutes catégories confondues, seront nagés Classement au temps.</p>
Engagement	<p>La qualification sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves La participation est limitée à 6 courses individuelles par nageur.</p> <p>Les épreuves de 800 et 1500 mètres nage libre ne pourront pas être choisies comme course complémentaire.</p> <p>Seront retenus au 800 m NL filles les 20 meilleurs temps et 20 meilleurs temps garçons.</p> <p>Au 1500 m NL les 10 meilleurs temps garçons et 10 meilleurs temps filles, toutes catégories confondues</p> <p>Au 400x4N les 20 meilleurs temps garçons et 20 meilleurs temps filles, toutes catégories confondues</p> <p>La ligue se réserve le droit de refuser les engagements, en priorité les « NT »</p>
Récompenses	<p>Médailles aux trois premiers des finales « A »</p> <p>Epreuves classements aux temps, médailles aux trois premiers,</p>

**PUBLICATION
DES GRILLES
LE 25 MAI**

**REALISATION
(COMPÉTITIVITÉ)**

ÉPREUVES

1ERE REUNION	2EME REUNION	3EME REUNION
50 Papillon dames et messieurs	100 Papillon dames et messieurs	Finales 100 Papillon dames et messieurs C-B-A
50 Dos dames et messieurs	100 Dos dames et messieurs	Finales 100 Dos dames et messieurs C-B-A
1500 libre dames série rapide CLT	800 Nage libre dames et messieurs séries lentes	800 Nage libre dames et messieurs séries rapides
400x4N messieurs série lente	200 Brasse dames et messieurs	Finales 200 Brasse dames et messieurs C-B-A
50 Brasse dames et messieurs	200 Nage Libre dames et messieurs	Finales 200 Nage Libre dames et messieurs C-B-A
50 Nage Libre dames et messieurs		
400x4N dames séries lentes		
1500 libre Messieurs série rapide CLT		
Pause 20 mn		
Finales 50 Papillon dames et messieurs C-B-A		
Finales 50 Dos dames et messieurs C-B-A		
400x4N dames et messieurs série rapide		
Finales 50 Brasse dames et messieurs C-B-A		
Finales 50 Nage Libre dames et messieurs C-B-A		

4EME REUNION	5EME REUNION
200 Papillon dames et messieurs	Finales 200 Papillon dames et messieurs C-B-A
200 Dos dames et messieurs	Finales 200 Dos dames et messieurs C-B-A
400 Nage libre dames et messieurs séries lentes	400 Nage libre dames et messieurs séries rapides
100 Brasse dames et messieurs	Finales 100 Brasse dames et messieurs C-B-A
100 Nage libre dames et messieurs	Finales 100 Nage libre dames et messieurs C-B-A



Ligue Nouvelle Aquitaine de Natation
NATATION COURSE

Siège social : Maison régionale des Sports
2 avenue de l'Université 33400 Talence

Joel Flamarion
Tél : 06.80.43.77.83
E-Mail : natation@ffnatationlna.fr

Grégory Beckmann
Tél : 06.58.78.14.60
E-Mail : etr.natation@ffnatationlna.fr

