




CD-17 NATATION

Programme 2015 / 2016

EDITION DU 22/01/2016 V. M.

Jimmy PERSIGANT (Président du CD 17 Natation)


Piscine Lucien MAYLIN – Rue Léonce MAILHO
17000 LA ROCHELLE

 : 06.65.55.84.66

 : jimmy-persigant@orange.fr

Vanessa MAROLEAU (Présidente de la Commission Natation Course)

Piscine Jean LANGET – Rue Charles MAHER
17300 ROCHEFORT

 : 06.08.26.05.34

 : vanesmaroleau@gmail.com

Comité : POITOU-CHARENTES
Département : CHARENTE-MARITIME



Club	Coordonnées	Président	Educateurs
Canards Rochelais CR Natation / WP	Piscine Lucien MAYLIN Rue Léonce MAILHO 17 000 LA ROCHELLE 05 46 67 40 00 05 46 67 40 10 canards-rochelais@orange.fr	Christian RAUX 06 72 78 10 12	Loïc GENOT Jérémy JABOEUF Tibor VARGA Arnaud TEXIER Xavier MOURIER
Cercle des Nageurs de Saintes CNS Natation	Piscine L. STARZINSKY 1, cours Charles DE GAULLE 17100 SAINTES 05 46 93 60 49 05 46 98 95 98 cnssaintes17@gmail.com	Gérard BREIDENBACH 06 04 51 68 76	Jimi GUY Michel RINNA Jean-Marie VINCENT Sébastien VIOLLEAU
Club Aquatique de Haute Saintonge CAHS Natation	10, Chez Noël 17 500 ST GERMAIN DE LUSIGNAN 05 46 48 40 71 c.a.h.s@wanadoo.fr magdrou@wanadoo.fr	Jean REMBERT	Mélanie LIOGIER Béatrice SOLLAZZO
Nautique Club Angérien NCA Natation / WP	40, chemin des Portes Les Granges 17 400 St JEAN D'ANGELY 05 46 32 30 32 nautican@voila.fr	Jean-Philippe HECQUET 06.80.66.10.70	Virginie DUBIS
Oléron Natation Natation	rue des Combes Le grand d'eau 17 550 DOLUS D'OLERON 05 46 76 83 39 natation.oleron@gmail.com	Laurent GAUDIN	Laurent GAUDIN
Rochefort Neptune Club RNC Natation	8, allée du Cerisier 17620 ECHILLAIS 05 46 84 80 69 roch.neptune.club@wanadoo.fr	Michel JAUCOURT - PERROY 05 46 84 00 47 ou 06 66 63 85 92	Laurent PERROGON Gaylord RABILLER
Royan Océan Club ROC Natation / WP / Nat. Synchro.	Piscine Municipale 1, boulevard CLEMENCEAU 17200 ROYAN 05 46 23 34 21 mich.herthe@free.fr rocnatation@free.fr	Michel HERTHÉ 05 46 05 64 24 ou 06 19 10 02 12	Michel HERTHÉ Fabrice MONFOUGA Marine DRU

Club	Educateurs	Téléphone	Mail
Canards Rochelais CR	Loïc GENOT : Jérémy JABOEUF : Tibor VARGA : Arnaud TEXIER : Xavier MOURIER :	06.63.02.34.24 06.63.32.79.75 06.64.23.35.15 06 64 11 10 43 06 14 53 12 12	jeremyjaboeuf@hotmail.com xavier.mourier@sfr.fr
Cercle des Nageurs de Saintes CNS	Jimi GUY : Michel RINNA : Jean-Marie VINCENT : Sébastien VIOLLEAU :	06 61 19 82 31 06 10 38 31 40 06 75 86 89 38 06 16 72 43 52	jidji14@hotmail.fr michel.rinna@club-internet.fr vincjean@hotmail.fr comics176@gmail.com
Club Aquatique de Haute Saintonge CAHS	Mélanie LIOGIER : Béa SOLLAZZO :	06 78 39 30 86 06 50 44 72 35	wgr5mel@hotmail.com bea4681@gmail.com
Nautique Club Angérien NCA	Virginie DUBIS :	06 58 11 68 86	virginie.dubis@gmail.com
Oléron Natation	Laurent GAUDIN :	05 46 76 83 39	
Rochefort Neptune Club RNC	Laurent PERROGON : Gaylord RABILLER :	06 30 41 65 77 06 58 59 11 17	glmperrogon@hotmail.fr gaylord.rabiller@icloud.com
Royan Océan Club ROC	Michel HERTHÉ Fabrice MONFOUGA : Marine DRU :	06 19 10 02 12 06 84 33 08 62 06 43 40 07 24	mich.herthe@free.fr monfougafabrice@gmail.com drumarine@live.fr

CONDITIONS GENERALES

TECHNIQUE :

Départs :

- La règle d'un seul départ sera appliquée pour l'ensemble des compétitions individuelles
- La règle de 2 départs sera appliquées pour l'ensemble des compétitions des avenirs / poussins ainsi que les compétitions par équipe.

Caractéristiques des piscines de Charente-Maritime :

- Rochefort & Saintes : 5 couloirs x 25m
- Royan & St Jean d'Y : 6 couloirs x 25m
- La Rochelle : 8 couloirs x 50m ou 20 couloirs x 20m

ENGAGEMENTS :

Les engagements des compétitions devront être saisis uniquement avec le logiciel **EXTRANAT**, en respectant la date limite mentionnée sur le règlement.

GESTION DES COMPETITIONS :

Les compétitions seront gérées uniquement avec **EXTRANAT-POCKET**.

MODIFICATIONS :

Les modifications d'équipe ou forfait devront être signifiés par écrit, en utilisant les formulaires prévus et remis au secrétariat informatique de la compétition.

Pour les compétitions par équipes, les modifications dans la composition des équipes seront acceptées **½ heure au plus tard avant le début de la compétition**. Passé ce délai, plus aucune modification ne pourra être prise en compte.

Pour les compétitions individuelles, seuls les forfaits justifiés par un certificat médical seront remboursés.

PROGRAMME ET START-LIST :

Toutes les informations relatives aux compétitions seront diffusées sur le site du Comité Départemental.

ANNULATION COMPETITION :

En cas d'intempéries météorologiques, seuls le Président du Comité Départemental et la Présidente de la Commission Natation Course décideront de maintenir ou non la compétition, et en informeront les Présidents de clubs via le site du Comité Départemental la veille de la compétition avant 22 heures.

En cas d'alerte rouge, la compétition est automatiquement annulée.

Tous les lieux désignés pour les compétitions, les journées d'animation ENF et les passages des tests ENF sont indiqués sous réserve de disponibilités des bassins.

MONTANTS DES DROITS D'ENGAGEMENTS :

- *Compétition individuelle* : **0,50€** / épreuve & **1€** / relais
- *Compétition par équipe* : **10€** / équipe

Afin de faciliter le travail de la trésorière du CD17, les clubs recevront un état récapitulatif des frais des engagements en fin de saison (début juillet, après le championnat départemental été) dont le règlement devra intervenir **avant le 30 juillet 2016**.

RESULTATS :

Une fois la compétition terminée et la composition du jury saisie, dans la partie post-compétition, un bouton vous permettra de remonter les résultats directement vers le serveur (il faut bien sûr, à ce moment-là, disposer d'une connexion internet). Les résultats seront ainsi rapidement intégrés sur le serveur ; ceux-ci seront mis dès le lendemain sur le site du Comité régional dans la rubrique « résultats ».

Les nageurs disqualifiés doivent apparaître dans les résultats avec le code correspondant. Ceux-ci doivent dans tous les cas être signés par le juge arbitre de la compétition le jour même.

Le club gestionnaire d'une compétition départementale doit envoyer, le soir même ou au plus tard le **lundi suivant la compétition, les résultats au format FFNex à :**

- Vanessa Maroleau : vanesmaroleau@gmail.com
- Laurette Berton : bertonlaurette@orange.fr

Les compositions du jury (sur le formulaire régional au format EXCEL uniquement, une feuille de jury par réunion) devra être envoyée au plus tard le lundi suivant la compétition à :

- Karl Boucquaert : karl.boucquaert@wanadoo.fr
- Patrick Rouger : patrickrouger@sfr.fr
- Nathalie Lagleyre : nathalie.lagleyre@hotmail.fr

RECOMPENSES :

Les récompenses (médailles, trophées & coupes) restent à la charge du CD17.

Un de ses représentants les apportera sur les lieux de compétitions.

Les catégories récompensées sont les avenirs, poussins, benjamins, minimes et les cadets.

Pas de récompenses pour les catégories juniors et seniors.

OFFICIELS :

Les premières compétitions départementales représentent des occasions pour étoffer le nombre d'officiels dans notre comité, les chronométreurs ayant fait défaut à plusieurs reprises la saison passée.

Il suffit pour se présenter d'avoir **14 ans minimum**, de se munir de deux photos d'identité et de se porter candidat auprès du CD 17 à l'aide de l'imprimé spécifique diffusé auprès des clubs.

Les clubs participants aux compétitions sont tenus de présenter :

- 1 officiel de 1 à 5 nageurs engagés
- 2 officiels de 6 à 10 nageurs engagés
- 3 officiels de 11 à 20 nageurs engagés...

Il est obligatoire pour le juge arbitre de remplir une feuille de jury par réunion.

Le Juge Arbitre peut, et se doit, d'annuler la compétition dans la mesure où il ne peut réunir un jury.



Amende de 10€ par officiel manquant, applicable pour toutes les compétitions inscrites au calendrier départemental, redevables en fin de saison. Les factures seront éditées en fin de saison et seront payables dans le mois suivant réception.

SELECTIONS DEPARTEMENTALES

⇒ L'Esprit d'équipe

BENJAMINS :

La sélection départementale participera à La Coupe de France des Départements (CFD) les Samedi 18 et dimanche 19 juin 2016 à Saint Junien.

L'éducateur référent : Loïc GENOT

Les équipes (filles & garçons) sont composées de 10 titulaires + 1 remplaçant.

Une pré-sélection sera effectuée à l'issue de la 3^{ème} étape du Natathlon (13 mars 2016).

Un déplacement commun des 26 nageurs (ses) sur un meeting est à l'étude. (7&8 mai à Poitiers)

La sélection définitive sera basée sur les rankings des nageurs.

ENF

A compter de la saison sportive 2013-2014, les nageurs (ses) nés(es) en 2004 et après auront l'obligation d'être titulaire de l'ensemble du dispositif ENF (Sauv'nage, pass'sports de l'eau et le pass'compétition) pour intégrer les différentes compétitions.

Nous vous rappelons que les démarches liées à la mise en œuvre du concept de l'ENF réclament que votre structure soit agréée ENF.

Sauv'Nage :

Organisation propre à chaque club.

Déclaration auprès de Vanessa Maroleau vanesmaroleau@gmail.com (dans l'attente d'un référent départemental ENF) 1 semaine avant.

Pass'Sports de l'Eau :

Pour les titulaires du Sauv'Nage, des intervenants du département extérieurs au club demandeur, se déplaceront dans la structure afin d'évaluer les enfants.

Ceci permettra de faire de petites sessions de Pass'Sport de l'Eau, et de bien mettre les enfants en valeur et dans la réussite.

Le programme reprend les 5 épreuves du « Pass'Sports de l'Eau » :

- Natation Course
- Water-polo
- Natation Synchronisée
- Nage avec palmes
- Plongeon

	Créneaux disponible pour évaluer	Créneaux nécessaires
NCA DUBIS Virginie ENF2	Samedi de 15h à 18h Mercredi 16h à 19h	3 Samedis avant les vacances de 13h à 14h30 ou de 10h30 à 12h
Canards La Rochelle MOURIER Xavier ENF2	Tous les jours à tous les horaires (fonction de mes disponibilités)	Lundi 17h-18h30 Mercredi 15h-17h15 Vendredi 17h-18h30 (fonction de l'avancement)

Étapes qualificatives pour le Pass'Compétition Natation Course.



Afin de garantir une organisation optimale dans le déroulement de ces épreuves, Présence d'un nombre suffisant d'évaluateurs titulaires ENF 2 (1 par club, 2 si plus de 20 nageurs).

Remise des diplômes « Pass'Sports de l'Eau » pour les nageurs (ses) ayant présenté et passé avec succès 3 épreuves.

Vanessa Maroleau sera en charge de rentrer les résultats des Pass'Sport de l'Eau sur Extranat ; il conviendra donc de lui adresser les résultats par mail.

Pass'Compétition :

Pour les titulaires du Pass'sports de l'Eau, des sessions sont organisées dans notre région : **dates en attente de validation par la commission régionale ENF**

■ Pass'Compétition Natation Course

- 1).10 et 11 octobre à Poitiers
- 2) 17 octobre à saint jean 18h / 20h
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)
- 8)
- 9)

Réalisation d'un 100 m nagé dans l'ordre des 4 nages à savoir : papillon, dos, brasse, crawl.

Remise des diplômes «Pass'Compétition Natation Course» pour leur nageur (ses) ayant réussi l'épreuve avec succès.

■ Pass'Compétition Natation Synchronisée

- 1)

■ Pass'Compétition Water-Polo

- 1)

■ Pass'Compétition Eau libre

- 1)

1/2 Journée d'animation ENF :

½ journée d'animation à vocation pluridisciplinaires, afin de développer des compétences et habiletés motrices en s'appuyant sur l'ensemble des disciplines.

Chaque club doit communiquer sa capacité d'accueil, les clubs devront adresser leurs engagements à l'organisateur ainsi qu'au référent ENF pour le lundi qui précède la manifestation. L'objectif étant que l'organisateur édite la liste dès le mercredi.

Les enfants seront regroupés par équipe de club ou mixte selon le nombre de participants (environ 8 par équipe) et devront réaliser plusieurs relais, selon leur niveau (titulaire du Sauv'nage : journée d'animation – titulaire du Pass'Sport : journée découverte) avec des tâches différentes au cours des 3 journées d'animation. Ils évolueront sous la responsabilité d'1 ou 2 parents.

Un goûter sera offert par le CD 17 à l'issue de la journée.

- **1) 15 novembre 2015** : La Rochelle ?
- **2) 7 février 2016** : St Jean d'Angély ; ouverture des portes 13h30
- **3) 1^{er} mai 2016** : Saujon ?

Programme niveau Sauv'nage :

	JOURNEE 1	JOURNEE 2	JOURNEE 3
RELAIS 1 (Natation de course)	1 ^{er} : Battements sur le dos 2 ^{ème} : Battements sur le ventre	Torpille avec roulade sur tapis	Une traversée en crawl roulade au milieu
RELAIS 2 (Nage avec Palmes)	Traversée avec recherche d'un objet au milieu (sans matériel)	Traversée avec recherche d'un objet au milieu avec palmes	Traversée avec recherche d'un objet au milieu avec palmes et tubas
RELAIS 3 (Water polo et Nat. Synchro.)	Traversée avec un ballon	Traversée en godille	Traversée avec ballon puis retour godille avec le ballon sur les jambes

Programme niveau Pass'Sport de l'Eau :

	JOURNEE 1	JOURNEE 2	JOURNEE 3
RELAIS 1 (Natation de course)	1 ^{er} : relais Crawl culbute 2 ^{ème} : relais Dos culbute	1 ^{er} : Allée en Br retour en Cr 2 nd : allée en pap retour en dos	Une traversée dans chaque nage pour chaque nageur toujours en relais
RELAIS 2 (Nage avec Palmes)	Aller en ondulation retour en battement avec palmes et tuba	Aller et retour en Crawl avec passage sous obstacle en palmes et tuba	Aller et retour en crawl en palmes et tuba avec un passage de plot à plot en apnée
RELAIS 3 (water polo et nat. Synchro.)	Balle brûlante	Tournoi de mini polo	Figure géante de synchro par club avec photo mise sur site comité dép
Relas 4 : Fond – 1500m Endurance de vitesse	Ligne doublé Equipe de 5 Relais 50m – ou 25m 1500 pour 5 1200 pour 4	Ligne doublé Equipe de 5 Relais 50m – ou 25m 1500 pour 5 1200 pour 4	Ligne doublé Equipe de 5 Relais 50m – ou 25m 1500 pour 5 1200 pour 4

PROGRAMME SPORTIF



Rappel :

Le programme est susceptible d'évoluer en cours de saison.

Bonne Saison à toutes et à tous.



Interclubs 11 ans & moins – Plot n°1			
	Compétition d'animation		 25m
	15 Novembre 2015		Rochefort
	A/P	Compétition par équipe	
	Engagements par extraNat.fr avant le mardi 10 Novembre 2015 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :



Relais mixtes : 2 filles – 2 garçons

PROGRAMME ET HORAIRE :




Pour le programme, voir le programme du championnat départemental ½ fond (page12) :

***En rouge, programme de la catégorie 11 ans et –**

Possibilité de nager une épreuve supplémentaire, à savoir un 400 NL, si et uniquement si le nageur est capable de le réaliser en moins de 10 minutes. Les séries pourront être doublées.

RECOMPENSES :

Coupes pour les 5 premières équipes au cumul des 4 épreuves.
Médailles aux 3 premiers du 400 NL.

Championnat Départemental Hiver 1/2 fond			
	Compétition qualificative		 25m
	15 Novembre 2015		Rochefort
	M/C/J/S	Compétition individuelle	
	Engagements par extraNat.fr avant le mardi 10 Novembre 2015 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.



Journée qualificative pour les Championnats Régionaux 25m.

Possibilité aux nageurs de catégories 11 ans et – de participer à un 400 NL.

PROGRAMME ET HORAIRE :





15 Novembre 2015 OP : 13h30 / DE : 14h30
1500 NL Mixte 4 X 50 4N
400 4N Dames
400 4N Messieurs 4 X 50 Brasse
800 NL Mixte (2 séries) 4 X 50 Papillon
800 NL Mixte (2 séries) 4 X 50NL
800 NL Mixte 400 NL mixte (tps maxi 10 min)

***En rouge, programme de la catégorie 11 ans et –**

Pour les épreuves des 800 et 1500 NL, les séries pourront être doublées.

RECOMPENSES :

Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve.

Championnat Départemental Hiver 1/2 fond			
	Compétition d'animation		 25m
	15 Novembre 2015		Rochefort
	B	Compétition individuelle	
	Engagements par extranat.fr avant le mardi 10 Novembre 2015 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.



Les Benjamins sont soumis à la réalisation de 2 temps de la grille de qualification ci-dessous.




Epreuves	Benjamines		Epreuves	Benjamins	
	2003	2004		2003	2004
100 NL	1.2018	1.2806	100 NL	1.1861	1.2590
200 NL	2.5122	3.0611	200 NL	2.4748	3.2041
800 NL	12.2398	13.1688	800 NL	12.0315	13.0416
100 DOS	1.3064	1.3798	100 DOS	1.2946	1.3593
200 DOS	3.0660	3.1922	200 DOS	3.0961	3.3484
100 BR	1.4216	1.4891	100 BR	1.4115	1.4927
200 BR	3.3146	3.4525	200 BR	3.2680	4.1320
100 PAP	1.3488	1.4225	100 PAP	1.3105	1.4095
200 PAP	3.2439	3.3905	200 PAP	3.1774	3.4697
400 4N	6.4375	7.0427	400 4N	6.3478	6.5693

PROGRAMME ET HORAIRE :

Voir le programme du championnat départemental hiver Minimes et + (page 12)

RECOMPENSES :

Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve.

Championnat Départemental Hiver			
	Compétition qualificative		 25m
	22 Novembre 2015		Saintes
	M/C/J/S	Compétition individuelle	
	Engagements par extraNat.fr avant le mardi 17 Novembre 2015 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.



Journée qualificative pour les Championnats Régionaux 25m.

PROGRAMME ET HORAIRE :

22 Novembre 2015 OP : 7h30 / DE : 8h30	22 Novembre 2015 OP : 14h00 / DE : 15h00
50 Brasse	200 4N
200 NL	50 DOS
50 PAP	100 PAP
100 DOS	400 NL séries rapides
400 NL séries lentes	100 BR
200 BR	200 DOS
50 NL	100 NL
200 PAP	

RECOMPENSES :

Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve.

Championnat Départemental Hiver

	Compétition d'animation		25m
	22 Novembre 2014		Saintes
	B	Compétition individuelle	
	Engagements par extranat.fr avant le mardi 17 Novembre 2015, 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :



Les Benjamins sont soumis à la réalisation de 2 temps de la grille de qualification ci-dessous :

Epreuves	Benjamines		Epreuves	Benjamins	
	2003	2004		2003	2004
100 NL	1.2018	1.2806	100 NL	1.1861	1.2590
200 NL	2.5122	3.0611	200 NL	2.4748	3.2041
800 NL	12.2398	13.1688	800 NL	12.0315	13.0416
100 DOS	1.3064	1.3798	100 DOS	1.2946	1.3593
200 DOS	3.0660	3.1922	200 DOS	3.0961	3.3484
100 BR	1.4216	1.4891	100 BR	1.4115	1.4927
200 BR	3.3146	3.4525	200 BR	3.2680	4.1320
100 PAP	1.3488	1.4225	100 PAP	1.3105	1.4095
200 PAP	3.2439	3.3905	200 PAP	3.1774	3.4697
400 4N	6.4375	7.0427	400 4N	6.3478	6.5693

PROGRAMME ET HORAIRE :

22 Novembre 2015 OP : 7h30 / DE : 8h30	22 Novembre 2015 OP : 14h00 / DE : 15h00
50 Brasse	200 4N
200 NL	50 DOS
50 PAP	100 PAP
100 DOS	400 NL séries rapides
400 NL séries lentes	100 BR
200 BR	200 DOS
50 NL	100 NL
200 PAP	

RECOMPENSES :

Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve.

Interclubs 11 ans & moins – Plot n°2			
	Compétition d'animation		 25m
	13 Février 2016		Saintes
	A/P	Compétition par équipe	
	Engagements par extranat.fr avant le mardi 9 février 2016 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Possibilité pour les nageurs de participer à une épreuve supplémentaire à savoir un 200 4N.



Relais par sexe : filles et garçons séparés


PROGRAMME ET HORAIRE :

Samedi 13 février 2016 OP : / DE :
4 X50 4N
4 X 50 Brasse
4 X 50 Papillon
4 X 50 NL
200 4N

Pauses entre les épreuves, selon les effectifs.

RECOMPENSES :

Coupes pour les 5 premières équipes au cumul des 4 épreuves.
Pour 200 4N, une médaille aux 3 premiers.

CD 17 – 50m – Journée 1			
	Compétition d'animation		 50m
	14 Février 2016		La Rochelle
	M/C/J/S	Compétition individuelle	
	Engagements par extranat.fr avant le mardi 9 février 2016 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité afin de permettre aux nageurs de se préparer au N2 en bassin de 50m.






1€ l'épreuve pour les nageurs licenciés en dehors du département.

PROGRAMME ET HORAIRE :

Dimanche 14 février 2016 OP : 13h30 / DE : 14h30
400 NL
50 Dos
50 Brasse
200 4N
1500 NL
200 Dos
100 Pap
200 Brasse
100 NL

RECOMPENSES :

Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve.

CD 17 – 50m – Journée 2			
	Compétition d'animation		 50m
	6 mars 2016		La Rochelle
	M/C/J/S	Compétition individuelle	
	Engagements par extranat.fr avant le mardi 1^{er} mars 2016 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité afin de permettre aux nageurs de se préparer au N2 en bassin de 50m.







1€ l'épreuve pour les nageurs licenciés en dehors du département.

PROGRAMME ET HORAIRE :

Dimanche 6 mars 2016 OP : 13h30 / DE : 14h30
400 4N
50 NL
50 Pap
800 NL
100 Dos
200 Pap
100 Brasse
200 NL

RECOMPENSES :

Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve.

Poussathlon – Plot n°1			
	Compétition d'animation		 25m
	12 Mars 2016		Saintes
	A/P	Compétition individuelle	
	Engagements par extranat.fr avant le mardi 8 Mars 2016 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 200 NL obligatoire pour les 2006 et moins.

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 400 NL obligatoire pour les nageurs nés en 2005.







PROGRAMME ET HORAIRE :

Samedi 5 mars 2016 OP : / DE :
400 NL Mixte – 11 ans 200 NL Mixte – 10 et moins 100 Papillon D/M 50 Papillon D/M 100 Dos D/M 50 Dos D/M 100 Brasse D/M 50 Brasse D/M 100 NL D/M 50 NL D/M

Pour les épreuves des 400 et 200 NL, les séries pourront être doublées.

RECOMPENSES :

Pas de récompense

Meeting 17 Open			
	Compétition qualificative		 25m
	27/28 mars 2016		Rochefort
	B/M/C/J/S	Compétition individuelle	
	Engagements par extranat.fr avant le mardi 22 mars 2016 à 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :



Journée qualificative pour les Championnats Régionaux Eté

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.







1€ l'épreuve pour les nageurs licenciés en dehors du département.

PROGRAMME ET HORAIRE :

Dimanche 27 mars OP : 8h00 / DE : 9h00	Dimanche 27 mars OP : 13h30 / DE : 14h30	Lundi 28 mars OP : 8h00 / DE : 9h00	Lundi 28 mars OP : 13h30 / DE : 14h30
800 NL D séries lentes 100 Papillon 800 NL D série rapide ? 100 Dos 1500 NL M séries lentes 100 Brasse 1500 NL M série rapide ? 100 Nage Libre	200 Dos 50 Nage Libre 400 4N D 50 Brasse 400 4N M 50 Dos 200 NL D 50 Papillon 200 NL M	800 NL M séries lentes Finale 100 Papillon 800 NL M série rapide ? Finale 100 Dos 1500 NL D Finale 100 Brasse 200 Papillon Finale 100 NL 200 Brasse	400 NL D Finale 50 Papillon 400 NL M Finale 50 Dos 200 4ND Finale 50 Brasse 200 4N M Finale 50 NL

RECOMPENSES :

Classement en trois catégories : Benjamins, Minimes / Cadets et Juniors/Seniors.
Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve

Poussathlon – Plot n°2			
	Compétition d'animation		 25m
	10 avril 2016		Saint Jean d'Y
	A/P	Compétition individuelle	
	Engagements par extraNat.fr avant le mardi 5 avril 2016 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 200 NL obligatoire pour les 2006 et moins.

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 400 NL obligatoire pour les nageurs nés en 2005.







PROGRAMME ET HORAIRE :

Dimanche 10 avril OP : 13h30 / DE : 14h30
400 NL D/M
200 NL D/M
100 Papillon D/M
50 Papillon D/M
100 Dos D/M
50 Dos D/M
100 Brasse D/M
50 Brasse D/M
100 NL D/M
50 NL D/M

Pour les épreuves des 400 et 200 NL, les séries pourront être doublées.

RECOMPENSES :

Pas de récompense

Poussathlon – Plot n°3			
	Compétition d'animation		 25m
	29 mai 2015		Saintes
	A/P	Compétition individuelle	
	Engagements par extranat.fr avant le mardi 24 mai 2016 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 200 NL obligatoire pour les 2006 et moins.

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 400 NL obligatoire pour les nageurs nés en 2005.






PROGRAMME ET HORAIRE :

Dimanche 29 mai 2016 OP : 13h30 / DE : 14h30
400 NL D/M
200 NL D/M
100 Papillon D/M
50 Papillon D/M
100 Dos D/M
50 Dos D/M
100 Brasse D/M
50 Brasse D/M
100 NL D/M
50 NL D/M

Pour les épreuves des 400 et 200 NL, les séries pourront être doublées.

RECOMPENSES :

Une médaille sera remise à chaque participant ayant réalisé les 5 épreuves au cours des 3 Poussathlon (nageur complet).

Championnat Départemental Eté			
	Compétition d'animation		 25m ou 50m
	26 Juin 2016		St Jean d'Angély
	B/M/C/J/S	Compétition individuelle	
	Engagements par extraNat.fr avant le mardi 21 Juin 2016 à 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

A voir, lors de la prochaine réunion de l'ETD

PROGRAMME ET HORAIRE :

RECOMPENSES :

