

PROGRAMME DEPARTEMENTAL



NATATION COURSE

Saison 2023

Version officielle 2

MISE A JOUR

CIRCUITS AVENIRS : Suppression des 25 mètres en apnée et diminution du temps d'échauffement pour diminuer les temps de compétitions. Mise à jour des lieux de compétitions.

CHAMPIONNATS ESSONNE BENJAMINS : Intégration du 400 mètres nage libre pour les benjamins 1 filles et garçons. (Classement au temps)

16/02/2023

RAFFESTIN Monique, HUERTAS Franck et MARCZEWSKI Gaëtan



Siège social :

62 Bis, Boulevard Charles de Gaulle
91540 MENNECY
01.69.90.06.86.

comite91.natation@wanadoo.fr
<http://essonne.ffnatation.fr>

Directeur de la publication
Remi HEURTEL

Directeur de la rédaction
Monique RAFFESTIN

Comité de rédaction
Franck HUERTAS

Secrétariat

Patricia MERMOZ

comite91.natation@wanadoo.fr

Gaëtan MARCZEWSKI

engagements.natation91@orange.fr
forfaits.natation91@orange.fr

TABLE DES MATIERES

<u>DISPOSITIONS GENERALES</u>	3
<u>CHALLENGE AVENIRS.</u>	11
<u>CIRCUIT AVENIRS 91.</u>	14
<u>JOURNEES DEPARTEMENTALES</u>	17
<u>CHAMPIONNATS D'HIVER DE L'ESSONNE</u>	19
<u>MEETING « OPEN » D'HIVER DES MAITRES</u>	22
<u>PROGRAMME DE FORAMTION BENJAMINS</u>	24
<u>1er MEETING DE L'ESSONNE</u>	27
<u>CHAMPIONNATS BENJAMINS « Validation »</u>	30
<u>MEETING « OPEN » D'ETE DES MAITRES</u>	32
<u>CHAMPIONNATS D'ETE DE L'ESSONNE ETE</u>	34
<u>INTERCLUBS BENJAMINS</u>	38
<u>FINALE AVENIRS ET BENJAMINS 91</u>	40
<u>MEETING DE L'ESSONNE 2</u>	43
<u>CHAMPIONNATS AUTOMNE BENJAMINS DE</u>	
<u>L'ESSONNE « Validation »</u>	46
<u>INTERCLUBS AVENIRS</u>	48
<u>MEETING ½ FOND ET 4 NAGES</u>	50
<u>STAGES ET SELECTIONS</u>	

COMMISSION NATATION COURSE

Responsable : **Mme. RAFFESTIN Monique**

☎ 06 88 78 35 51 ✉ monik.raff@gmail.com

Adjoint :
Poste à pourvoir.

Secteurs	Clubs	Responsable et adjoints
1	C.A. ORSAY C.O. LES ULIS E.N. LONGJUMEAU 91 E.S. MASSY EXOCET MASTERS CLUB C.N. VIRY CHATILLON	M. DALMASIE Yves 06.87.41.55.04. / yved@free.fr
		Mme. RAFFESTIN Monique 06.88.78.35.51. / monik.raff@gmail.com
		Formation Officiels
		Mme. RAFFESTIN Monique 06.88.78.35.51. / monik.raff@gmail.com
2	C.N. ARPAJONNAIS ESP. DE BRETIGNY C.N. DOURDANNAIS ETAMPES NATATION MORSANG E.N. C.N. ST MICHEL sur ORGE E.N. STE GENEVIEVE des BOIS CLUB DES NAIÄDES	Mme. PICAULT Élisabeth 06.86.79.60.53. / elisabeth.picault@orange.fr
		Poste à pourvoir.
		Formation Officiels
		M. BAZY Xavier 06.87.56.24.45. / xavier.bazy@hotmail.fr
3	BONDOUFLE A.C. SCA 2000 EVRY U.S. GRIGNY U.S. RIS ORANGIS A.S. CORBEIL ESSONNES GPS CORBEIL ESSONNES AQU. VAL ESSONNE MENNECY A.C.	Melle. TOURNECUIILLERT Claire 06.14.76.85.49. / tournecuillert@yahoo.fr
		Formation Officiels
		M. BOULANGER Jean 06.83.56.55.04. / jpm.boulanger@wanadoo.fr
4	E.N. VAL D'YERRES C.N. BRUNOY ESSONNE E.N DRAVEIL S.N. MONTGERON A.S. MONTGERON Water-Polo CLUB YERROIS NATATATION	Le Comité de l'Essonne: 01.69.90.06.86. / comite91.natation@wanadoo.fr
		Formation Officiels
		M. BOULANGER Jean 06.83.56.55.04. / jpm.boulanger@wanadoo.fr

Membres de la commission :

M. JOUANDON Marc / marco.jouandon@orange.fr

Assistant Technique Départemental
M. HUERTAS Franck
06.37.69.46.49. / atd91.huertas@live.com

DISPOSITIONS GENERALES

Liens :



Table des matières



Internet

COMMUNICATION :

Les interlocuteurs du Comité sont en priorité les présidents, les responsables de club désignés et les entraîneurs.

E.N.F. :

- Le PASS'COMPETITION est bien maintenu au sein du dispositif de l'ENF, mais il n'est plus exigé comme prérequis pour s'inscrire en compétition ; la licence Compétiteur suffit.
- Néanmoins, nous invitons les nageurs Avenirs à participer aux Challenges avant de pouvoir faire le circuit Avenirs.
- Les nageurs de 10 ans et moins doivent préalablement disposer à minima du sauv'nage.

L'esprit de l'E.N.F. doit continuer : Un enjeu de la formation des jeunes nageurs.

Nous faisons confiance aux entraîneurs et dirigeants pour que l'esprit de l'E.N.F. perdure avec une formation transdisciplinaire comme fondement.

Néanmoins, pour assurer son suivi et la bonne tenue de la formation, le Comité de l'Essonne impose des mesures :

- Les clubs doivent présenter des formateurs évaluateurs E.N.F. (Formation 6h30).
- Les clubs doivent désigner un responsable des écoles de natation, garant de la bonne mise en œuvre des évaluations et des méthodes d'apprentissages.
- Les responsables devront participer aux réunions ENF organisées par le Comité.
- Des visites pourront être faites par le Comité dans les clubs.
- Nous invitons les clubs à demander leur agrément ENF.

Les résultats des tests passés dans les clubs ne seront enregistrés par le Comité qu'à la condition du respect de toutes ces règles.

Les clubs doivent envoyer les résultats des tests obtenus à la fin de chaque session. Le Comité enregistrera les résultats sur Extranat.

ENGAGEMENTS :

Règles essentielles à respecter :

- Les nageurs pourront être engagés sur des temps réalisés depuis le 16 septembre 2021
- Tout engagement qui arriverait après la date limite pourra ne pas être pris en considération.

Les clubs devront, en début de saison, communiquer au Comité la personne responsable des engagements (Nom, prénom, téléphone et @mail.).

Il n'y aura pas d'engagement hors course pour les compétitions départementales.

En ce qui concerne les compétitions par équipe, deux remplaçants au maximum par club seront autorisés.

FEUILLES DE JURY :

Il est rappelé que toutes les feuilles de jury doivent être signées par le juge arbitre qui, éventuellement, consigne les observations sur le déroulement de la compétition.

Les officiels doivent se présenter au juge arbitre dès l'ouverture des portes.

RÉSULTATS :

Pour que les performances soient enregistrées par le Comité, les clubs doivent signaler leur participation dans les compétitions qui ne figurent pas dans les programmes suivants :

- Départemental de l'Essonne
- Régional de l'Île de France
- National.

Tout record non signalé dans la saison en cours ne sera pas homologué.

LICENCES :

Le statut « 100% LICENCES »

Pour obtenir ce statut, le club doit fournir chaque année en début de saison un certain nombre de documents qui constituent son dossier. Les dossiers doivent être transmis par mail à l'adresse générique suivante : 100pour100licences@lifnatation.fr et ils sont examinés par la commission 'Licences/Labellisation'. Seuls les dossiers complets sont examinés. Après approbation de la commission, le bureau élargi de la LIFN officialise, chaque mois, les clubs à intégrer sur la liste officielle IDF. La liste officielle des clubs 100% licences est diffusée régulièrement sur les supports de communication de la Ligue (BO, site, etc.). Seuls les clubs présents sur cette liste officielle peuvent prétendre aux avantages qu'elle leur concède.

Pour toutes informations, se référer à la note « Procédure d'intégration à la liste officielle des clubs « 100% Licences IDF » Saison 2022/2023 » de septembre 2022 : [6152.pdf \(ffnatation.fr\)](#)

Les clubs devront transmettre directement leurs licences en ligne à la F.F.N.

Les licences seront homologuées immédiatement après paiement effectué directement à la F.F.N.

ORGANISATIONS :

Les demandes de délégués sont à adresser par écrit aux responsables de secteurs (15 jours avant la compétition.)

Seules les prises de temps avec un minimum de 2 clubs (nageurs et officiels) seront officialisées au niveau départemental.

DÉROULEMENT DES COMPÉTITIONS :

La présence d'un représentant adulte du club licencié F.F.N. est obligatoire durant l'intégralité de la compétition.

Tenue : Le port du maillot de bain et le port du bonnet de bain sont obligatoires.

A partir du 1er janvier 2023, les vêtements techniques ne sont autorisés qu'à partir de la catégorie Juniors (cf. Circulaire fédérale du 7 décembre 2022.) - Lien sur le site du Comité.

Échauffement : La ligne pour les sprints sera réservée uniquement dans la 2^{ème} 1/2 heure de l'échauffement.

Programme : Le minutage des réunions est donné à titre indicatif.

Départs : Dans les compétitions individuelles du programme départemental, la règle « d'un seul départ » sera appliquée à partir des catégories Benjamins et supérieures.
La règle « des deux départs » sera appliquée pour la catégorie Avenir.

Compétitions qualificatives pour le niveau départemental :

Toutes les performances inscrites sur la base fédérale depuis le 16 septembre 2021 sont qualificatives aux compétitions départementales.

Chambre d'appel :

Les nageurs doivent se présenter 15 minutes avant le départ de leur course.

IMPORTANT

En cas de contrôle anti-dopage, une pièce d'identité valide et une autorisation parentale pour les mineurs permettant les prélèvements sanguins sont requises.

OFFICIELS

Tout club est tenu de présenter des officiels à chaque réunion à laquelle il participe :

Pour les compétitions individuelles :

- 1 officiel de 4 à 10 engagements.
- 2 officiels de 11 à 30 engagements dont 1 Juge arbitre ou un Starter ou un Juge.
- 3 officiels à partir de 31 engagements dont 1 Juge arbitre ou un Starter ou un Juge.

Pour les compétitions interclubs :

- 1 officiel par équipe engagée.

Tout contrevenant à ces règles sera passible d'amende(s) :

- 30 € pour le premier officiel manquant.
- 15 € pour chacun des suivants (Le club ayant présenté au moins 1 officiel : 15 € par officiel manquant).

N.B. Les stagiaires « Officiels » sont comptés dans le quota du club.

LES AMENDES :

Elles seront perçues avec la participation club au mois de septembre 2023

Le non-paiement des amendes de la saison précédente entraînera un blocage des engagements pour les compétitions de la nouvelle saison.

LE DÉLÉGUÉ :

Il est désigné par le Comité de l'Essonne de Natation :

- Représente le Comité départemental pendant toute la compétition.
- Vérifie la conformité des installations mises à la disposition du Comité (longueur du bassin, sono, sécurité, hygiène, accessibilité à l'infirmerie, etc.).
- Forme le jury d'appel.
- Contrôle que les clubs présentent un quota d'officiels en adéquation avec le nombre de nageurs et/ou d'engagements et rapporte au Comité les infractions.

- Vérifie que le règlement de la compétition est correctement appliqué.
- Vérifie les licences des nageurs engagés si nécessaire.
- Remet ou désigne des personnalités pour la remise des récompenses.
- Reçoit les personnalités et la presse.
- Rapporte au Comité tout dysfonctionnement constaté ou toute réclamation.
- En cas de malaise ou d'accident, le délégué devra s'assurer de la bonne organisation des secours.

Le délégué ne peut pas occuper une autre fonction.

Le poste de délégué peut être occupé par un responsable du club licencié F.F.N. qui accueille la compétition.

REDEVANCES ENGAGEMENTS :

Engagements	nb adhérents	≠	nb licenciés
Épreuves individuelles ou Relais			13 €uros
Avenirs Journées départementales			6 €uros
Compétitions par équipes			(Nombre d'épreuves x 13 €uros) par équipe

Engagements	Club « 100 % Licences »
Épreuves individuelles ou Relais	6,50 €uros
Avenirs Journées départementales	3 €uros
Compétitions par équipes	(Nombre d'épreuves x 6,50 €uros) par équipe

Ces redevances seront perçues avec la participation club au mois de septembre 2023.

FORFAITS :

Seuls les forfaits envoyés au Comité de l'Essonne par Email à l'adresse ci-dessous seront acceptés sous la forme suivante :

- Nom du club.
- Intitulé de la compétition.
- Lieu.
- Nom prénom du nageur.
- Titre de la ou des courses concernées par le ou les forfaits.

engagements.natation91@orange.fr

Les certificats médicaux ne sont pas pris en compte.

Les forfaits doivent être déclarés :

Au plus tard le jeudi qui précède la compétition, avant 12h00.

Pour les qualifications en finales :

- Les forfaits doivent être déclarés au plus tard dans les 30 minutes suivant la fin de l'épreuve.

- Les places de finalistes vacantes en raison des forfaits déclarés seront pourvues au plus tard dans les 30 minutes qui suivent la fin de l'épreuve.
- Les nageurs réservistes doivent déclarer également leur forfait s'ils ne désirent pas participer.

Les amendes seront perçues avec la participation club en début de la prochaine saison.

REDEVANCES FORFAITS :

Amendes	nb adhérents ≠ nb licenciés	
	Forfaits déclarés	Forfaits non déclarés
Épreuves individuelles ou Relais	6,50 Euros	35.50 Euros
Compétitions par équipes	55,50 Euros	105,50 Euros

Amendes	CLUB « 100 % Licences. »	
	Forfaits déclarés	Forfaits non déclarés
Épreuves individuelles ou Relais	5,50 Euros	25,50 Euros
Compétitions par équipes	45,50 Euros	95,50 Euros

GESTION INFORMATIQUE DES COMPETITIONS :

Chaque club participant aux compétitions de natation course devra désigner auprès du Comité de l'Essonne, au plus tard avec son premier envoi de licences, une personne licenciée affectée à la gestion Extranat Pocket.

Il n'est pas nécessaire que la personne licenciée soit un officiel. Néanmoins, cette personne intègre le quota des officiels présents lors des compétitions.

Cette désignation impliquera la transmission complète des coordonnées des personnes ; il appartiendra au Comité de s'assurer que ces personnes sont licenciées à la F.F.N.

Ces personnes devront au minimum 2 fois dans l'année (plus si elles le souhaitent) participer à la gestion informatique lors des compétitions de secteurs ou départementales.

Après parution du calendrier sportif, il sera demandé à chacune de ces personnes de se prononcer sur leurs disponibilités.

La commission Natation se réunira alors et nommera les personnes pour participer à la gestion informatique avec l'aide d'une personne déjà formée lors des compétitions, en tenant compte de leurs disponibilités.

Les clubs n'ayant pas fait les démarches nécessaires pourront se voir refuser leurs participations aux compétitions départementales.

GESTION DU MATERIEL INFORMATIQUE :

- Compétitions secteurs :

Le responsable secteur reste responsable de l'organisation du retrait et du retour du matériel. Il peut déléguer à d'autres personnes, mais reste responsable du suivi.

- Compétitions départementales :

Le délégué reste responsable de l'organisation du retrait et du retour du matériel.

Il peut déléguer à d'autres personnes, mais reste responsable du suivi.

LES SÉLECTIONS :ET LES STAGES

Le Comité départemental composera, à chaque fois, une équipe (les forfaits éventuels devront être justifiés). Tout nageur ne participant pas à la sélection ne pourra pas nager dans une autre compétition, sauf s'il est sélectionné dans une équipe régionale ou nationale (*Article 99 Règlement intérieur F.F.N.*).

L'encadrement technique sera désigné par le Comité directeur.

COUPE ILE DE France Benjamins ET Juniors : 22 janvier 2023

COUPE DES DEPARTEMENTS FFN : Éliminatoires : 10 ou 11 juin 2023

Finale : 15 décembre 2023

PRÉVISIONS DE STAGES ET DE REGROUPEMENTS :

Pour information, durant la saison **2024**, le Comité organisera :

- Un stage Avenirs (Première semaine des vacances de printemps 2024).

LES RENCONTRES DU COMITE DE L'ESSONNE.

Echanges et préparation du programme sportif de la saison 2023 :

Avec les entraîneurs : **juin 2023 et octobre 2023**

Avec les présidents : date à définir.

LES CATEGORIES :

ATTENTION : ÉVOLUTION DE LA CATEGORIE JEUNES POUR LA SAISON 2023

La catégorie Jeunes passe de trois à deux années : • Filles 12 et 13 ans • Garçons 13 et 14 ans. Les filles 11 ans et garçons 12 ans viendront s'ajouter à la catégorie Avenirs. Afin de faciliter la compréhension de cette modification, le Cercle de Compétence Natation Course fédéral (CC NN) juge utile de modifier le nom de cette catégorie qui devient « Benjamin(e)s ».

Saison 2023

	Filles		Garçons	
Avenirs	11 ans et moins	2012 et après	12 ans et moins	2011 et après
Benjamins	12 à 13 ans	2011 à 2010	13 à 14 ans	2010 à 2009
Juniors	14 à 17 ans	2009 à 2006	15 à 18 ans	2008 à 2005
Séniors	18 ans et plus	2005 et avant	19 ans et plus	2004 et avant

La catégorie Maîtres :

Les nageurs de cette catégorie pourront participer aux journées départementales et aux meetings de l'Essonne.

Ces nageurs seront engagés avec les mêmes conditions que les autres catégories mais ils nageront dans des séries spécifiques « Maîtres » intégrées au programme.

NATATION Handisport et sports adaptés :

Les nageurs handisports et sports adaptés peuvent participer aux compétitions départementales sous réserve de remplir les conditions et d'être en possession de la licence F.F.N. d'un club affilié.

Les règlements F.I.N.A. ne pourront être adaptés que si le nageur possède, en plus, une licence fédérale handisport ou sports adaptés.

VACANCES SCOLAIRES 2022 - 2023 :

Zone C : Académies Paris - Créteil – Versailles.

Noël 2022/23	Du samedi 17 décembre 2022 au lundi 02 janvier 2023 inclus
Hiver	Du samedi 18 février au 6 mars 2023
Printemps	Du samedi 22 avril au mardi 9 mai 2023
Eté	A partir du samedi 8 juillet 2023
Rentrée des classes	Le lundi 4 septembre 2023
Automne	<i>Du samedi 21 octobre au lundi 06 novembre 2023 inclus</i>
Hiver 2023	<i>Du samedi 23 décembre 2023 au lundi 8 janvier 2024</i>

DATES de la ligue Ile de France :




- **Coupe Ile de France des départements Benjamins et Juniors : Samedi 21 et / ou dimanche 22 janvier 2023**
- Meeting National Francily : du vendredi 17 au dimanche 19 février 2023
- Criterium Ile de France en bassin de 50 m N°1 Juniors et Séniors : vendredi 24 au dimanche 26 mars 2023. (DLQ 13 mars 2023)
- **Championnats de France FFN Juniors en bassin de 50 m. : du mercredi 5 au lundi 10 avril 2023**
- Criterium Ile de France en bassin de 50 m N°2 Juniors et Séniors : vendredi 21 au dimanche 23 avril 2023 (DLQ 10 avril 2023)
- **Championnats de France FFN N 2 : du jeudi 11 mai au dimanche 14 mai 2023**
- **Coupe de France FFN des départements Benjamins : samedi 10 et / ou dimanche 11 juin 2023**
- **Championnats de France FFN « Elite » en bassin de 50 m. : du dimanche 11 au vendredi 16 juin 2023**
- Championnats régionaux TC en bassin de 50 m : du vendredi 23 au dimanche 25 juin 2023
- Championnats régionaux Benjamins en bassin de 50 m : du vendredi 30 juin au dimanche 2 juillet 2023
- **Championnats de France OPEN été en bassin de 50 m : du mardi 18 au dimanche 23 juillet 2023**

Date limite organisation des interclubs Benjamins : 25 juin 2023

Date limite organisation des interclubs Avenirs : 17 décembre 2023.



CHALLENGE AVENIRS des Ecoles de Natation

	AVENIRS	 25 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Avenirs	11 ans et moins	2012 et après	12 ans et moins	2011 et après

ATTENTION : LES PERFORMANCES REALISEES LORS DE CE CHALLENGE NE SERONT PAS ENREGISTREES SUR LA BASE FEDERALE.

SEULE LA REUSSITE DE L'EPREUVE SERA PRISE EN COMPTE SUR EXTRANAT:

Le Challenge est ouvert à tous les nageurs titulaires d'une licence compétition ou de loisir.

OBJECTIFS :

- Découvrir et pratiquer la compétition natation course en situation réelle.
- Permettre à chacun d'acquérir, selon son rythme, les compétences requises par une pratique de compétition, s'agissant de la maîtrise des éléments techniques et réglementaires de la discipline.
- Mesurer sa progression tout au long de la période de son parcours : une rubrique dédiée sera créée sur le site fédéral qui listera les réussites (toutes les courses du programme réalisées selon les règles FINA = pas de disqualification) après chaque compétition. A aucun moment, cette liste ne fera état de références chronométriques.

MOTIVATION DU CHALLENGE :

Le Challenge est un point d'entrée dans la compétition, c'est une occasion d'apprendre les règles de la compétition.

Nous sommes convaincus de l'importance pour les nageurs de vouloir bien faire.

Centrer notre travail sur le plaisir de réussir des tâches complexes fondées sur la maîtrise de l'action plutôt que sur le résultat chronométrique devrait être une bonne motivation dans ces premières étapes de la formation des nageurs.

Les 25 m de spécialité et le 100 m NL font l'objet de course fondées sur la volonté de gagner et de nager le plus vite possible, sans risque de disqualification.

Les 50 m et le 100 m 4N font l'objet d'épreuves techniques fondées sur le respect des règles et la qualité d'exécution de la tâche.

Le Challenge Avenirs s'inscrit dans le parcours de l'Ecole de Natation Française et l'obtention du Pass'compétition.

CHALLENGE ENF :

EPREUVE DE VITESSE :

1. 25 m Papillon
2. 25 m Dos
3. 25 m Brasse
4. 25 m Crawl
5. 100 m Nage libre

EPREUVE TECHNIQUE

6. 50 m Papillon et Dos par 25
7. 50 m Dos et Brasse par 25
8. 50 m Brasse et Crawl par 25
9. 100 m 4 Nages

(Pour obtenir le Pass'compétition, les nageurs devront réussir

5 épreuves sur les 9

Avec au moins 2 courses 25 m ; 2 courses 50 m (2 nages) et 1 course 100 m

PROGRAMME :

Les Challenges ENF sont des organisations départementales avec un programme dédié.

Organisation 1	50 m (Brasse et Nage libre) – 25 m Dos – 50 m (Dos et Brasse) – 25 m Brasse 100 m Nage libre
Organisation 2	50 m (Dos et Brasse) – 25 m Papillon – 50 m (Papillon et Dos) – 25 m Nage libre 100 m 4 Nages

CALENDRIERS :

Secteur 1 et 2	Février 2023	A déterminer	Organisation 1
Secteur 3 et 4	Février 2023	A déterminer	Organisation 1
Secteur 1 et 2	Mars 2023	A déterminer	Organisation 2
Secteur 3 et 4	Mars 2023	A déterminer	Organisation 2

REGLEMENT :

Une formation minimum est requise pour participer à ces épreuves.

Il n'y a pas de disqualification sur les épreuves de vitesses.

Sur les épreuves techniques non plus mais les erreurs seront expliquées aux nageurs.

Chaque nageur ne peut participer qu'à 3 épreuves maximum.

RECOMPENSES :

Des badges E.N.F. seront donnés aux nageurs ayant réussi leur épreuve du 100 4Nages sans erreurs.

OFFICIELS :

Un Juge arbitre et un Starter, désignés par le Comité, seront nécessaires pour le bon fonctionnement de ce Challenge. Des chronométreurs seront invités à participer le jours du Challenge.

La présence de deux Juges arbitres est souhaitée.

A noter : Trophées Avenirs : (Règlements F.F.N.)

Filles 10 ans et moins (nées en 2012 et après), Garçons 11 ans (nés en 2011 et après), titulaires du Pass'compétition et d'une licence « Compétiteurs»

« A l'image de la catégorie Benjamins, nous n'envisageons pas la formation du nageur en réduisant celle-ci à la pratique et maîtrise d'une nage plutôt qu'une autre, pas plus que nous envisageons l'accès à la performance autour de la maîtrise inconditionnelle de toutes les nages C'est donc à travers la conquête de deux Trophées disputés sur la quasi-totalité de la saison - entre le 1er janvier et le 18 décembre - que nous souhaitons inciter nageurs et entraîneurs à diversifier et élargir leurs compétences dans la maîtrise des quatre nages et des différents types d'effort que propose notre discipline : court et intense, long et modéré, varié. »




Trophée Avenirs du 4 Nages : 25 m Papillon, 25 m Dos, 25 m Brasse, 25 m Nage libre.

Trophée Avenirs du nageur complet : 25 m au choix, 100 m 4 Nages, 200 m Nage libre.

Le programme Avenirs du Comité de l'Essonne prend en compte cette dimension.



CIRCUIT AVENIRS 91

	AVENIRS	 25 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Avenirs 1	9 ans et moins	2014 et après	10 ans et moins	2013 et après
Avenirs 2	10 ans	2013	11 ans	2012
Avenirs 3	11 ans	2012	12 ans	2011

Les Challenges sont la porte d'entrée à ce circuit. Les nageurs Avenirs 1 et 2 doivent donc passer par les Challenges avant de pouvoir participer aux circuits.

OBJECTIFS :

Le circuit est l'occasion pour les jeunes nageurs de se confronter aux autres dans le respect des règles de la compétitions.

Il s'agit pour les Avenirs de nager le plus vite possible, sans se faire disqualifier.

Les épreuves sont pensées dans une logique de formation où les nageurs apprennent de leurs erreurs à partir des propositions faites sur la compétition Benjamins de formation du mois de mars 2023.

Les épreuves du circuit Avenirs sont qualitatives à la finale Avenirs et Benjamins du mois de juin 2023.

Qualification à la finale pour les Avenirs selon le classement à la table de cotation :

- Avenirs 1 : 20 nageurs sur 100 m 4N – 50 m Nage libre
- Avenirs 2 : 20 nageurs sur 100 m 4N – 50 m Nage libre – 200 m Nage libre
- Avenirs 3 : 20 nageurs sur 200 m 4N – 50 m Nage libre - 400 m Nage libre

CALENDRIER ET PROGRAMME :

Secteur 1 et 2	29 janvier 2023 Viry Chatillon – 14h00	25 m Apnée le plus loin possible 200 m 4N ou 100 m 4N
Secteur 3 et 4	29 janvier 2023 Evry Jean Taris - 14h00	50 m Nage libre 200 m Nage libre

Secteur 1 et 2	26 mars 2023 Sainte geneviève des bois 14h00	25 m Apnée le plus loin possible 50 m Papillon ou Dos ou Brasse
Secteur 3 et 4	26 mars 2023 Brunoy - 13h30	4 x 50 m Nage libre 400 m Nage libre

Secteur 1 et 2	9 avril 2023 Viry Chatillon - 14h00	25 m Apnée le plus loin possible. 200 m 4N ou 100 m 4N
Secteur 3 et 4	9 avril 2023 Corbeil Essonnes	50 m Nage libre 200 m Nage libre

Secteur 1 et 2	Décembre 2023	25 m Apnée avec finales 8 premiers 50 m Pap, Dos ou Brasse
Secteur 3 et 4	Décembre 2023	4 x 50 m 4N 400 m Nage libre

Les 25 m. apnées sont supprimer pour raccourcir les temps de compétitions.
Les temps d'échauffement sont amenés à 45 minutes pour les mêmes raisons.

ENGAGEMENTS :

Les nageurs peuvent s'engager sur 2 épreuves individuelles maximum et le Relais.

N.B. : la disqualification dans une ou plusieurs épreuves n'empêche pas de figurer dans les classements.

Grille de temps incitatives :

200 m Nage libre : 4'
200 m 4N : 5'
400 m Nage libre : 9'

L'épreuve de 25 m sous l'eau est obligatoire.

Pour cette épreuve, les nageurs nagent deux par ligne.

Gagne l'épreuve celui qui nage le plus vite sous l'eau (le corps totalement immergé sous la surface de l'eau) en respirant le moins possible par série.

RECOMPENSES :

Epreuves sous-marines :

Pas de récompense pour les 25 m sous l'eau sur les trois premières journées

Les 3 premiers des finales de la dernière journée recevront un cadeau.

Courses individuelles :

Avenirs 1 : Les 3 premiers par course.

Avenirs 2 : Les 3 premiers par course.

Avenirs 3 : Les 3 premiers par course.

Relais :

Les trois premiers relais.

Attention : Si une étape du circuit est organisée sur deux piscines. Les résultats seront concaténés et les médailles seront remises sur une autre étape.




A l'issue des 3 premières journées, le Comité décernera un trophée aux trois premiers clubs sur la base des 10 meilleures performances Filles et Garçons sur les épreuves suivantes : 200 m 4N, 100 m 4N, 50 m Papillon Dos Brasse Crawl et 200 m Nage libre.

Ce trophée sera donné lors de la finale Avenirs et Benjamins.

RESULTATS : La concaténation des résultats paraîtra sur le site du Comité.



JOURNEES DEPARTEMENTALES

	JUNIORS et SENIORS MAÎTRES	
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au jeudi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Juniors	14 à 17 ans	2009 à 2006	15 à 18 ans	2008 à 2005
Séniors	18 ans et plus	2005 et avant	19 ans et plus	2004 et avant

OBJECTIFS :

Dans le cadre de leur formation, les nageurs doivent se construire à travers des évaluations qui leur permettent de mesurer leurs compétences et donner du sens à l'entraînement.

A cette occasion, les nageurs peuvent se qualifier aux championnats départementaux.

CALENDRIER ET PROGRAMME :

1 ^{ère} Journée départementale		
Secteurs 2 et 3 11 février 2023	Dourdan - 18h30	50 m ou 200 m Papillon 100 m Dos
Secteurs 1 et 4 Février 2023		50 m ou 200 m Brasse 100 m Nage libre

2 ^{ème} Journée départementale		
Secteurs 1 et 2 26 mars 2023	SECTEUR 1 : à déterminer SECTEUR 2 : Morsang - 14h	400 m Nage libre 200 m 4 Nages 50 m Nage libre
Secteurs 3 et 4 25 mars 2023	Brunoy - 19h00	50 m Brasse 50 m Dos – 50 m Papillon

3 ^{ème} Journée départementale		
Secteurs 1 et 3 20 ou 21 mai 2023		100 m Papillon 100 m Dos 100 m Brasse
Secteurs 2 et 4 20 ou 21 mai 2023		100 m Crawl 200 m Nage libre

4 ^{ème} Journée départementale		
Secteurs 1 et 3 Décembre 2023		100 m Papillon 100 m Dos 100 m Brasse
Secteurs 2 et 4 Décembre 2023		100 m Crawl 200 m Nage libre

REGLEMENT : Voir les dispositions générales.

Les nageurs Maîtres pourront participer à ces épreuves mais ils seront gérés informatiquement dans une compétition parallèle. Leurs engagements devront être faits séparément.

ENGAGEMENTS :





4 engagements maximum par nageur.

À chaque réunion, un nageur ne pourra nager qu'un 50 m ou un 200 m de la même spécialité.

RECOMPENSES : Il n'y aura pas de récompense.



CHAMPIONNATS D'HIVER DE L'ESSONNE

	Samedi 28 et dimanche 29 janvier 2023	CORBEIL ESSONNES
	BENJAMINS 2 / JUNIORS / SENIORS	 50 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Benjamins 2	13 ans	2010	14 ans	2009
Juniors	14 à 17 ans	2009 à 2006	15 à 18 ans	2008 à 2005
Séniors	18 ans et plus	2005 et avant	19 ans et plus	2004 et avant

OBJECTIFS :

Premier championnat en bassin de 50 m. Première marche vers d'autres championnats.

C'est l'occasion de se confronter à tous les niveaux de performances et catégories.

Réunir les différents groupes d'entraînements et renforcer le sentiment d'appartenir à un club et à un département.

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion : 13h30
800 m Nage libre Dames 1500 m Nage libre Messieurs Pause 50 m Dos / 50 m Brasse 200 m Papillon 100 m Nage libre

2 ^{ème} réunion : 8h00	3 ^{ème} réunion : 13h30
400 m 4 Nages 100 m Brasse 200 m Dos 100 m Papillon 200 m Nage libre	400 m Nage Libre Dames 400 m Nage Libre Messieurs Pause 50 m Nage libre / 50 m Papillon 200 m Brasse 200 m 4 Nages 100 m Dos

ORGANISATION :

Il n'y aura pas de chronométrage électronique.

Le Comité de l'Essonne recherche des personnes capables d'installer et de faire fonctionner le chronomètre électronique. Une formation peut être proposée aux personnes volontaires.

ENGAGEMENTS :

Les nageurs participant aux compétitions suivantes sont directement qualifiés :

- Championnats de France en bassin de 25 m.
- Championnats de France Juniors.
- Championnats de France Elites.
- Championnats de France N2.

Les autres nageurs pourront être engagés sur la base des temps référencés entrant dans la grille de temps et une épreuve de leur choix (N+1).

Les nageurs pourront être engagés sur **7 épreuves plus le 400 m Nage libre.**

Le Comité de l'Essonne se réserve le droit de limiter le nombre d'engagements pour ne pas saturer la compétition.

REDEVANCES ENGAGEMENTS : Voir dispositions générales.

RECOMPENSES :

Classement au temps.

Récompenses par catégorie Benjamins 2, Juniors 1, Juniors 2 et Séniors.





Le premier toute catégorie sera déclaré champion de l'Essonne.

Des bons d'achats seront remis aux champions de l'Essonne.



MESSIEURS				CHAMPIONNATS HIVER 91 Bassin de 50 et 25 convertis	DAMES			
SENIORS	JUNIORS 2	JUNIORS 1	BENJAMINS		BENJAMINS	JUNIORS 1	JUNIORS 2	SENIORS
	17 et 18 ans	15 et 16 ans	14 ans		13 ans	14 et 15 ans	16 et 17 ans	
00:29,3	00:29,7	00:30,2	00:30,0	50m Nage Libre	00:32,5	00:32,7	00:32,5	00:32,2
01:04,4	01:07,1	01:09,6	01:09,0	100m Nage Libre	01:12,0	01:16,2	01:14,4	01:12,5
02:20,6	02:23,9	02:26,4	02:25,0	200m Nage Libre	02:42,0	02:45,2	02:41,4	02:37,4
04:37,5			05:30,0	400m Nage Libre	06:00,0	05:17,5		
				800m Nage Libre	13:00,0	10:30,0		
19:30,0			20:00,0	1500m Nage Libre				
00:34,5	00:35,0	00:35,3	00:34,0	50m Dos	00:38,5	00:39,7	00:39,5	00:39,0
01:13,2	01:16,2	01:20,9	01:20,0	100m Dos	01:25,0	01:25,4	01:23,4	01:22,4
02:40,7	02:47,4	02:52,9	02:52,0	200m Dos	03:08,0	03:07,4	03:00,4	02:55,9
00:37,3	00:37,8	00:38,3	00:38,0	50m Brasse	00:44,5	00:44,1	00:43,1	00:41,9
01:21,0	01:23,8	01:28,8	01:28,0	100m Brasse	01:37,0	01:37,2	01:34,2	01:31,8
02:57,0	03:05,0	03:12,5	03:13,0	200m Brasse	03:40,0	03:30,8	03:23,0	03:19,0
00:31,4	00:32,6	00:33,6	00:33,5	50m Papillon	00:37,0	00:36,6	00:36,1	00:35,1
01:09,8	01:12,3	01:16,8	01:18,0	100m Papillon	01:35,0	01:23,9	01:20,3	01:18,3
02:36,1	02:42,1	02:52,1	03:00,0	200m Papillon	03:30,0	03:08,1	02:58,1	02:53,1
02:40,5	02:47,5	02:49,5	02:48,0	200m 4 Nages	03:03,5	03:03,5	03:02,0	02:58,0
05:23,8			06:00,0	400m 4Nages	06:30,0	05:45,0		

MEETING « OPEN » D'HIVER DES MAITRES DE L'ESSONNE

	Compétition qualificative aux championnats Maîtres	 25 m
	Samedi 18 février et dimanche 19 février 2023	RIS ORANGIS ?
	MAITRES C0 à C16	COMPÉTITION DE RÉFÉRENCE DÉPARTEMENTALE
	Proposition ExtraNat : J - 12 (premier jour de la compétition) Clôture des engagements : J - 4	

CATÉGORIES :

Épreuves individuelles :

C00	20	24 ans			
C01	25	29 ans	C02	30	34 ans
C03	35	39 ans	C04	40	44 ans
C05	45	49 ans	C06	50	54 ans
C07	55	59 ans	C08	60	64 ans
C09	65	69 ans	C10	70	74 ans
C11	75	79 ans	C12	80	84 ans
C13	85	89 ans	C14	90	94 ans
C15	95	99 ans	C16	100 et +	

PROGRAMME :

1ere réunion : Samedi OP 14h30 - 1ère course 15h30	2eme réunion : Dimanche OP 14h00 - 1ère course 15h00
400 m Nage libre 50 m Papillon 100 m 4 Nages 200 m Dos 100 m Brasse 50 m Nage libre 200 m Papillon 200 m 4 Nages	400 m 4 Nages 50 m Brasse 100 m Nage libre 50 m Dos 100 m Papillon 200 m Brasse 100 m Dos 200 m Nage libre

ENGAGEMENTS :

Tenir compte de l'ordre des courses pour engager un nageur, il n'y aura pas de modification du programme.

Les engagements sont limités à 3 courses individuelles par réunion et par nageur.
Les séries seront distribuées en fonction des temps d'engagement.

REGLEMENT : Suivant le règlement F.F.N.

RÉCOMPENSES ET CLASSEMENTS :

Un classement aux points FFN sera effectué **toutes catégories d'âge confondues**, tenant compte du coefficient de rajeunissement.

Les 10 premiers (toutes catégories d'âge confondues) de chaque épreuve individuelle recevront une médaille.

Les récompenses seront remises pendant les épreuves.

ATTENTION : Les nageurs de la catégorie C0 ne seront pas récompensés





TARIFS ENGAGEMENTS :

Extérieurs : **10.00 €** (à régler lors des engagements.)

Essonniens : Voir les dispositions générales.



PROGRAMME SPECIAL DE FORMATION

	Samedi 11 mars et dimanche 12 mars 2023	VIRY-CHATILLON
	AVENIR 3 ET BENJAMINS	 25 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Avenirs 3	11 ans	2012	12 ans	2011
Benjamins	12 à 13 ans	2011 à 2010	13 à 14 ans	2010 à 2009

OBJECTIF :

Rénovation en profondeur de la catégorie Jeunes qui devient Avenirs 3 et Benjamins 1 et 2.

- Amorce de la revalorisation du niveau de performance de la Ligue et du département.
- Remobilisation de l'engagement des Comités départementaux auprès de cette population en lien étroit avec les Ligues.
- Resserrement du niveau national.
- Atténuation du mois de naissance.
- Remise en question de la composition par année d'âge de la catégorie Jeunes, suite à l'adoption des catégories FINA en 2016 – 17.
- Recentrage de l'importance du développement des habiletés motrices.
- Temporalité des moments du développement de la performance et de la réalisation de la performance.
- Déconnexion de la réalisation de la performance avec des objectifs chronométriques.
- Remobilisation, au sein des Comité départementaux, du travail en commun, du partage, de la collaboration en lien avec la coupe de France des départements.
- Définition de la saison en année civile comme étant un parcours sportif tout au long des 12 mois qui la compose.

Note de la Ligue d'Ile de France du mois d'octobre 2023 : Suite aux précisions règlementaires fournies par la FFN, voici les orientations prises par la commission Natation Course pour le règlement LIF de 2023.

Pour les Benjamins :

La période de formation de janvier à mars proposée par la Fédération est laissée à l'initiative des départements. (Période au cours de laquelle les compétitions n'ont pas vocation à pousser la performance mais à favoriser l'apprentissage à travers des idées innovantes : vous avez donc carte blanche pendant cette période)

Il n'y a plus de dates protégées, ni de plot, ni de qualification sur une participation type natathlon. Les clubs seront également incités à organiser leur meetings Benjamins sur la période de validation mais il n'y aura pas de caractère obligatoire.

REGLEMENT FFN : Parcours Benjamins

« Mon département et ma Ligue travailleront ensemble pour me proposer des compétitions qui me permettront de progresser pendant ces 6 mois.

Pour cela, ils me proposeront en JANVIER, FÉVRIER et MARS des compétitions où je pourrai vivre des expériences inhabituelles : se confronter sans chrono, nager le plus de distance possible dans un temps limite, faire plusieurs fois la même course, combiner des nages dans un ordre inhabituel. Bref, des compétitions où je m’amuserai tout en travaillant sérieusement à l’entraînement »

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion OP : 14h30	2 ^{ème} réunion OP : 14h00
RELAIS 600 m (Nage tirée au sort) RELAIS 25 m Apnée sous l'eau 200 m 4 Nages (Dos Brasse Papillon Crawl)	RELAIS 10 minutes Crawl 100 m Papillon 100 m Dos 100 m Brasse 100 m Crawl 100 m 4 Nages

ORGANISATION :

Equipes de 6 nageurs et nageuses.

Un relais de 600 m dont la nage sera tirée au sort en début de compétition.

Tous les nageurs doivent faire le relais. Minimum 50 mètres.

Un seul passage par nageur.

Chaque nageur choisit sa distance à parcourir.

Un relais 6x25 m en apnée sous l'eau. Si un nageur veut respirer, il le peut mais tous les déplacements doivent se faire sous l'eau.

200 m 4 Nages : Tous les nageurs doivent faire cette course.

Attention l'ordre des nages sont celles du relais 4 Nages (Dos, Brasse, Papillon et Crawl)

Un relais de 10 minutes en Crawl. Les nageurs doivent parcourir la plus longue distance possible. Au bout de 6 minutes, tous les nageurs doivent être passés.

Minimum 50 mètres.

Les courses individuelles :

100 m par nage (4 nageurs)

100 m 4 Nages (2 nageurs)

200 m 4 Nages (6 nageurs)

MODE DE PARTICIPATION :

Chaque équipe sera composée de six nageurs.

Tout nageur doit impérativement participer aux 3 relais au 200 m 4 Nages et à un 100 m.

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

Les équipes sont mixtes mais doivent comporter au moins trois filles
Et maximum 1 Avenir 3

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 100 mètres de la compétition).

CLASSEMENT :

Pour être classé, chaque club doit participer à toutes les épreuves (individuelles et relais) et, dans ce cas, il peut présenter des équipes 2, 3, 4, etc. Seules les équipes complètes sont comptabilisées pour un classement général.

Le classement est établi comme suit :

Au classement décroissant au temps : le premier 1 point, le second 2 points... le dixième 10 points. L'objectif pour chaque équipe est de cumuler le moins de points possible.

Chaque équipe déguisée attribuera 10 points en moins à son équipe.

Chaque entraîneur déguisé attribuera 10 points en moins à chaque équipe de son club (un entraîneur par club) et une récompense sera attribuée à l'entraîneur présentant le plus beau déguisement.





RECOMPENSES :

Les 5 premières équipes recevront des récompenses.

REGLEMENT : Voir les dispositions générales.



1er MEETING DE L'ESSONNE

	Samedi 08 avril et dimanche 09 avril 2023	BRUNOY
	JUNIORS / SENIORS MAÎTRES	 25 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Juniors	14 à 17 ans	2009 à 2006	15 à 18 ans	2008 à 2005
Séniors	18 ans et plus	2005 et avant	19 ans et plus	2004 et avant

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion - Samedi 13h30	2 ^{ème} réunion - Dimanche 14h30
50 m Brasse 400 m Nage libre 100 m Dos Relais 4x50 m Nage libre 200 m Papillon 100 m Nage libre 200 m Brasse 50 m Papillon 800 m Nage libre Filles	1500 m Nage libre Garçons 50 m Dos 200 m 4 Nages 50 m Nage libre 100 m Brasse Relais 4x50 m 4 Nages 100 m Papillon 200 m Dos 200 m Nage libre

ENGAGEMENTS :

Les nageurs participant aux compétitions suivantes ne peuvent pas participer :

- Championnats de France en bassin de 25 m.
- Championnats de France Juniors.
- Championnats N2.
- Championnats de France Elites.

Sont qualifiés les nageurs ayant réalisé les temps d'engagements de la grille plus une épreuve au choix (N + 1).

Les nageurs Maîtres pourront participer à ces épreuves mais ils seront gérés informatiquement dans une compétition parallèle. Leurs engagements devront être faits séparément.

Cas particulier : Les nageurs n'ayant pas de temps référencés au cours de la saison N-1 devront être signalés au Comité en début de saison.

La commission de natation du Comité de l'Essonne étudiera la possibilité de leur participation

Les nageurs pourront être engagés sur 3 épreuves individuelles maximum par réunion et le relais.

Le Comité de l'Essonne se réserve le droit de limiter le nombre d'engagements pour ne pas saturer la compétition.

RECOMPENSES :

Les 3 premiers de chaque épreuve sur les 50 m, 100 m, 200 m, 400 m Nage libre.

Filles 14 et 15 ans / Filles 16 et 17 ans / Garçons 15 et 16 ans/ Garçons 17 et 18 ans / Seniors.





Les relais, les 800 et 1500 mètres seront récompensés en Toutes Catégories.



MESSIEURS			1 ^{er} meeting 91	DAMES		
SENIORS	JUNIORS	JUNIORS		JUNIORS	JUNIORS	SENIORS
	17 et 18 ans	15 16 ans			14 15 ans	
30.00	30.50	32.50	50m Nage Libre	36.00	34.50	34.00
01:07.00	01:09.00	01:15.00	100m Nage Libre	01:21.00	01:18.50	01:18.00
02:30.00	02:32.50	02:36.50	200m Nage Libre	02:55.00	02:50.00	02:49.00
05:05.00	05:10.00	05:30.00	400m Nage Libre	05:50.00	05:30.00	05:20.00
			800m Nage Libre	2 Séries		
2 Séries			1500m Nage Libre			
33.50	34.00	38.00	50m Dos	43.00	42.00	41.50
01:20.00	01:23.00	01:27.00	100m Dos	01:36.00	01:32.00	01:30.00
02:51.00	02:52.00	03:05.00	200m Dos	03:20.00	03:13.00	03:12.00
35.50	36.00	41.00	50m Brasse	46.00	45.00	44.50
01:29.00	01:31.00	01:35.00	100m Brasse	01:46.00	01:42.00	01:41.00
03:13.00	03:15.00	03:23.00	200m Brasse	03:45.00	03:38.00	03:36.00
30.50	31.50	36.00	50m Papillon	38.50	37.00	36.50
01:18.00	01:19.50	01:24.00	100m Papillon	01:32.00	01:28.00	01:26.00
02:48.00	02:50.00	03:00.00	200m Papillon	03:20.00	03:12.00	03:11.00
02:54.00	02:56.00	03:04.00	200m 4 Nages	03:20.00	03:16.00	03:14.00

CHAMPIONNATS BENJAMINS DE L'ESSONNE ETE

« Validation »

	Samedi 15 avril et dimanche 16 avril 2023	VIRY-CHATILLON
	BENJAMINS,	 25 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Benjamins	12 à 13 ans	2011 à 2010	13 à 14 ans	2010 à 2009

OBJECTIFS : Se qualifier au championnats Benjamins régionaux.

La période de validation commencera par **un championnat départemental 25 m Benjamins** qui devra être organisé **entre le 11 mars et le 23 avril 2023**.

Ce championnat ne pourra pas être OPEN.

A l'issue de l'ensemble des championnats départementaux, un Rankine des performances réalisées sera établi. Des rangs seront déterminés pour chaque épreuve. Ces rangs serviront :

1- à **qualifier une 1ère partie des nageurs pour le championnat régional de juillet 2023**. Seront qualifiés les nageurs présents dans la partie supérieure des rangs **dans au moins 2 épreuves**. Ils pourront alors s'engager aux championnats régionaux sur les épreuves de leur choix.

2- à déterminer deux grilles de temps, une établie en bassin de 25 m correspondant au temps du rang et une convertie en bassin de 50 m. **Les nageurs ayant réalisé des performances entrant dans l'une de ces grilles entre le 1er janvier 2023 et 12 juin 2023 pourront nager au championnat régional de juillet 2023 seulement dans les épreuves correspondantes à ces performances.**

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion OP 8h45	2 ^{ème} réunion OP 14h00
50 m Brasse 100 m Dos 200 m Papillon Benjamins 2 100 m Nage libre 200 m Brasse 50 m Papillon 100 m 4 Nages Pause 10' Relais 10x50 Nage libre	400 m Nage libre Filles Benjamins 2 : 1500 m Nage libre Garçons 400 m 4 Nages Filles Pause 10' Finales : 100 m Nage libre Finales : 100 m Dos Finales : 100 m 4 Nages

3ème réunion OP 9h00	4ème réunion. OP 14h00
50 m Dos 200 m 4 Nages 50 m Nage libre 100 m Brasse 200 m Dos 100 m Papillon 200 m Nage libre	400 m Nage libre Garçons Benjamins 2 : 800 m Nage libre Filles 400 m 4 Nages Garçons Pause 10' Finale : 100 m Brasse Finale : 100 m Papillon

Les finales seront nagées par année d'âge. Finale benjamins 1 et finales benjamins 2.

ENGAGEMENTS :

Attention :

Les Benjamins 1 : 13 épreuves.

(Les benjamins 1 ne peuvent pas participer aux épreuves de 200 m Papillon, 400 m 4 Nages, 800 m Nage libre Filles et 1500 m Nage libre Garçons)

Les Benjamins 2 : 17 épreuves.

Les nageurs pourront être engagés sur 3 épreuves individuelles et 1 épreuve de demi-fond maximum par journée et le relais.

Le Comité de l'Essonne se réserve le droit de limiter le nombre d'engagements pour ne pas saturer la compétition.

REDEVANCES ENGAGEMENTS : Voir dispositions générales.






RECOMPENSES :

Les 3 premiers de chaque épreuve sur les 50 m, 100 m, 200 m, 400 m, 800 m et 1500 m.

FORFAITS ET OFFICIELS : Voir dispositions générales.



MEETING « OPEN » D'ETE DES MAITRES DE L'ESSONNE

	Compétition qualificative		50 m
	Samedi 15 avril et dimanche 16 avril 2023	CORBEIL ESSONNES	
	MAITRES C0 à C16	COMPÉTITION DE RÉFÉRENCE DÉPARTEMENTALE <i>Chronométrage électronique (si disponible)</i>	
	Proposition ExtraNat : J - 12 (premier jour de la compétition) Clôture des engagements : J - 4		

CATÉGORIES :

Épreuves individuelles :

C00	20	24 ans			
C01	25	29 ans	C02	30	34 ans
C03	35	39 ans	C04	40	44 ans
C05	45	49 ans	C06	50	54 ans
C07	55	59 ans	C08	60	64 ans
C09	65	69 ans	C10	70	74 ans
C11	75	79 ans	C12	80	84 ans
C13	85	89 ans	C14	90	94 ans
C15	95	99 ans	C16	100 et +	

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion Samedi OP 14H30 - 1 ^{ère} course 15h30	2 ^{ème} réunion Dimanche OP 14h00 - 1 ^{ère} course 15h00
400 m Nage libre 50 m Papillon 200 m Dos 100 m Brasse 50 m Nage libre 200 m Papillon 200 m 4 Nages	400 m 4 Nages 50 m Brasse 100 m Nage libre 50 m Dos 100 m Papillon 200 m Brasse 100 m Dos 200 m Nage libre

ENGAGEMENTS :

Tenir compte de l'ordre des courses pour engager un nageur, il n'y aura pas de modification du programme.

Les engagements sont limités à 3 courses individuelles par réunion et par nageur.
Les séries seront distribuées en fonction des temps d'engagement.

REGLEMENT : Suivant le règlement F.F.N.

RÉCOMPENSES ET CLASSEMENTS :

Un classement aux points FFN sera effectué **toutes catégories d'âge confondues**, tenant compte du coefficient de rajeunissement.

Les 10 premiers (toutes catégories d'âge confondues) de chaque épreuve individuelle recevront une médaille.

Les récompenses seront remises pendant les épreuves.

ATTENTION : Les nageurs de la catégorie C0 ne seront pas récompensés





TARIFS ENGAGEMENTS :

Extérieurs : **10.00 €** (à régler lors des engagements.)

Essonniens : Voir les dispositions générales.



CHAMPIONNATS D'ETE DE L'ESSONNE ETE

	Samedi 27 mai et dimanche 28 mai 2023	MENNECY
	BENJAMINS JUNIORS/SENIORS	 50 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Benjamins	12 à 13 ans	2011 à 2010	13 à 14 ans	2010 à 2009
Juniors	14 à 17 ans	2009 à 2006	15 à 18 ans	2008 à 2005
Séniors	18 ans et plus	2005 et avant	19 ans et plus	2004 et avant

OBJECTIFS :

Championnat en bassin de 50 m. Confirmer sa progression et évaluer ses performances.

Une nouvelle occasion de se confronter à tous les niveaux de performances et catégories.

Réunir les différents groupes d'entraînement et renforcer le sentiment d'appartenir à un club et à un département.

ORGANISATION :

Un appel à candidature pour aller chercher et installer le matériel de chronométrage électronique sera lancé 15 jours avant la compétition. S'il n'y a pas de candidat, le chronométrage électronique sera abandonné.

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion - Samedi matin	2 ^{ème} réunion - Samedi après-midi
50 m Dos 50 m Papillon 100 m Nage libre Pause 15' 100 m Brasse 400 m 4 Nages	Finale 50 m Dos (T.C.) Finale 50 m Papillon (T.C.) 800 m Nage libre Filles (Benjamins) 800 m Nage libre Dames (Juniors Séniors) 1500 m Nage libre Garçons (Benjamins) 1500 m Nage libre Garçons (Juniors Séniors) Pause 15' Finale 100 m Brasse (T.C.) 200 m Papillon Finale 100 m Nage libre (T.C.) 200 m Dos 200 m 4 Nages

3 ^{ème} réunion - Dimanche matin	4 ^{ème} réunion - Dimanche après-midi
50 m Nage libre 50 m Brasse 100 m Dos Pause 15' 100 m Papillon 400 m Nage libre	Finale 50 m Nage libre (T.C.) Finale 50 m Brasse (T.C.) 200 m Nage libre Finale 100 m Dos (T.C.) 200 m Brasse Finale 100 m Papillon (T.C.) Pause 10' Relais 10x100 m Nage libre

ENGAGEMENTS :

Les nageurs qualifiés aux championnats N2 et supérieur peuvent être engagés sur des nages sans avoir de temps officiels enregistrés dans la base fédérale. (Sur demande adressée à l'avance au Comité.)

Sont qualifiés les nageurs ayant réalisé les temps d'engagement de la grille de temps ci-jointe.

Le Comité de l'Essonne se réserve le droit de limiter le nombre d'engagements pour ne pas saturer la compétition.

Le nombre de participations est limité à 8 épreuves individuelles + le relais.

Les clubs pourront engager 1 seul relais pour le 10x100 m Nage libre toutes catégories.

FINALES :

Les forfaits des finalistes et des réservistes devront être déclarés dans les 30 minutes suivant la fin de l'épreuve. En cas de forfait non-déclaré en finale, une amende sera appliquée (cf. dispositions générales).

Les nageurs réservistes devront déclarer également forfaits s'ils ne désirent pas participer aux finales en cas de places vacantes.

RÉCOMPENSES ET CLASSEMENTS :

Les nageurs seront récompensés par catégories selon la grille sur les 50 m, 100 m, 200 m et 200 m 4 Nages à l'issue des séries.

Pour les 400 m, 800 m et 1500 m : Benjamins et Toutes Catégories

Des bons d'achats seront distribués aux champions.

Une finale Toutes Catégories sera organisée l'après-midi sur les 50 m et 100 m. Les 3 premiers seront récompensés et le vainqueur sera déclaré « Champion de l'Essonne ».

Le « Champion de l'Essonne » des autres nages sera récompensé à l'issue des séries.

Classement toutes catégories pour les relais 10x100 m Nage libre.

Les champions Toutes Catégories seront récompensés.

Des bons d'achats seront remis aux Champions de l'Essonne.

CLASSEMENT DES CLUBS :

Un classement club mixte sera établi. Les 3 premiers seront récompensés.

Le classement se fera aux points par rapport à la place.

- Pour les épreuves individuelles (50 m, 100 m, 200 m) Benjamins / Juniors / Seniors.

1^{er} 12 pts ; 2^{ème} 10 pts ; 3^{ème} 8 pts ; 4^{ème} 6 pts ; 5^{ème} 4 pts ; 6^{ème} 3 pts ; 7^{ème} 2 pts ; 8^{ème} 1 pt.

- Pour les épreuves individuelles en finale (50 m et 100 m) et les classements Toutes Catégories des épreuves sans finale (1500 m, 800 m, 400 m Nage libre et 4 Nages).






1^{er} 15 pts ; 2^{ème} 12 pts ; 3^{ème} 9 pts ; 4^{ème} 6 pts ; 5^{ème} 4 pts ; 6^{ème} 3 pts ; 7^{ème} 2 pts ; 8^{ème} 1 pt.

- Pour les relais 10x100 m Nage libre

1^{er} 25 pts ; 2^{ème} 20 pts ; 3^{ème} 15 pts ; 4^{ème} 10 pts ; 5^{ème} 6 pts ; 6^{ème} 4 pts ; 7^{ème} 2 pts ; 8^{ème} 1pt.



MESSIEURS				CHAMPIONNATS ETE 91 Bassin de 50 et 25 convertis	DAMES			
SENIORS	JUNIORS 2	JUNIORS 1	BENJAMINS		BENJAMINS	JUNIORS 1	JUNIORS 2	SENIORS
	17 et 18 ans	15 et 16 ans		14 et 15 ans		16 et 17 ans		
00:28,6	00:29,0	00:29,5	00:32,0	50m Nage Libre	00:32,0	00:32,0	00:31,8	00:31,5
01:02,8	01:05,5	01:08,0	01:16,0	100m Nage Libre	01:18,0	01:14,6	01:12,8	01:10,9
02:17,2	02:20,5	02:23,0	02:40,0	200m Nage Libre	02:50,0	02:41,8	02:38,0	02:34,0
04:30,0			07:00,0	400m Nage Libre	07:00,0	05:10,0		
				800m Nage Libre	14:00,0	10:30,0		
19:30,0			21:00,0	1500m Nage Libre				
00:33,0	00:33,5	00:33,8	00:38,0	50m Dos	00:38,0	00:38,2	00:38,0	00:37,5
01:10,8	01:13,8	01:18,5	01:35,0	100m Dos	01:36,0	01:23,0	01:21,0	01:20,0
02:35,8	02:42,5	02:48,0	03:25,0	200m Dos	03:35,0	03:02,5	02:55,5	02:51,0
00:36,5	00:37,0	00:37,5	00:44,0	50m Brasse	00:44,0	00:43,3	00:42,3	00:41,1
01:19,0	01:21,8	01:26,8	01:41,0	100m Brasse	01:41,0	01:35,2	01:32,2	01:29,8
02:52,0	03:00,0	03:07,5	03:35,0	200m Brasse	03:35,0	03:25,8	03:18,0	03:14,0
00:30,8	00:32,0	00:33,0	00:36,0	50m Papillon	00:36,0	00:36,0	00:35,5	00:34,5
01:08,5	01:11,0	01:15,5	01:36,0	100m Papillon	01:41,0	01:22,6	01:19,0	01:17,0
02:33,0	02:39,0	02:49,0	03:30,0	200m Papillon	03:37,0	03:05,0	02:55,0	02:50,0
02:37,0	02:44,0	02:46,0	03:10,0	200m 4 Nages	03:10,0	03:00,0	02:58,5	02:54,5
05:15,0			08:00,0	400m 4Nages	08:00,0	05:45,0		

INTERCLUBS BENJAMINS Poules départementales			
	Compétition régionale		25 m
	3 et 4 juin 2023 (Avant le 25 juin 2023)	YERRES	
	BENJAMINS	Compétition par équipe (4 nageurs) de club	
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.		

	Filles		Garçons	
Benjamins	12 à 13 ans	2011 à 2010	13 à 14 ans	2010 à 2009

OBJECTIFS :

Cette configuration a pour objectif de poursuivre le parcours de formation de ces nageurs en cours de construction. Le tout dans un esprit festif propre à ces compétitions par équipes. L'accès à la compétition est laissé à l'initiative des Ligues, sachant qu'il n'y a aucune possibilité d'organiser un tour éliminatoire départemental sur la formule identique des Interclubs (compétition déclarée en tant que telle). Cette compétition est strictement limitée à la participation des nageurs licenciés à la FFN.

ORGANISATION : Selon le programme fédéral 2023.

Épreuves individuelles (4 en Filles et 4 en Garçons)

100 m Nage libre, 100 m Dos, 100 m Brasse, 100 m Papillon. Chaque nageur dispute deux épreuves individuelles, les quatre épreuves de 100 mètres sont donc nagées deux fois par chaque équipe.

Classements au temps.

Épreuves de relais (2 en Filles et 2 en Garçons) 4 x 200 m Nage libre, 4 x (100 m 4 Nages individuel). Chaque nageur dispute les deux relais. Classements au temps.

NB1 : Pour le 4 x (100 m 4 Nages individuel), chaque relayeur réalise un 100 m 4 Nages dans le respect des règles FINA. Cette course sera déclarée dans le logiciel extraNat Pocket comme un 4 x 100 4 Nages individuel.

NB2 : S'agissant d'une compétition par équipes, la règle des deux départs s'applique, conformément aux dispositions particulières de la FFN pour l'application des règlements techniques de la FINA.

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion - 14H00	2 ^{ème} réunion - 14H00
Relais 4x200 m Nage libre Filles et Garçons Course des remplaçants 100 m 100 m Dos Filles et Garçons 100 m Nage libre Filles et Garçons	100 m Brasse Filles et Garçons 100 m Papillon Filles et Garçons Relais 4 x (100 m 4 Nages individuel) Filles et Garçons

Mode de participation :

Tout nageur doit impérativement participer à deux épreuves individuelles (deux 100 mètres) 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.

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 pourra être organisée (une seule course par nageur correspondant aux épreuves de la compétition)

GESTION DES REMPLACANTS :

Pour éviter toute confusion avec la compétition « officielle », il est demandé au gestionnaire de créer directement avec le logiciel extraNat-Pocket une compétition « Locale » en utilisant un autre vocable pour le titre de cette compétition.

Cette compétition pourra contenir des épreuves individuelles pour les remplaçants, des équipes mixtes, des équipes composées de plusieurs clubs. Dans ce cas précis, le gestionnaire transmettra par mail, directement au service des systèmes d'information, les résultats de cette compétition spécifique au format FFNex

Cette compétition entre dans le cadre des compétitions par équipes octroyant des points au classement national des clubs






RECOMPENSES :

Les 3 premières équipes Garçons et les 3 premières filles recevront des médailles.

FORFAITS ET OFFICIELS : Voir dispositions générales.



FINALE AVENIRS 91 ET BENJAMINS 91

	ANIMATION	
	Dimanche 18 juin 2023	
	AVENIRS ET BENJAMINS	
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Avenirs	11 ans et moins	2012 et après	12 ans et moins	2011 et après
Benjamins	12 à 13 ans	2011 à 2010	13 à 14 ans	2010 à 2009

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion OP 8H30	2 ^{ème} réunion OP 14H00
50 m Brasse Avenirs 100 m Brasse Benjamins Pause 5' 4x50 m 4 Nages Avenirs 4x50 m 4 Nages Benjamins Pause 5' 100 m 4 Nages Avenirs et Benjamins	50 m Dos Avenirs 100 m Dos Benjamins Pause 5' 4x50 m Nage libre Avenirs 4x50 m Nage libre Benjamins Pause 5' 50 m Papillon Avenirs 100 m Papillon Benjamins 200 m Nage libre Avenirs et Benjamins

MODE DE QUALIFICATION :

Qualification à la finale Avenirs départementale :

(Rappel : La formation du nageur doit s'appuyer sur le développement des compétences. La compétition et les programmes à ce niveau de pratique ne devrait pas être considérés comme un objectif unique)

Les épreuves qualitatives à la finale Avenirs à la table de cotation sur l'ensemble des circuits

Avenirs. 60 filles et 60 garçons seront sélectionnés.

Avenirs 1 : 20 nageurs sur 100 m 4 Nages – 50 m Nage libre

Avenirs 2 : 20 nageurs sur 100 m 4 Nages – 50 m Nage libre – 200 m Nage libre

Avenirs 3 : 20 nageurs sur 200 m 4 Nages – 50 m Nage libre - 400 m Nage libre

Qualification à la finale Benjamins départementaux :

Les nageurs non qualifiés au niveau régional peuvent participer.

80 filles et 80 garçons suivant les classements régionaux.

ENGAGEMENTS :

Un nageur ne pourra participer au maximum qu'à 2 courses individuelles par réunion.

Les nageurs Avenirs pourront s'engager sur les 50 m de spécialité et 100 m 4 Nages.

Les nageurs Benjamins pourront s'engager sur les 100 m de spécialité et 100 m 4 Nages.

Le Comité publiera la liste des nageurs qualifiés.

Pour les relais, seuls les nageurs qualifiés peuvent y participer.

REGLEMENTS : La règle « de deux départs » sera appliquée pour cette compétition, uniquement sur la catégorie Avenirs.

RÉCOMPENSES :

Les 3 premières filles et les 3 premiers garçons par épreuve et par catégorie seront récompensés par une médaille.

A l'issue des 3 premières journées, le Comité décernera un trophée aux trois premiers clubs sur la base des 10 meilleures performances Filles et Garçons sur les épreuves suivantes : 200 m 4 Nages, 100 m 4 Nages, 50 m Papillon – Dos – Brasse – Crawls et 200 m Nage libre.

CLASSEMENT CLUBS :

Les trois premiers clubs au classement général Mixte se verront attribuer une coupe.

Le classement se fera aux points par rapport à la place.

Pour les épreuves individuelles par catégorie.

1^{er} 12 pts ; 2^{ème} 10 pts ; 3^{ème} 8 pts ; 4^{ème} 6 pts ; 5^{ème} 4 pts ; 6^{ème} 3 pts ; 7^{ème} 2 pts ; 8^{ème} 1 pt.

Pour les relais par catégorie.

1^{er} 24 pts ; 2^{ème} 20 pts ; 3^{ème} 16 pts ; 4^{ème} 12 pts ; 5^{ème} 8 pts ; 6^{ème} 6 pts ; 7^{ème} 4 pts ; 8^{ème} 2 pts.

En cas d'ex aequo au nombre de points, le vainqueur sera le club ayant le plus de places de premier, etc.







4^{ème} TRIMESTRE

SEPTEMBRE -DECEMBRE 2023

PREVISIONS



2ème MEETING DE L'ESSONNE

		
	JUNIORS / SENIORS MAITRES	 25 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Juniors	14 à 17 ans	2009 à 2006	15 à 18 ans	2008 à 2005
Séniors	18 ans et plus	2005 et avant	19 ans et plus	2004 et avant

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion - Samedi 14H00	2 ^{ème} réunion - Dimanche 14Hh00
50 m Brasse 100 m Dos 100 m Nage libre 200 m Brasse 50 m Papillon 400 m Nage libre	50 m Dos 200 m 4 Nages 50 m Nage libre 100 m Brasse 100 m Papillon 200 m Dos 200 m Nage libre 200 m Papillon

ENGAGEMENTS :

Les nageurs participant aux compétitions suivantes ne peuvent pas participer :

- Championnats de France en bassin de 25 m.
- Championnats de France Elites.

Sont qualifiés les nageurs ayant réalisé les temps d'engagements de la grille plus une épreuve au choix (N + 1).

Les nageurs Maîtres pourront participer à ces épreuves mais ils seront gérés informatiquement dans une compétition parallèle. Leurs engagements devront être faits séparément.

Cas particulier : Les nageurs n'ayant pas de temps référencés au cours de la saison N-1 devront être signalés au Comité en début de saison.

La commission de natation du Comité de l'Essonne étudiera la possibilité de leur participation.

Les nageurs pourront être engagés sur 6 épreuves, 3 par journées.

Le Comité de l'Essonne se réserve le droit de limiter le nombre d'engagements pour ne pas saturer la compétition.

REDEVANCES ENGAGEMENTS : Voir dispositions générales.

RECOMPENSES :

Les 3 premiers de chaque épreuve sur les 50 m, 100 m, 200 m, 400 m Nage libre.

Filles 14 et 15 ans / Filles 16 et 17 ans / Garçons 15 et 16 ans / Garçons 17 et 18 ans / Séniors





Les relais seront récompensés en Toutes Catégories.

FORFAITS ET OFFICIELS : Voir dispositions générales.



MESSIEURS			2 ^{ème} Meeting 91	DAMES		
SENIORS	JUNIORS	JUNIORS		JUNIORS	JUNIORS	SENIORS
	17 et 18 ans	15 16 ans				
30.00	30.50	32.50	50m Nage Libre	36.00	34.50	34.00
01:07.00	01:09.00	01:15.00	100m Nage Libre	01:21.00	01:18.50	01:18.00
02:30.00	02:32.50	02:36.50	200m Nage Libre	02:55.00	02:50.00	02:49.00
05:05.00	05:10.00	05:30.00	400m Nage Libre	<u>05:50.00</u>	<u>05:30.00</u>	<u>05:20.00</u>
33.50	34.00	38.00	50m Dos	43.00	42.00	41.50
01:20.00	01:23.00	01:27.00	100m Dos	01:36.00	01:32.00	01:30.00
02:51.00	02:52.00	03:05.00	200m Dos	03:20.00	03:13.00	03:12.00
35.50	36.00	41.00	50m Brasse	46.00	45.00	44.50
01:29.00	01:31.00	01:35.00	100m Brasse	01:46.00	01:42.00	01:41.00
03:13.00	03:15.00	03:23.00	200m Brasse	03:45.00	03:38.00	03:36.00
30.50	31.50	36.00	50m Papillon	38.50	37.00	36.50
01:18.00	01:19.50	01:24.00	100m Papillon	01:32.00	01:28.00	01:26.00
02:48.00	02:50.00	03:00.00	200m Papillon	03:20.00	03:12.00	03:11.00
02:54.00	02:56.00	03:04.00	200m 4 Nages	03:20.00	03:16.00	03:14.00

CHAMPIONNATS BENJAMINS DE L'ESSONNE
Automne « Validation »
« WEB CONFRONTATION »

	Samedi 25 et dimanche 26 novembre 2023	3 ou 4 demi-journées
	BENJAMINS	 25 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Benjamins	12 à 13 ans	2011 à 2010	13 à 14 ans	2010 à 2009

Programme régional :

Les championnats régionaux Benjamins sont à la même date. Les nageurs qualifiés à ces championnats régionaux ne pourront pas participer aux championnats départementaux Benjamins.

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion	2 ^{ème} réunion
50 m Brasse 100 m Dos 200 m Papillon Benjamins 2 100 m Nage libre 200 m Brasse 50 m Papillon 100 m 4 Nages Pause 10' Relais 10x50 m Nage libre	Benjamins 2 : 400 m Nage libre Filles 1500 m Nage libre Garçons 400 m 4 Nages Filles Pause Finales 100 m Nage libre Finales 100 m Dos Finales 100 m 4 Nages

3ème réunion	4ème réunion.
50 m Dos 200 m 4 Nages 50 m Nage libre 100 m Brasse 200 m Dos 100 m Papillon 200 m Nage libre	Benjamins 2 : 400 m Nage libre Garçons 800 m Nage libre Filles 400 m 4 Nages Garçons Pause Finale 100 m Brasse Finale 100 m Papillon

Les finales seront nagées par année d'âge. Finale benjamins 1 et finales benjamins 2.

ENGAGEMENTS :

Attention :

Les Benjamins 1 : 13 épreuves.

(Les benjamins 1 ne peuvent pas participer aux épreuves de 200 m Papillon, 400 m 4 Nages, 800 m Nage libre Filles et 1500 m Nage libre Garçons.)

Les Benjamins 2 : 17 épreuves.

Les nageurs pourront être engagés sur 3 épreuves individuelles et 1 épreuve de demi-fond maximum par journée et le relais.

Le Comité de l'Essonne se réserve le droit de limiter le nombre d'engagements pour ne pas saturer la compétition.

Le Comité se réserve le droit de limiter les séries, 400 m Nage libre, 400 m 4 Nages, 1500 m et 800 m Nage libre.

REDEVANCES ENGAGEMENTS : Voir dispositions générales.

RECOMPENSES :

Les 3 premiers de chaque épreuve sur les 50 m., 100 m., 200 m., 400 m. Nage Libre.

FORFAITS ET OFFICIELS : Voir dispositions générales.



INTERCLUBS AVENIRS		
	Compétition régionale	 25 m
	Samedi 3 et dimanche 4 décembre 2023 Avant le 17 décembre 2023	
	AVENIRS	Compétition par équipe (4 nageurs) de club
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

	Filles		Garçons	
Avenirs	11 ans et moins	2012 et après	12 ans et moins	2011 et après

Compétition par équipes, les interclubs Avenirs sont conservés avec un aménagement des années d'âge. L'objectif est de permettre aux clubs en amont du groupe d'âge Benjamins de mettre un pied à l'étrier pour une confrontation individuelle et collective, départementale ou régionale avec programme.

L'accès à la compétition est laissé à l'initiative des Ligues, sachant qu'il n'y a aucune possibilité d'organiser un tour éliminatoire départemental sur la formule identique des Interclubs (compétition déclarée en tant que telle). Cette compétition est strictement limitée à la participation des nageurs licenciés à la FFN.

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion - 14H30	2 ^{ème} réunion - 14H00
50 m Papillon Filles et Garçons 50 m Dos Filles et Garçons Epreuves de remplaçants : 100 m au choix 100 m 4 Nages Filles et Garçons	Relais 4x50 m 4 Nages 50 m Nage libre Filles et Garçons 50 m Brasse Filles et Garçons Relais 4x50 m Nage libre

Si la compétition devait se dérouler sur une seule journée, une pause de 30 minutes devra être mise place entre les deux réunions.

PROGRAMME :

Épreuves individuelles (5 en filles et 5 en garçons) 50 m Papillon, 50 m Dos, 50 m Brasse, 50 m Nage libre (1 nageur par épreuve) et 100 m 4 Nages

=> tous les nageurs de chaque équipe nagent cette épreuve. Classements au temps.

Épreuves de relais (2 en Filles et 2 en Garçons) 4 x 50 m 4 Nages, 4 x 50 m Nage libre. Chaque nageur dispute les deux relais. Classements au temps.

NB : S'agissant d'une compétition par équipes, la règle des deux départs s'applique, conformément aux dispositions particulières de la FFN pour l'application des règlements techniques de la FINA.

MODE DE PARTICIPATION :

Tout nageur doit impérativement participer à deux épreuves individuelles (un 50 m et le 100 m 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. 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.

CLASSEMENT :

Pour être classé, chaque club doit participer à toutes les épreuves (individuelles et relais) et, dans ce cas, il peut présenter des équipes 2, 3, 4, etc. Seules les équipes complètes sont comptabilisées pour un classement général.

Le classement est établi au cumul des points obtenus à la table de cotation par chaque nageur, les points du relais ne sont pas doublés.

Le classement national des Interclubs Avenirs sera publié fin décembre, dans son intégralité. Toute compétition remontée sur le serveur fédéral après le 19 décembre ne sera pas prise en considération, sans aucun recours possible.

Cette compétition entre dans le cadre des compétitions par équipes octroyant des points au classement national des clubs.




RECOMPENSES :

Les 3 premières équipes Garçons et les 3 premières équipes Filles recevront des médailles.

FORFAITS ET OFFICIELS : Voir dispositions générales.



MEETING 1/2 FOND ET 4 NAGES DE L'ESSONNE

	Reporté en janvier 2024	
	BENJAMINS / JUNIORS / SENIORS	
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

