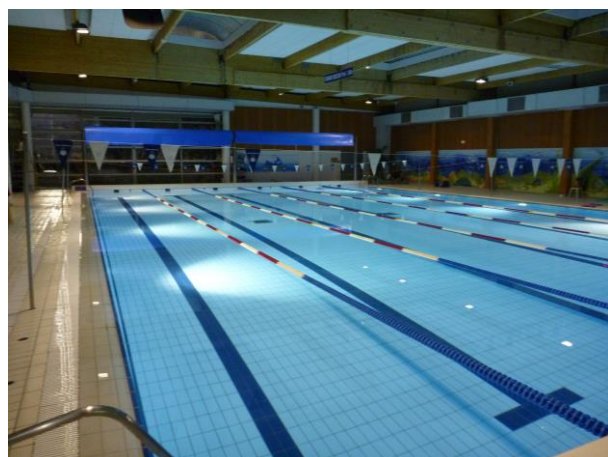




# PROGRAMME SPORTIF 2015-2016



COMITE DEPARTEMENTAL  
DE NATATION DE L'ARIÈGE

Piscine du Girbet  
09700 SAVERDUN  
Tel : 05.61.67.55.92

Mail : [cd09natation@gmail.com](mailto:cd09natation@gmail.com)  
[ariège.ffnatation.fr](http://ariège.ffnatation.fr)

# SOMMAIRE

<b><u>1/ REGLEMENT / INFOS PRATIQUES</u></b>	page 3
<b>1.1</b> <b>INFORMATIONS</b>	page 3
<b>1.2</b> <b>REGLE D'UTILISATION DES PISCINES</b>	page 3
<b>1.3</b> <b>LES TARIFS</b>	page 4
<b>1.4</b> <b>L'EQUIPE TECHNIQUE DEPARTEMENTALE</b>	page 4
<b>1.5</b> <b>LES OFFICIELS</b>	page 4
<b><u>2/ LES ASPECTS GENERIQUES</u></b>	page 4
<b>2.1</b> <b>CATEGORIES D'AGE 2014-2015</b>	page 4
<b>2.2</b> <b>ECOLE DE NATATION FRANCAISE</b>	page 5 - 6
<b>2.3</b> <b>SCHEMA GLOBAL DU PROGRAMME</b>	page 6
<b><u>3/ LES ASPECTS SPECIFIQUES</u></b>	page 7
<b>3.1</b> <b>ETAPES DE LA FORMATION DU NAGEUR</b>	page 7
<b>3.1.1</b> <b>JE SUIS AVENIRS</b>	page 7
<b>3.1.2</b> <b>JE SUIS POUSSINS</b>	page 7
<b>3.1.3</b> <b>JE SUIS BENJAMINS</b>	page 8
<b>3.1.4</b> <b>JE SUIS MINIMES/CADETS/JUNIORS/SENIORS</b>	page 8
<b>3.1.5</b> <b>JE SUIS MAITRES</b>	page 8
<b>3.2</b> <b>CALENDRIER</b>	page 9
<b><u>4/ LE PROGRAMME DES COMPETITIONS</u></b>	page 10 à 16
<b><u>5/ PROJET</u></b>	page 17
<b><u>6/ANNEXES</u></b>	page 18
<b>6.1</b> <b>Règlement Médailles de l'Ariège</b>	page 18
<b>6.2</b> <b>Règlement Trophées Ariègeois</b>	page 19

## 1/ REGLEMENT / INFOS PRATIQUES :

### 1.1 INFORMATIONS

- *Règle générale*

Les compétitions respecteront le règlement FINA. Les séries seront nagées par temps d'engagement. Les officiels appliqueront la règle de 1 seul départ sauf pour les catégories avenir, poussins et compétition par équipe.

- *Licences*

Les nageurs devront être licenciés FFN au moins 15 jours avant leur 1<sup>ère</sup> compétition. Les engagements ou performances d'un nageur dont la licence n'est pas conforme ne seront pas enregistrées.

- *Les engagements*

Les engagements se feront sur extranat.fr, si le logiciel n'est pas utilisable, les engagements seront effectués via extranat pocket. La date limite des engagements sera le mardi minuit précédent la compétition. Aucune possibilité de prendre en considération un nageur le jour de la compétition. Aucun additif et modification ne seront acceptés au bord du bassin (sauf interclubs).

**Pour une compétition d'une durée raisonnable (notamment pour ne pas retarder le début des épreuves) et afin de ne pas nuire aux performances de vos nageurs nous vous demandons de responsabiliser vos entraîneurs et vos nageurs vis-à-vis des engagements.**

- *Les forfaits*

Les forfaits devront être déclarés par mail ([cd09natation@gmail.com](mailto:cd09natation@gmail.com)) 48h avant la première réunion, si compétition le samedi = forfait le jeudi, si le dimanche = forfait le vendredi.

Les derniers forfaits (cas qui doivent être rares et exceptionnels) devront être déclarés au maximum 20 minutes après le début de l'échauffement à la table informatique.

- *Divers*

Les compétitions pourront être annulées si le bassin n'est pas disponible, si les conditions de sécurité et climatique ne le permettent pas ou par manque d'officiels.

Les horaires pourront être modifiés.

Les résultats seront affichés au bord du bassin uniquement en cas de compétition par équipe ou si la compétition récompense des nageurs. Ils seront disponibles sur le site du comité le lundi suivant la compétition au plus tard.

Le programme sera envoyé aux clubs dès la fin de la période d'engagements. **Aucun programme ne sera distribué le jour-même aux clubs.**

Certaines compétitions pourront faire l'objet d'engagements exceptionnels de nageurs non titulaire du Pass'compétition. Il sera précisé sur chaque règlement de compétition ci-après. Un mail avec un fichier d'engagement sera envoyé aux clubs 8 jours avant la première réunion.

### 1.2 REGLE D'UTILISATION DES PISCINES

- *Pamiers/Saverdun/Tarascon/Foix*

Les chaussures de ville sont strictement interdites dans les zones pieds nus.

Le passage par le pédiluve est obligatoire.

Les sacs des nageurs sont tolérés sur le bord du bassin.

Le bassin ludique (Pamiers, Foix) sert à la récupération des nageurs, il ne s'agit pas d'un espace de jeux.

La douche est obligatoire.

### **1.3 LES TARIFS**

Engagement individuel : 0,50 € par course.

Engagement relais : 1,00 € par relais.

Les frais d'engagement devront être réglés avant le début de la compétition au comité départemental de natation de l'Ariège. Frais d'engagement non réglés = PAS D'ENGAGEMENTS.

### **1.4 L'EQUIPE TECHNIQUE DEPARTEMENTALE**

Cette équipe est composée des entraîneurs des différents clubs et du bureau du comité. Elle se réunit au moins une fois par an pour réaliser le programme sportif. Elle peut se réunir plusieurs fois par an sur convocation pour palier aux anomalies.

L'équipe technique départementale s'est réunie le mercredi 24 juin 2015 pour la réalisation de ce programme sportif en présence d'Alissende Courouau, Escala Gilles, Gaël Descons, Lieux Joëlle. Les autres membres ont été informés par mail des travaux effectués.

### **1.5 LES OFFICIELS**

Les officiels référents du département sont : Madame Lieux Joëlle et Monsieur Dumont François. La liste des officiels du département est disponible dans le lien ci-contre

<http://midipyrenees.ffnatation.fr/rsc/1586/fichiers/dossiers/2503.pdf>

Toutes les demandes concernant les officiels se font par mail : [joenatmp@gmail.com](mailto:joenatmp@gmail.com)

## **2/ LES ASPECTS GENERIQUES :**

### **2.1 CATEGORIES D'AGE 2013-2014**

<b>CATEGORIES</b>	<b>AGE</b>	<b>ANNEE</b>
<b>Avenirs</b>	<b>9 ans et moins</b>	<b>2007 et après</b>
<b>Poussins</b>	<b>10-11 ans</b>	<b>2005-2006</b>
<b>Benjamins</b>	<b>12-13 ans</b>	<b>2003-2004</b>
<b>Minimes</b>	<b>14-15 ans</b>	<b>2001-2002</b>
<b>Cadets</b>	<b>16-17 ans</b>	<b>1999-2000</b>
<b>Juniors</b>	<b>18-19-20 ans</b>	<b>1996-1997-1998</b>
<b>Seniors</b>	<b>21 ans et plus</b>	<b>1995 et avant</b>

## 2.2 ECOLE DE NATATION FRANCAISE

La Fédération Française de Natation et le Comité Départemental de natation de l'Ariège se sont engagés à développer l'ENF dans le cadre d'une démarche partagée au sein du Conseil Interfédéral des Activités Aquatiques (dix-huit fédérations) et à organiser au sein de ses écoles le concept de l'ENF qui s'articule autour des trois étapes chronologiques et incontournables de la formation du nageur.

Les trois étapes :

- le sauv'nage, c'est un savoir nager sécuritaire.
- le pass'sport de l'eau, valide la capitalisation d'habiletés motrices à l'origine d'une construction plus élaborée du nageur. Elle s'appuie sur la découverte de cinq disciplines sportives (natation course, natation synchronisée, plongeon, nage avec palmes et water-polo).
- le pass'compétition, 100 4 nages. Il permet l'entrée en compétition officielle du nageur.



Pour le sauv'nage : Le club organise le passage du test. Attention le club doit valider le test sur Extranat.fr. Le club doit déclarer une organisation du Test au comité départemental (Annuel natation course 2015/2016).

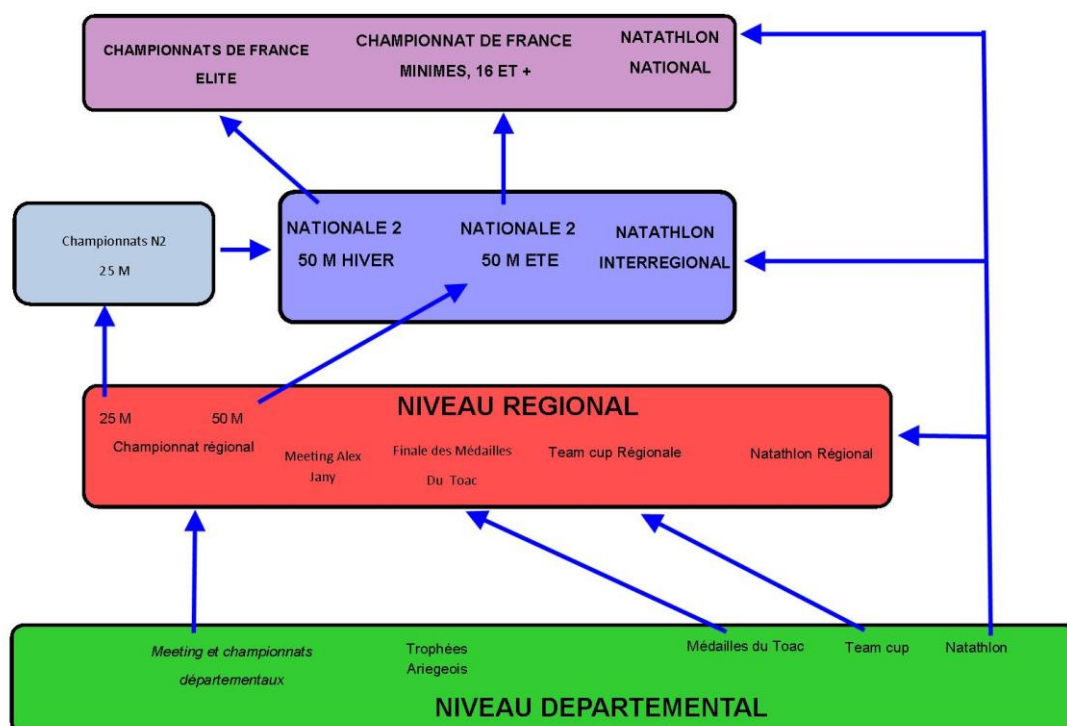
Pour le pass'sport de l'eau : Le comité départemental organise les tests. Les sessions seront organisées durant les créneaux des clubs. 3 épreuves seront au programme à chaque session.

Le comité assurera le relais des informations aux clubs et détachera un ou plusieurs représentants pour l'organisation des tests (Annuel règlement 2014/2015).

Pour le pass'compétition : Le comité départemental organise les tests. **Les clubs doivent remplir la feuille d'évaluation** (disponible en annexe 6.2) **de leurs candidats et la remettre au secrétariat le jour de la compétition.** Le comité départemental transmet les résultats au comité régional.

**Les diplômes et leur mise en œuvre sont à la charge des clubs.**

### 2.3 SCHEMA GLOBAL DU PROGRAMME



### **3/ LES ASPECTS SPECIFIQUES :**

#### **3.1 ETAPES DE LA FORMATION DU NAGEUR**

##### **3.1.1 JE SUIS AVENIRS**

J'ai pour première finalité, le passage des tests de l'Ecole de Natation Française. Trois tests étapes : le Sauv'nage (le savoir nager sécuritaire) réalisé dans les clubs, le Pass'sport de l'eau (découverte des discipline de la natation, water-polo, natation synchronisée, natation course, nage avec palmes et plongeon) organisé par le comité départemental et le Pass'compétition (pour la natation un 100 4N) organisé par le comité départemental.

Pour deuxième finalité, j'ai le natathlon 10 ans et moins. Il me permet de mettre en pratique toutes les aptitudes acquises lors de l'ENF.

Enfin, j'ai les Trophées Ariègeois. Le titre de Champion d'Ariège y sera décerné.

Acquisitions minimales recherchées au terme de cette catégorie :

- Les coordinations : vitesse et 4 nages.
- L'endurance : les efforts prolongés.
- Goût de l'effort partagé.

##### **3.1.2 JE SUIS POUSSINS**

Pour première finalité, j'ai la possibilité de me qualifier au Meeting Alex Jany (compétition régionale, 13 et 14/12/2014). Pour cela, si j'ai 10 ans je dois réaliser un 100 4nages en compétition, si j'ai 11 ans je dois réaliser un 200 4nages en compétition.

Pour deuxième finalité, j'ai les médailles du Toac. Cette compétition me permet (suivant les temps réalisés) d'accéder à la finale régionale. Pour cela, je dois être dans les 16 meilleurs nageurs de la région dans mon année d'âge.

Pour troisième finalité, j'ai le natathlon 10 ans ou 11 ans. Compétition sur trois étapes qualificatives à une finale régionale.

Pour quatrième finalité, j'ai la possibilité de me qualifier pour la finale régionale de la Team Cup (compétition par équipes) à l'issue d'une étape départementale.

Pour dernière finalité, j'ai les Trophées Ariègeois qui clôtureront ma saison. Le titre de champion d'Ariège poussins sera décerné.

Acquisitions minimales recherchées au terme de cette catégorie :

- Les coordinations : vitesse et 4 nages.
- L'endurance : les efforts prolongés.
- Goût de l'effort partagé.

### **3.1.3 JE SUIS BENJAMINS**

Pour première finalité, j'ai la possibilité de me qualifier au Meeting Alex Jany (compétition régionale 13 et 14/12/2014). Je dois pour cela réaliser un 200 4nages en compétition.

Pour deuxième finalité, j'ai les médailles du Toac. Cette compétition me permet (suivant les temps réalisés) d'accéder à la finale régionale. Pour cela, je dois être dans les 16 meilleurs nageurs de la région dans mon année d'âge.

Pour troisième finalité, j'ai les interclubs benjamins sur deux étapes. Un classement régional est réalisé. Il me permettra de disputer la saison prochaine les interclubs au niveau régional.

Pour quatrième finalité, j'ai la possibilité de me qualifier à la finale régionale, interrégionale ou nationale du natathlon. Je dois nager lors des quatre étapes départementales le 800 NL, 400 4N, 100 PAP, 200 PAP, 100 DOS, 200 DOS, 100 BRASSE, 200 BRASSE, 100 NL, 200 NL. Un classement est ensuite réalisé par la fédération, les 136 premiers du classement national disputent la finale nationale. Les 136 premiers du classement interrégional disputent la finale interrégionale à condition d'avoir participé aux 10 épreuves proposées. Les suivants la finale régionale à condition d'avoir nagé au minimum 7 épreuves.

Pour cinquième finalité, j'ai la possibilité d'être sélectionné dans l'équipe départementale Ariègeoise pour participer à un regroupement et disputer la coupe de France des départements.

Pour dernière finalité, j'ai les Trophées Ariégeois qui clôtureront ma saison. Le titre de champion d'Ariège benjamins sera décerné.

Finalités au terme de cette catégorie :

- Favoriser le travail d'endurance et les habilités motrices.
- Penser aux fondamentaux de la course : départ, virages, reprises de nage.
- La qualité fondamentale à développer chez un jeune nageur est la vitesse ; ce point acquis, suivant ses possibilités, il nagera vite (et bien) sur une courte distance ou/et vite (et bien) sur une longue distance.

### **3.1.4 JE SUIS MINIMES/CADETS/JUNIORS/SENIORS**

J'ai pour première finalité, les championnats et meetings départementaux pour pouvoir réaliser les temps de qualifications pour le niveau régional.

Pour deuxième finalité départementale, j'ai le championnat d'Ariège.

### **3.1.5 JE SUIS MAITRES**

J'ai pour finalité les championnats départementaux été maîtres pour pouvoir réaliser les temps de qualifications pour le niveau régional voir national.



### 3.2 CALENDRIER

Date	Dénomination	Lieux	Catégories
<b>Compétitions Natation Course</b>			
08/011/2015	Interclubs Toutes Catégories Inter-département	Pamiers	TC
22/11/2015	Championnats départementaux 25 M	Foix	M C J S
22/11/2015	Médailles du Toac n°1	Foix	A* P B
12/12/2015	Interclubs Benjamins	Saverdun	B
12/12/2015	Challenge par équipe	Saverdun	TC
31/01/2016	Meeting qualificatif n°1	Foix	M C J S
31/01/2016	Médailles du Toac n°2	Foix	A* P B
13/03/2016	Natathlon n°1	Pamiers	A* P B
10/04/2016	Natathlon n°2	Pamiers	A* P B
07/05/2016	Team Cup Départementale	Saverdun	P
07/05/2016	Meeting qualificatif n°2	Saverdun	M C J S
08/05/2016	Natathlon n°3	Montauban	B
29/05/2016	Natathlon n°4	Pamiers	A* P B
25/06/2016	Trophées Ariègeois	Pamiers	A* P B
25/06/2016	Championnats départementaux 50 M	Pamiers	M C J S
<b>Tests ENF</b>			
17/10/2015	Pass port de l'eau	Tarascon	-
08/11/2015	Pass'compétition	Pamiers	-
21/11/2015	Pass port de l'eau	Pamiers	
22/11/2015	Pass'compétition	Foix	
12/12/2015	Pass'port de l'eau	Foix	
12/12/2015	Pass'compétition	Saverdun	
30/01/2016	Pass'port de l'eau	Saverdun	-
31/01/2016	Pass'compétition	Foix	-
13/03/2016	Pass'compétition	Pamiers	
12/03/2016	Pass'port de l'eau	Pamiers	
09/04/2016	Pass'port de l'eau	Foix	
10/04/2016	Pass'compétition	Pamiers	
07/05/2016	Pass'port de l'eau	Saverdun	
07/05/2016	Pass'compétition	Saverdun	
29/05/2016	Pass'compétition	Pamiers	
<b>Compétitions Maîtres</b>			
25/06/2016	Championnats départementaux 50 M Maîtres	Pamiers	

A\* : Seul les Avenirs titulaires du Pass'compétition pourront participer.

#### **4/ LE PROGRAMME DES COMPETITIONS :**

*Légende* : A\* = Catégorie Avenirs titulaires du Pass'compétition

P = Catégorie Poussins

B = Catégorie Benjamins

M = Catégorie Minimes

C = Catégorie Cadets

J/S = Catégorie Juniors/Seniors

**INTERCLUBS TOUTES CATEGORIES**  
**Pass compétition**

**Dimanche 8 novembre 2015**

**Compétition par équipe de 10 nageurs, obligation de disputer toutes les épreuves inscrites au programme pour être classé.**

Lieu : PAMIERS

Ouverture : échauffement 8h30 / début des épreuves 9h30  
échauffement 14h00 / début des épreuves 15h00

Catégories : Toutes Catégories

Programme :

MATIN	APRES-MIDI
10*50 NL D et M	4*200 NL D ET M
100 DOS D	200 DOS D
200 DOS M	100 DOS M
100 BRASSE D	200 BRASSE D
200 BRASSE M	100 BRASSE M
100 NL D	400 NL D
400 NL M	100 NL M
100 PAP D	200 PAP D
200 PAP M	100 PAP M
100 4N D	200 4N D
200 4N M	100 4N M
Pass'compétition	Pause 15 '
Ou Pause 15'	4 *100 4N D et M
4*100 NL D ET M	

**ATTENTION** : Ces informations sont susceptibles de changer en fonction de la création d'une poule interdépartementale ou non.

Les équipes seront récompensées au cumul des points des 14 épreuves.

Engagements : Equipe dames et messieurs distinctes. Equipe mixte de clubs autorisés. Equipes mixtes entres plusieurs clubs autorisés (voir avec le CD la procédure).

Règlement de la compétition : voir Annuel règlements de la FFN 2015/2016.

**CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX 25 M TC**  
**MEDAILLES DU TOAC N°1**  
**PASS COMPETITION**

**Dimanche 22 novembre 2015**

**Compétition qualificative pour les championnats régionaux bassin de 25m, pour le meeting régional d'animation, le meeting Alex Jany .**

Lieu : FOIX

Ouverture : échauffement 9h00 / début des épreuves 10h00  
échauffement 14h00 / début des épreuves 15h00

Catégories : Avenirs\*, Poussins, Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors, Séniors.

Programme :

MATIN	APRES-MIDI
100 NL	200 BRASSE
200 PAP	50 NL
50 BRASSE	200 DOS
800/1500 NL	100 PAP
200 4N	400 4N
100 DOS	100 BRASSE
50 PAP	50 DOS
400 NL	200 NL
Pass'compétition	

Limiter à 6 épreuves par nageur.

[Epreuves médailles du Toac n°1 \(Poussins, Benjamins\)](#) : les quatres 50 M, les quatres 100 M, 200 4N, 200 NL. Voir règlement médailles du Toac sur le site du Toac.

**CHALLENGE TOUTES CATEGORIES**  
**INTERCLUBS BENJAMINS N°1**  
**PASS COMPETITION**

**Samedi 12 décembre 2015**

**Compétition départementale d'animation par équipes de 4.**

Lieu : SAVERDUN

Ouverture : échauffement 17h00 / début des épreuves 18h00

Catégories : Benjamins, Toutes catégories.

PROGRAMME
4x 50 Papillon
4x 50 Brasse
100 4N
Pass'compétition
4 x 50 4N
4 x 50 NL

Interclubs Benjamins : Par équipe de 4 nageurs. Tous les nageurs disputent les relais 4x50 Pap, 4x50 4N, 4x50 Brasse, 4x50 NL. Chaque nageur dispute le 100 4N en épreuve Individuelle.

**Challenge toutes catégories : Idem interclubs benjamins.**

Récompenses : Pour les interclubs Benjamins et le challenge Toutes catégories.

**PASS COMPETITION**  
**MEETING DEPARTEMENTAL TOUTES CATEGORIES N°1**  
**MEDAILLES DU TOAC N°2**

**Dimanche 31 janvier 2016**

**Compétition qualificative pour le meeting national Midi-Pyrénées, pour la finale des médailles du Toac, pour les championnats nationaux maîtres.**

Lieu : FOIX

Ouverture : échauffement 09h00 / début des épreuves 10h00  
échauffement 13h30 / début des épreuves 14h30

Catégories : Avenir\*, Poussins, Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors, Seniors.

Programme :

MATIN	APRES-MIDI
100 NL	200 BRASSE
200 PAP	50 NL
50 BRASSE	200 DOS
800/1500 NL	100 PAP
200 4N	400 4N
100 DOS	100 BRASSE
50 PAP	50 DOS
400 NL	200 NL
<b>Pass'compétition</b>	

Limiter à 6 épreuves par nageur.

Epreuves médailles du Toac n°2 (Poussins, Benjamins) : les quatries 50 M, les quatries 100 M, 200 4N, 200 NL. Voir règlement médailles du Toac sur le site du Toac.

**Engagements** : Les Avenirs titulaires ou non du Pass'compétition peuvent s'engager sur cette journée. Pour cela, soit sur extranat.fr (titulaires du Pass'compétition) soit renvoyer le document disponible en annexe 6.2 dans la période d'engagement.

**NATATHLON N°1**  
**PASS COMPETITION**

**Dimanche 13 mars 2016**

**Etape qualificative au natathlon national, interrégional et régional.**

Lieu : PAMIERS

Ouverture : *Ouverture des portes* : 8h00 *Début des épreuves* : 9h00  
*Ouverture des portes* : 14h00 *Début des épreuves* : 15h00

Catégorie : Avenirs\*, Poussins, Benjamins.

Programme :

MATIN	APRES-MIDI
50 Pap	200 NL
100 Brasse	100 NL
50 NL	50 Brasse
100 Dos	100 Pap
400 4N	50 Dos
400 NL	200 Dos
Pass'compétition	

**Règlement** : Voir Règlement du natathlon en annexe 6.1. En vert sont marquées les épreuves proposées aux benjamins (2002-2003).

**NATATHLON N°2**  
**PASS COMPETITION**

**Dimanche 10 avril 2016**

**Etape qualificative au natathlon national, interrégional et régional.**

Lieu : PAMIERS

Ouverture : *Ouverture des portes* : 8h00 *Début des épreuves* : 9h00  
*Ouverture des portes* : 14h00 *Début des épreuves* : 15h00

Catégorie : Avenirs\*, Poussins, Benjamins.

Programme :

MATIN	APRES-MIDI
200 Brasse	200 Papillon
100 Brasse	50 Brasse
50 Pap	100 Papillon
100 Dos	50 Dos
50 NL	100 NL
800 NL	200 NL
400 NL	
Pass'compétition	

**Règlement** : Voir Règlement du natathlon en annexe 6.1. En vert sont marquées les épreuves proposées aux benjamins (2002-2003).

**MEETING DEPARTEMENTAL TOUTES CATEGORIES N°2**  
**TEAM CUP DEPARTEMENTALE POUSSINS**  
**PASS COMPETITION**

**Samedi 7 mai 2016**

**Cette compétition est qualificative pour le championnat régional d'été, la finale régionale de la Team cup.**

Lieu : SAVERDUN

Ouverture : échauffement 15h00 / début des épreuves 16h00

Catégories : Avenirs\*, Poussins, Minimes, Cadets, Juniors, Séniors. Maîtres différenciés

PROGRAMME	
<p style="text-align: center;">Début des épreuves 16h :</p> <p style="text-align: center;">100 NL  200 PAP  50 BRASSE  800/1500 NL  200 4N  100 DOS  50 PAP  400 NL  Pass'compétition  Pause 15 minutes</p>	<p style="text-align: center;">Reprise des épreuves :</p> <p style="text-align: center;">200 BRASSE  50 NL  200 DOS  100 PAP  400 4N  100 BRASSE  50 DOS  200 NL</p>
→	

Limiter à 6 épreuves pour les nageurs Minimes/Cadets/Juniors/Séniors

**Règlement Team cup Poussins**: Voir le programme sportif régional 2015/2016.

**Engagements** : Les Avenirs titulaires ou non du Pass'compétition peuvent s'engager sur cette journée. Pour cela, soit sur [extranat.fr](http://extranat.fr) (titulaires du Pass'compétition) soit renvoyer le document disponible en annexe 6.2 dans la période d'engagement.



## NATATHLON N°3

**Dimanche 8 mai 2016**

**Etape qualificative au natathlon national, interrégional et régional.**

Lieu : MONTAUBAN

Ouverture : *Ouverture des portes* : 8h00 *Début des épreuves* : 9h00  
*Ouverture des portes* : 14h00 *Début des épreuves* : 15h00

Catégorie : Avenirs\*, Poussins, Benjamins.

Programme :

MATIN	APRES-MIDI
100 Brasse 400 4N	200 NL 100 Pap 200 Dos

**ATTENTION :** Le programme et les horaires sont donnés à titre facultatif. L'organisateur (CD 82) communiquera les informations exactes plus tard.

**NATATHLON N°4**  
**PASS COMPETITION**

**Dimanche 29 mai 2016**

**Etape qualificative au natathlon national, interrégional et régional.**

Lieu : PAMIERS

Ouverture : *Ouverture des portes* : 8h00 *Début des épreuves* : 9h00  
*Ouverture des portes* : 14h00 *Début des épreuves* : 15h00

Catégorie : Avenirs\*, Poussins, Benjamins.

Programme :

MATIN	APRES-MIDI
200 Brasse	200 Papillon
100 Brasse	50 Brasse
50 Pap	100 Papillon
100 Dos	50 Dos
50 NL	100 NL
800 NL	200 NL
400 NL	
Pass'compétition	

**Règlement** : Voir Règlement du natathlon en annexe 6.1. En vert sont marquées les épreuves proposées aux benjamins (2002-2003).

**CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX 50 M (minimes et plus)**  
**CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX 50 M MAITRES**  
**TROPHEES ARIEGEOIS (Avenirs, Poussins, Benjamins)**

Samedi 25 juin 2016

**Lieu** : PAMIERS (50M)

**Ouverture** : échauffement 17h00 / début des épreuves 18h00

**Catégories** : Avenirs/Poussins, Benjamins, Minimes, Cadets/Juniors/Séniors/Maitres

**Programme** :

**50 Papillon**  
**50 Brasse**  
**100 NL**  
**200 Dos**  
**200 Papillon**  
**100 Brasse**  
**200 4N**  
**50 NL**  
**50 Dos**  
**100 Papillon**  
**200 Brasse**  
**200 NL**  
**100 Dos**  
**4\*50 NL**

**Trophées ariègeois** : Avenirs\*, Poussins, Benjamins. Engagement uniquement sur les 50 et 100 de spécialité. Maximum 3 épreuves par nageur.

**Chpts départementaux 50 M** : Minimes, Cadets, Juniors, Seniors. Maximum 4 épreuves par nageurs.

**Récompenses** : individuel : les 6 meilleures performances de la soirée à la table de cotation par catégorie. Relais : les 3 meilleures équipes par catégories.

**Catégories individuel** : Avenir/Poussins, Benjamins, Minimes, Cadets/Juniors/Seniors/Maitres

**Catégories Relais** : Avenirs/Poussins/Benjamins, Minimes et plus

## **5/ PROJET :**

### **ACTION A METTRE EN PLACE :**

- Regroupement benjamins 2 fois dans la saison. Mutualisé avec le CD 82.
- Participation à la coupe de France des départements. Mutualisé avec le CD 82.
- En fonction des actions citées au-dessus, regroupement + meeting avec poussins/minimes.
- Formation officiels A et B.
- Formation évaluateurs ENF
- Suivi de la mise en place de l'ENF au sein des clubs : aide pédagogique, logistique, calendrier passage des tests, pourquoi ? , ETC ...

## 6/ANNEXES

### **ANNEXE 6.1 : REGLEMENT NATATHLON DEPARTEMENTAL**

Compétition organisé par le Comité départemental de Natation de l'Ariège, suivant les règlements FFN en vigueur, réservé aux catégories Avenirs (titulaires du Pass'compétition), Poussins et Benjamins.

Elle se déroule sur trois étapes qualificatives et une finale régionale pour les Avenirs et Poussins

Elle se déroule sur quatre étapes qualificatives et une finale nationale, interregionale, régionale pour les Benjamins.

#### 1/ Engagements

Les engagements se feront sur extranat.fr, si le logiciel n'est pas utilisable, les engagements seront effectués via extranat pocket. La date limite des engagements sera le mercredi minuit précédant la compétition. Aucune possibilité de prendre en considération un nageur le jour de la compétition.

#### 2/Programme 10 ans et moins (2006-2007)

Les nageurs devront réalisés au cours des 3 étapes 5 épreuves : 50 Papillon, 50 Dos, 50 Brasse, 50 NL, 200 NL.

Les épreuves seront toutes proposées à chaque étape.

A la fin des 3 étapes, les nageurs ayant participé à TOUTES les épreuves seront classés au cumul des points et récompensés.

1<sup>ère</sup> étape le dimanche 13 mars 2016, 2<sup>ème</sup> étape le dimanche 10 avril 2016, 3<sup>ème</sup> étape le dimanche 29 mai 2016.

#### 3/Programme 11 ans (2005)

Les nageurs devront réalisés au cours des 3 étapes 5 épreuves : 100 Papillon, 100 Dos, 100 Brasse, 100 NL, 400 NL.

Les épreuves seront toutes proposées à chaque étape.

A la fin des 3 étapes, les nageurs ayant participé à TOUTES les épreuves seront classés au cumul des points et récompensés.

Un classement au niveau régional sera effectué. Les meilleurs participeront à une finale régionale.

1<sup>ère</sup> étape le dimanche 13 mars 2016, 2<sup>ème</sup> étape le dimanche 10 avril 2016, 3<sup>ème</sup> étape le dimanche 29 mai 2016.

#### 4/ Programme 12-13 ans (2003-2004)

Les nageurs devront réalisés au cours des 4 étapes 10 épreuves : 100 Papillon, 100 Dos, 100 Brasse, 100 NL, 200 Papillon, 200 Dos, 200 Brasse, 200 NL, 400 4N, 800 NL.

Les épreuves seront proposées comme suit (extrait d'annuel règlement FFN 2015/2016) :

**Etapes 1 et 3 : 100 Papillon, 100 Brasse, 200 Dos, 200 NL, 400 4N.**

**Etapes 2 et 4 : 100 Dos, 100 NL, 200 Papillon, 200 Brasse, 800 NL**

A la fin des 4 étapes, les nageurs ayant participé à TOUTES les épreuves seront classés au cumul des points et récompensés.

Un classement au niveau national et interrégional sera effectué pour les nageurs ayant participé aux dix épreuves. Un classement au niveau régional sera effectué pour les nageurs ayant participé à minimum sept épreuves.

1<sup>ère</sup> étape le dimanche 13 mars 2016, 2<sup>ème</sup> étape le dimanche 10 avril 2016, 3<sup>ème</sup> étape le dimanche 8 mai 2016, 4<sup>ème</sup> étape le dimanche 29 mai 2016.

**ANNEXE 6.2 :                   TABLEAU ENGAGEMENTS NAGEURS NON TITULAIRES  
DU PASS COMPETITION**

<b><u>CLUB</u> :</b>					
<b><i>NOM</i></b>	<b><i>50 PAP</i></b>	<b><i>50 DOS</i></b>	<b><i>50 BRA</i></b>	<b><i>50 NL</i></b>	<b><i>200/400 NL</i></b>

Remplir le nom du nageur. Ajouter un temps d'engagement sur les épreuves auxquelles il participe.

**ATTENTION** : Ces nageurs sont tenus de s'engager selon le règlement de la compétition à laquelle il participe.