

Programme Sportif

-

Saison Sportive 2021 - 2022



Contact :

Vanessa MAROLEAU
vanesmaroleau@gmail.com
06.08.26.05.34



école de natation française

- Sauv'Nage
- Pass'Sports de l'eau
- Journée Challenge ENF



Sauv'Nage :

Organisation propre à chaque club.

Déclaration auprès de Vanessa Maroleau vanesmaroleau@gmail.com 1 semaine avant.

Pass'Sports de l'eau :

Pour les titulaires du Sauv'Nage, Organisation en interne.

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

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

Les résultats seront regroupés et envoyés, par mail, pour saisie dans Extranat, à Vanessa Maroleau : vanesmaroleau@gmail.com aux dates suivantes :

- 2021
- 2022
- 2022

Journée Challenge :

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 réglementaire de la discipline.

Inscription des nageurs via EXTRANAT.

4 sessions d'une demi-journée sont proposées pour la saison 2020/2021 :

- 10 octobre 2021 (après-midi) : St Jean
- 12 décembre 2021 (matin) : St Jean
- 12 décembre 2021 (après-midi) : St Jean
- 6 février 2022 (après-midi) : Royan
- 10 avril 2022 (après-midi) : Saintes

Programme Sportif



CATEGORIES D'AGES :

- ✓ Les Avenirs
 - Filles 10 ans et moins (2012 et après)
 - Garçons 11 ans et moins (2011 et après)
- ✓ Les Jeunes : 3 années
 - Filles 11 à 13 ans (2011 2010 2009)
 - Garçons 12 à 14 ans (2010 2009 2008)
- ✓ Les Juniors: 4 années
 - Filles 14 à 17 ans (2008 2007 2006 2005)
 - Garçons 15 à 18 ans (2007 2006 2005 2004)
- ✓ Les Seniors:
 - Filles 18 ans et plus (2004 et avant)
 - Garçons 19 ans et plus (2003 et avant)

TECHNIQUE :

Départs :

- La règle d'un seul départ sera appliquée pour l'ensemble des compétitions individuelles
- La règle de 2 départs sera appliquée pour l'ensemble des compétitions des avenirs / jeunes 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 10 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 COMPÉTITIONS :

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

MODIFICATIONS :

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 ; A charge à chaque club d'imprimer son programme.

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 sont indiqués sous réserve de disponibilités des bassins.

MONTANTS DES DROITS D'ENGAGEMENTS :

Se référer au règlement des compétitions.

Afin de faciliter le travail du trésorier du CD17, les clubs recevront régulièrement un état récapitulatif des frais des engagements.

RESULTATS :

Les résultats seront au format FFNex et sous PDF, exportation complète de la compétition et de la composition du jury.

L'organisateur envoie dès le soir de la compétition les résultats sur le serveur fédéral, ceux-ci sont mis en ligne dès le lendemain sur le site du comité départemental 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.

Les résultats seront envoyés au plus tard le lundi suivant la compétition à :

- Vanessa Maroleau : vanesmaroleau@gmail.com

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 : cd17@ffnatationlna.fr

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.

Les clubs participants aux compétitions y compris le club organisateur sont tenus de présenter, par réunion :

- 2 officiels de 1 à 9 nageurs engagés
- 3 officiels à partir de 10 nageurs engagés...

Cet effectif ainsi défini ne comprend pas le jury de tête (juge arbitre, starter et juge de nage), les personnes à la chambre d'appel et à la saisie informatique.

Les clubs devront engager leurs officiels (A, B ou C) en même temps que les nageurs (outils comme Doodle, courriel...) jusqu'à l'activation du module des officiels dans ExtraNat.

Pour respecter une unicité vestimentaire, la tenue blanche, pour les officiels, est de rigueur.

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, redevable en fin de saison. Les factures seront éditées en fin de saison et seront payables dans le mois suivant réception.

Grilles d'accès Jeunes aux compétitions départementales Juniors / Seniors

Conditions d'accès : avoir réalisé 2 temps de la grille

GRILLES DE TEMPS LIMITE							
Filles	Jeune 1	Jeune 2	Jeune 3	Garçons	Jeune 1	Jeune 2	Jeune 3
	11 ans	12 ans	13 ans		12 ans	13 ans	14 ans
50 NL	00:40,72	00:36,74	00:33,75	50 NL	00:35,30	00:32,97	00:30,02
100 NL	01:29,49	01:20,03	01:12,23	100 NL	01:17,98	01:10,14	01:04,57
200 NL	03:10,73	02:53,37	02:38,46	200 NL	02:48,79	02:33,32	02:20,91
400 NL	07:08,62	06:04,82	05:39,48	400 NL	06:04,29	05:32,77	05:12,66
800 NL	14:20,05	13:03,88	11:28,07	1500 NL	23:41,40	21:44,10	20:22,28
50 DOS	00:48,10	00:42,07	00:40,02	50 DOS	00:42,46	00:40,01	00:35,79
100 DOS	01:41,25	01:31,03	01:22,29	100 DOS	01:29,21	01:22,32	01:15,00
200 DOS	03:52,57	03:19,63	03:03,19	200 DOS	03:18,78	03:08,76	02:45,90
50 BRASSE	00:52,47	00:46,89	00:43,88	50 BRASSE	00:48,50	00:43,46	00:39,60
100 BRASSE	01:51,08	01:39,44	01:34,92	100 BRASSE	01:44,15	01:32,29	01:24,47
200 BRASSE	04:04,71	03:40,15	03:26,61	200 BRASSE	03:57,49	03:45,31	03:12,91
50 PAPILLON	00:48,80	00:40,26	00:37,27	50 PAPILLON	00:41,82	00:36,98	00:32,94
100 PAPILLON	01:55,06	01:34,58	01:25,31	100 PAPILLON	01:36,28	01:23,51	01:13,93
200 PAPILLON	04:09,08	03:56,47	03:23,59	200 PAPILLON	03:51,78	03:23,11	03:01,52
200 4 Nages	03:50,96	03:19,02	03:01,81	200 4 Nages	03:15,23	02:55,41	02:42,31
400 4 Nages	07:14,64	07:00,33	06:28,84	400 4 Nages	06:57,83	06:22,94	06:07,71

Concernant les Jeunes, il est favorable de continuer à les intégrer aux programmes Juniors / Seniors en conservant la grille de temps.

Néanmoins, afin de ne pas les pénaliser, ils pourront continuer à nager dans leur catégorie également.

Journée Avenirs – Plot 1			
	Compétition qualificative		 25m
	10 octobre 2021		St Jean d'Y
	Avenirs	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve (Challenge : 2€ par nageur)	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 6 Octobre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Programme Avenir sur l'après-midi – 3 épreuves maximum par nageur (programme en noir)

En parallèle de la compétition, un challenge est organisé pour les nageurs non titulaires du Pass'Compétition (programme en bleu) – 3 épreuves maximum par nageur.

PROGRAMME ET HORAIRE :

10 octobre 2021 OP : 13h30 / DE : 14h30
50 PAP D/M 50 papillon / dos 50 DOS D/M 50 dos / brasse 50 BR D/M 25 brasse 50 NL D/M 25 nage libre 100 4N D/M 100 nage libre

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves

Journée Jeunes – Plot 1			
	Compétition qualificative		 25m
	17 octobre 2021		Royan
	Jeunes	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 13 Octobre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

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

PROGRAMME ET HORAIRE :

17 octobre 2021 OP : 07h30 / DE : 09h00	17 octobre 2021 OP : 13h30 / DE : 14h30
400 Nage Libre Dames 50 Papillon Messieurs 50 Papillon Dames 100 Dos Messieurs 100 Dos Dames 200 4 Nages Messieurs 200 4 Nages Dames 50 Brasse Messieurs 50 Brasse Dames 100 Nage Libre messieurs 100 Nage Libre Dames	400 Nage Libre Messieurs 100 Papillon Dames 100 Papillon Messieurs 50 Dos Dames 50 Dos Messieurs 200 Nage Libre Dames 200 Nage libre Messieurs 100 Brasse Dames 100 Brasse Messieurs 50 Nage Libre Dames 50 Nage Libre Messieurs

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves

Interclubs Départementaux TC			
	Compétition d'Animation		 25m
	11 novembre 2021		Rochefort
	TC	Compétition par équipe	
		Engagement : 10€ l'équipe à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le vendredi 6 Novembre 23h59		

PROGRAMME ET HORAIRE :

11 novembre 2021 OP : 8h00 / DE : 9h00	11 novembre 2021 OP : 13h00 / DE : 14h00
10 X 50 Nage Libre D 10 X 50 Nage Libre M	4 X 200 Nage Libre M
100 Dos D 200 Dos M 100 Brasse D 200 Brasse M 100 Nage Libre D 400 Nage Libre M 100 Papillon D 200 Papillon M 100 4 Nages D 200 4 Nages M	200 Dos D 100 Dos M 200 Brasse D 100 Brasse M 400 Nage Libre D 100 Nage Libre M 200 Papillon D 100 Papillon M 200 4 Nages D 100 4 Nages M
4 X 200 Nage Libre D	4 X 100 4 Nages D 4 X 100 4 Nages M

RECOMPENSES :

Coupe et médailles aux 3^{èmes} équipes.

1 ^{ère} Journée 1/2 fond			
	Compétition qualificative		 25m
	14 novembre 2021		Rochefort
	TC	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 10 Novembre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

400 4N, 800 et 1500 NL pour les jeunes, juniors et seniors
100 4N et 200 NL pour les avenirs

PROGRAMME ET HORAIRE :

14 novembre 2021 OP : 13h30 / DE : 14h30
200 Nage Libre Dames Avenirs 200 Nage Libre Mes. Avenirs
800 Nage Libre Dames Jeunes et+ 800 Nage Libre Mes. Jeunes et+
100 4 Nages Dames Avenirs 100 4 Nages Mes. Avenirs
400 4 Nages Dames Jeunes et+ 400 4 Nages Mes. Jeunes et+
1500 Nage Libre Dames Jeunes et+ 1500 Nage Libre Mes Jeunes et+

RECOMPENSES :

Par épreuve, les 3 premiers de chaque catégorie.

Journée Jeunes – Plot 2			
	Compétition qualificative		 25m
	21 novembre 2021		Royan
	Jeunes	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 17 Novembre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

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

PROGRAMME ET HORAIRE :

21 novembre 2021 OP : 07h30 / DE : 09h00	21 novembre 2021 OP : 13h30 / DE : 14h30
100 Papillon 200 Nage Libre 100 Brasse 100 Dos	50 Dos 100 Nage Libre 50 Brasse 200 4 Nages 50 Papillon 50 Nage Libre

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves

Championnat Juniors / Seniors – Plot 1			
	Compétition qualificative		 50m
	28 novembre 2021		La Rochelle
	Juniors & +	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 24 Novembre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

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





Accès à la catégorie Jeune sur grille de temps - 2 temps sont nécessaires pour participer à cette compétition.

PROGRAMME ET HORAIRE :

28 novembre 2021 OP : 7h30 / DE : 9h00	28 novembre 2021 OP : 13h00 / DE : 14h00
400 NL Dames 100 Papillon M et D 50 Dos M et D 200 NL Messieurs 100 BR D et M 200 Dos D et M 100 NL Dames 200 4N M et D 50 NL Messieurs	400 NL Messieurs 200 BR D et M 100 Dos D et M 50 Papillon D et M 200 NL Dames 50 BR M et D 100 NL Messieurs 200 Papillon D et M 50 NL Dames

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque épreuve

Journée Avenirs – Plot 2 A			
	Compétition qualificative		 25m
	12 décembre 2021 matin		St Jean
	Avenirs	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve (Challenge : 2€ par nageur)	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 8 Décembre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Programme Avenir sur la ½ journée – 3 épreuves maximum par nageur (programme en noir)

En parallèle de la compétition, un challenge est organisé pour les nageurs non titulaires du Pass'Compétition (programme en bleu) – 3 épreuves maximum par nageur.

PROGRAMME ET HORAIRE :

12 décembre 2021 OP : 08h00 / DE : 09h00
50 Papillon D/M 25 papillon
50 Dos D/M 25 dos
100 4 Nages D/M 100 4 nages
50 Brasse D/M 50 dos / brasse
50 Nage Libre D/M 50 brasse / nage libre

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves

Journée Avenirs – Plot 2 B			
	Compétition qualificative		 25m
	12 décembre 2021 AM		St Jean
	Avenirs	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve (Challenge : 2€ par nageur)	
	Engagements par extraNat.fr avant le mercredi 8 Décembre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Programme Avenir sur la ½ journée – 3 épreuves maximum par nageur (programme en noir)

En parallèle de la compétition, un challenge est organisé pour les nageurs non titulaires du Pass'Compétition (programme en bleu) – 3 épreuves maximum par nageur.

PROGRAMME ET HORAIRE :

12 décembre 2021 OP : 13h30 / DE : 14h30
50 Papillon D/M 50 papillon / dos 50 Dos D/M 50 dos / brasse 50 Brasse D/M 25 brasse 50 Nage Libre D/M 25 nage libre 100 4 Nages D/M 100 nage libre

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves

Journée Jeunes – Plot 3			
	Compétition qualificative		 25m
	30 janvier 2022		Rochefort
	Jeunes	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 26 janvier 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

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

Lors de cette 3^{ème} journée Jeunes, les avenirs pourront participer sur les épreuves de 100 mètres de spécialité réservés aux jeunes **si et seulement si** lors des 2 premiers plots avenirs les minimas sont réalisés à savoir :

- 50 Papillon : 1'00'00
- 50 Dos : 1'00'00
- 50 Brasse : 1'05'00
- 50 Nage Libre : 0'50'00







Ces nageurs, ainsi identifiés, pourront participer à 5 épreuves.

PROGRAMME ET HORAIRE :

30 janvier 2022 OP : 07h30 / DE : 09h00	30 janvier 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
200 Dos 100 Nage Libre 100 Papillon 400 Nage libre 100 Brasse 100 Dos	50 Papillon 200 Brasse 50 Nage Libre 200 Papillon 50 Dos 200 Nage Libre 50 Brasse 200 4 Nages

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves

2 ^{ème} Journée 1/2 fond			
	Compétition qualificative		 25m
	06 février 2022 matin		Royan
	TC	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extraNat.fr avant le mercredi 2 février 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

400 4N, 800 et 1500 NL pour les jeunes, juniors et seniors
100 4N et 200 NL pour les avenirs

PROGRAMME ET HORAIRE :

06 février 2022 OP : 07h30 / DE : 09h00
200 Nage Libre Dames Avenirs 200 Nage Libre Mes. Avenirs
800 Nage Libre Dames Jeunes et+ 800 Nage Libre Mes. Jeunes et+
100 4 Nages Dames Avenirs 100 4 Nages Mes. Avenirs
400 4 Nages Dames Jeunes et+ 400 4 Nages Mes. Jeunes et+
1500 Nage Libre Dames Jeunes et+ 1500 Nage Libre Mes Jeunes et+

RECOMPENSES :

Par épreuve, les 3 premiers de chaque catégorie.

Journée Avenirs – Plot 3			
	Compétition qualificative		 25m
	06 février 2022 AM		Royan
	Avenirs	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve (Challenge : 2€ par nageur)	
	Engagements par extraNat.fr avant le mercredi 2 février 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Programme Avenir sur la ½ journée – 3 épreuves maximum par nageur (programme en noir)







En parallèle de la compétition, un challenge est organisé pour les nageurs non titulaires du Pass'Compétition (programme en bleu) – 3 épreuves maximum par nageur.

PROGRAMME ET HORAIRE :

06 février 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
50 Papillon D/M 25 papillon
50 Dos D/M 25 dos
50 Brasse D/M 50 dos / brasse
50 Nage Libre D/M 50 brasse / nage libre
100 4 Nages D/M 100 nage libre

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves

Meeting de l'Océan – Plot 2			
	Compétition qualificative		 50m
	26 & 27 février 2022		La Rochelle
	Juniors & +	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 23 Février 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

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

Accès à la catégorie Jeune sur grille de temps - 2 temps sont nécessaires pour participer à cette compétition.

Chronométrage automatique

PROGRAMME ET HORAIRE :

26 février 2022 OP : 7h30 / DE : 9h00	26 février 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30	27 février 2022 OP : 7h30 / DE : 9h00	27 février 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
50 Papillon Séries 100 Dos Séries 800 NL 50 Brasse Séries 100 NL Séries	Relais 4 X 100 NL 50 Papillon Finales B et A 200 Brasse 100 Dos Finales B et A 400 4N 50 Brasse Finales B et A 200 Papillon 100 NL Finales B et A	100 Papillon Séries 50 Dos Séries 400 NL 100 Brasse Séries 50 NL Séries	1500 NL 50 Dos Finales B et A 200 4N 100 Papillon Finales B et A 200 NL 100 Brasse Finales B et A 200 DOS 50 NL Finales B et A

RECOMPENSES :

Finales A & B, toutes catégories sur les 50 et 100 mètres
Classement au temps TC pour toutes les autres épreuves.

Journée Jeunes – Plot 4			
	Compétition qualificative		 25m
	13 mars 2022		Royan
	Jeunes	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extraNat.fr avant le mercredi 09 Mars 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

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

Lors de cette 4ème journée Jeunes, les avenir pourront participer sur les épreuves de 100 mètres de spécialité réservés aux jeunes **si et seulement si** lors des 3 premiers plots les minimas sont réalisés à savoir :

- 50 Papillon : 01'00'00
- 50 Brasse : 1'05'00
- 50 Dos : 1'00'00
- 50 Nage Libre : 0'50'00

De même, ils pourront s'engager sur le 200 NL, si et seulement si lors du 3ème plot le minima est réalisé à savoir :

- 100 Nage Libre : 1'45'00

Ces nageurs, ainsi identifiés, pourront participer à 5 épreuves.

PROGRAMME ET HORAIRE :

13 mars 2022 OP : 8h00 / DE : 9h00	13 mars 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
200 Dos	50 Brasse
100 Brasse	100 Dos
50 Papillon	200 NL
200 4N	100 Papillon
50 Dos	200 Brasse
100 NL	50 NL
200 Papillon	

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves.

Journée Avenirs – Plot 4			
	Compétition qualificative		 25m
	10 avril 2022		Saintes
	Avenirs	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve (Challenge : 2€ par nageur)	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 6 Avril 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Programme Avenir sur la ½ journée – 3 épreuves maximum par nageur (programme en noir)

En parallèle de la compétition, un challenge est organisé pour les nageurs non titulaires du Pass'Compétition (programme en bleu) – 3 épreuves maximum par nageur.

PROGRAMME ET HORAIRE :

10 avril 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
50 Papillon D/M 50 papillon / dos 50 Dos D/M 25 dos 50 Brasse D/M 50 brasse / nage libre 50 Nage Libre D/M 25 nage libre 100 4 Nages D/M 100 4 nages

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves.

Meeting de l'Atlantique – Plot 3			
	Compétition qualificative		 50m
	7 & 8 mai 2022		La Rochelle
	Juniors & +	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 4 mai 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

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

*Les horaires sont à titre indicatif et peuvent faire l'objet de modifications en fonction du nombre de participants et de la durée des réunions.

**Les pauses de 20 min sont prévues pour faciliter la récupération active ou la remise à l'eau/échauffement afin de pallier le manque de bassin de récupération.

PROGRAMME ET HORAIRE :

07 mai 2022 OP : 08h00 / DE : 9h15	07 mai 2022 OP : 14h30 / DE : 15h45	08 mai 2022 OP : 07h45 / DE : 09h00	08 mai 2022 OP : 13h30 / DE : 14h45
50 DOS D/M séries 50 BR D/M séries 100 PAP D/M séries 200 NL D/M séries PAUSE 20 min-** 800 NL D/M 200 DOS D/M 50 NL D/M séries Récompenses 800 NL et 200 DOS	400 4N 50 DOS D/M finales B/A 50 BR D/M finales B/A 200 NL D/M finales B/A Récompenses 400 4N, 50 DOS, 50 BR et 200 NL PAUSE 20 min- 200 BR D/M 50 NL D/M finales B/A Récompenses 200 BR et 50 NL	100 NL D/M séries 200 PAP D/M 100 BR D/M séries Récompenses 200 PAP PAUSE 20 min- 100 DOS D/M séries 1500 NL D/M 50 PAP D/M séries Récompenses 1500 NL	100 BR D/M finales B/A 400 NL D/M 100 DOS D/M finales B/A Récompenses 100 BR, 400 NL et 100 DOS PAUSE 20 min- 100 NL D/M finales B/A 200 4N D/M 50 PAP D/M finales B/A Récompenses 100 NL, 200 4N et 50 PAP

RECOMPENSES :

Finales A & B, toutes catégories sur les 50 et 100 mètres
Classement au temps TC pour toutes les autres épreuves

Interclubs Avenirs - Interclubs Jeunes			
	Compétition qualificative		 25m
	15 mai 2022		St Jean
	Avenirs / Jeunes	Compétition par équipe	
		Engagement : 10€ l'équipe à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 11 Mai 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

PROGRAMME ET HORAIRE :

15 mai 2022 OP : 8h00 / DE : 9h30	15 mai 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
R. 4X200 NL J D	R. 4X100 4N J D
R. 4X50 NL A D/M	100 PAP J M
R. 4X100 4N J M	100 4N A D
100 4N A M	100 BR J D
100 PAP J D	50 PAP A D/M
100 BR J M	50 NL A D/M
50 BR A D/M	100 NL J M
50 DOS A D/M	100 DOS J D
100 NL J D	R. 4X50 4N A D/M
100 DOS J M	R. 4X200 NL J M

RECOMPENSES :

Coupe et médailles aux 3 premières équipes de chaque catégorie

Coupe du nageur Complet – Plot 4			
	Compétition qualificative		 25m
	19 juin 2022		Montlieu la Garde
	Juniors / Seniors	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 15 Juin 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Accès à la catégorie Jeune sur grille de temps - 2 temps sont nécessaires pour participer à cette compétition.

PROGRAMME ET HORAIRE :

19 juin 2022 OP : 8h00 / DE : 9h00	19 juin 2022 OP : 13h00 / DE : 14h00
200 4N	200 NL
100 Dos	50 Dos
50 Brasse	100 Papillon
100 NL	50 NL
50 Papillon	100 Brasse

RECOMPENSES :

3 premiers de chacun des challenges suivants :

- 200 4N + 4 X 50m de spécialité
- 200 NL + 4 X 100m de spécialité

Journée Avenirs – Plot 5			
	Compétition qualificative		 25m
	09 Octobre 2022		
	Avenirs	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€50 l'épreuve (Challenge : 2€50 par nageur) à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 5 Octobre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Programme Avenir sur la ½ journée – 3 épreuves maximum par nageur (programme en noir)


En parallèle de la compétition, un challenge est organisé pour les nageurs non titulaires du Pass'Compétition (programme en bleu) – 3 épreuves maximum par nageur.

PROGRAMME ET HORAIRE :

09 Octobre 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
<p style="color: #0070C0;">50 papillon / dos</p> <p>50 Papillon D/M</p> <p style="color: #0070C0;">25 papillon</p> <p>50 Dos D/M</p> <p style="color: #0070C0;">25 dos</p> <p>100 4 Nages D/M</p> <p style="color: #0070C0;">100 nage libre</p> <p>50 Brasse D/M</p> <p style="color: #0070C0;">50 brasse / nage libre</p> <p>50 Nage Libre D/M</p>

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves.

Journée Jeunes – Plot 5			
	Compétition qualificative		 25m
	16 Octobre 2022		
	Jeunes	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€50 l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 12 Octobre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

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

Lors de cette 4ème journée Jeunes, les avenirs pourront participer sur les épreuves de 100 mètres de spécialité réservés aux jeunes **si et seulement si** lors des 3 premiers plots les minima sont réalisés à savoir :

- 50 Papillon : 01'00'00
- 50 Brasse : 1'05'00
- 50 Dos : 1'00'00
- 50 Nage Libre : 0'50'00

De même, ils pourront s'engager sur le 200 NL, si et seulement si lors du 3ème plot le minima est réalisé à savoir :

- 100 Nage Libre : 1'45'00


Ces nageurs, ainsi identifiés, pourront participer à 5 épreuves.

PROGRAMME ET HORAIRE :

16 octobre 2022 OP : 8h00 / DE : 9h00	16 octobre 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
400 Nage Libre Dames 200 Nage Libre Messieurs 50 Papillon 100 Dos 200 4 Nages 50 Brasse 100 Nage Libre	400 NL Messieurs 200 NL Dames 100 Papillon 50 Dos 100 Brasse 50 Nage Libre 200 Dos

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves.

3 ^{ème} Journée 1/2 fond			
	Compétition qualificative		 25m
	23 octobre 2022		Rochefort
	TC	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€50 l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 19 Octobre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :







400 4N, 800 et 1500 NL pour les jeunes, juniors et seniors
100 4N et 200 NL pour les avenirs

PROGRAMME ET HORAIRE :

23 octobre 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
200 Nage Libre Dames Avenirs 200 Nage Libre Mes. Avenirs
800 Nage Libre Dames Jeunes et+ 800 Nage Libre Mes. Jeunes et+
100 4 Nages Dames Avenirs 100 4 Nages Mes. Avenirs
400 4 Nages Dames Jeunes et+ 400 4 Nages Mes. Jeunes et+
1500 Nage Libre Dames Jeunes et+ 1500 Nage Libre Mes Jeunes et+

RECOMPENSES :

Par épreuve, les 3 premiers de chaque catégorie.

Interclubs Départementaux TC			
	Compétition d'Animation		 25m
	11 novembre 2022		Rochefort
	TC	Compétition par équipe	
		Engagement : 15€ l'équipe à payer au CD17	
	Engagements par extraNat.fr avant le lundi 7 Novembre 23h59		

PROGRAMME ET HORAIRE :

11 novembre 2022 OP : 8h00 / DE : 9h00	11 novembre 2022 OP : 13h00 / DE : 14h00
10 X 50 Nage Libre D 10 X 50 Nage Libre M	4 X 200 Nage Libre M
100 Dos D 200 Dos M 100 Brasse D 200 Brasse M 100 Nage Libre D 400 Nage Libre M 100 Papillon D 200 Papillon M 100 4 Nages D 200 4 Nages M	200 Dos D 100 Dos M 200 Brasse D 100 Brasse M 400 Nage Libre D 100 Nage Libre M 200 Papillon D 100 Papillon M 200 4 Nages D 100 4 Nages M
4 X 200 Nage Libre D	4 X 100 4 Nages D 4 X 100 4 Nages M

RECOMPENSES :

Coupe et médailles aux 3^{èmes} équipes.

Journée Jeunes – Plot 6			
	Compétition qualificative		 25m
	27 Novembre 2022		
	Jeunes	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€50 l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 23 Novembre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

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

Lors de cette 4ème journée Jeunes, les avenirs pourront participer sur les épreuves de 100 mètres de spécialité réservés aux jeunes **si et seulement si** lors des 3 premiers plots les minimas sont réalisés à savoir :

- 50 Papillon : 01'00'00
- 50 Brasse : 1'05'00
- 50 Dos : 1'00'00
- 50 Nage Libre : 0'50'00

De même, ils pourront s'engager sur le 200 NL, si et seulement si lors du 3ème plot le minima est réalisé à savoir :

- 100 Nage Libre : 1'45'00

Ces nageurs, ainsi identifiés, pourront participer à 5 épreuves.

PROGRAMME ET HORAIRE :

27 novembre 2022 OP : 8h00 / DE : 9h00	27 novembre 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
50 Dos	200 4 Nages
400 Nage Libre	100 Dos
50 Brasse	50 Papillon
200 Dos	200 Nage Libre
100 Papillon	100 Brasse
200 Brasse	200 Papillon
100 Nage Libre	50 Nage Libre

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves.

Championnat Juniors / Seniors – Plot 1			
	Compétition qualificative		 25m
	4 décembre 2022		
	Juniors & +	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€50 l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 30 Novembre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

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

Accès à la catégorie Jeune sur grille de temps - 2 temps sont nécessaires pour participer à cette compétition.

PROGRAMME ET HORAIRE :

4 décembre 2022 OP : 7h30 / DE : 9h00	4 décembre 2022 OP : 13h00 / DE : 14h00
400 NL Dames 100 Papillon M et D 50 Dos M et D 200 NL Messieurs 100 BR D et M 200 Dos D et M 100 NL Dames 200 4N M et D 50 NL Messieurs	400 NL Messieurs 200 BR D et M 100 Dos D et M 50 Papillon D et M 100 4 Nages D et M 200 NL Dames 50 BR M et D 100 NL Messieurs 200 Papillon D et M 50 NL Dames

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque épreuve.

Journée Avenirs – Plot 6			
	Compétition qualificative		 25m
	11 Décembre 2022		
	Avenirs	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€50 l'épreuve (Challenge : 2€50 par nageur) à payer au CD17	
	Engagements par extraNat.fr avant le mercredi 7 Décembre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Programme Avenir sur la ½ journée – 3 épreuves maximum par nageur (programme en noir)

En parallèle de la compétition, un challenge est organisé pour les nageurs non titulaires du Pass'Compétition (programme en bleu) – 3 épreuves maximum par nageur.

PROGRAMME ET HORAIRE :

11 décembre 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
50 Papillon D/M 50 papillon / dos 50 Dos D/M 50 dos / brasse 50 Brasse D/M 25 brasse 50 Nage Libre D/M 25 nage libre 100 4 Nages D/M 100 nage libre

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves.