

PROGRAMME DEPARTEMENTAL



NATATION COURSE

Saison 2024
4^{ème} trimestre



PARIS 2024



Jeux Olympiques : Du 26 juillet au 11 août 2024.
Jeux Paralympiques : Du 28 août au 8 septembre 2024

20/09/2024

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>	2
<u>LES ACTIONS PREVUES PAR LA COMMISSION NATATION COURSES</u>	7
<u>CHAMPIONNATS AUTOMNE BENJAMINS DE L'ESSONNE D'AUTOMNE</u>	10
<u>2^{ème} MEETING DE L'ESSONNE</u>	12
<u>CIRCUIT AVENIRS 91.</u>	15
<u>RENCONTRES DES ECOLES DE NATATION.</u>	17
<u>JOURNEES DEPARTEMENTALES</u>	20
<u>INTERCLUBS AVENIRS</u>	21

3 SECTEURS POUR LA SAISON 2024 - 2025		
Secteur 1	Secteur 2	Secteur 3
ES MASSY NATATION	ETAMPES NATATION	YERRES NATATION
C.N CHILLY-MAZARIN	CLUB NAUTIQUE DE L'ARPAJONNAIS	CN BRUNOY-ESSONNE
CA ORSAY	ESPADON BRÉTIGNY-SUR-ORGE	ELAN NAUTIQUE DU VAL D'YERRES
CO ULIS NATATION	CN ST-MICHEL-SUR-ORGE	SN MONTGERON
CLUB DES NAGEURS DOURDANNAIS	BONDOUFLE AMICAL CLUB	EN DRAVEIL
MORSANG ESSONNE NATATION	VAL D'ESSONNE MENNECY AQUA CLUB	CN VIRY-CHÂTILLON
EN STE-GENEVIÈVE-DES-BOIS	SPORT-LOISIRS ET CULTURE SAINT MICHEL	US RIS-ORANGIS
EN LONGJUMEAU	AS CORBEIL-ESSONNE	US GRIGNY
LE CLUB DES NAIADES 91	GPS CORBEIL-ESSONNES AQUATIQUE	AS MONTGERON WATER-POLO
	SCA 2000 EVRY	EXOCET MASTER CLUB
Responsable de la commission Natation course :		
Mme. RAFFESTIN Monique	06 88 78 35 51	monik.raff@gmail.com
Responsable de la commission Natation artistique		
Mme DREAN Martine	06 66 34 94 76	martinedrean91@gmail.com
Responsable des officiels		
M. DALMASIE Yves	06 87 41 55 04	yved@free.fr

DISPOSITIONS GENERALES

Liens : Table des matières 

COMMUNICATION :

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

E.N.F :

Pour la saison sportive 2023/2024, les aménagements de la saison sportive 2022/2023 sont reconduits :

- Accès direct à la compétition : Les nageurs de 11 ans et plus (nés en 2013 et avant), titulaires d'une licence compétition, peuvent accéder librement aux compétitions.
- Le Pass'compétition est bien maintenu au sein du dispositif de l'ENF, mais il n'est plus exigé comme prérequis pour s'inscrire en compétition.

- Le test du Savoir Nager en Sécurité (S.N.S.) remplace le Sauv'nage.

Test sécuritaire préalable à l'accès à la compétition : Les nageurs de 10 ans et moins (nés en 2014 et après) doivent préalablement disposer, à minima, du test du Savoir-Nager en Sécurité et, le cas échéant d'une licence compétition, avant d'accéder à la compétition.

<https://www.lif-natation.fr/pratique-pour-tous-et-sante/>
<https://www.lif-natation.fr/precisions-test-savoir-nager-en-securite-et-competitions-avenirs/>

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

ENGAGEMENTS :

Règles essentielles à respecter :

- Les nageurs pourront être engagés sur des temps réalisés depuis le 1^{er} janvier 2022.
- 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.

LICENCES :

Campagne visant à figurer sur la Liste Officielle Île-de-France des Clubs **100% Licences**. Veuillez suivre la procédure détaillée que vous trouverez ici :

[2023 2024-ProcEDURE-officielle-100-licences-IDF.pdf \(lif-natation.fr\)](https://www.lif-natation.fr/2023-2024-ProcEDURE-officielle-100-licences-IDF.pdf)

Cette étape essentielle permettra à votre club de prétendre à ce statut de 100% Licences.

Consulter l'attestation sur l'honneur à remplir pour l'élaboration de votre dossier en lien ici.

[Attestation-finale-100licences-2023-2024.pdf \(lif-natation.fr\)](https://www.lif-natation.fr/Attestation-finale-100licences-2023-2024.pdf)

N'oubliez pas de joindre à ce document une copie du compte rendu de l'AG saison N-1 (saison 2022-2023). Nous sommes convaincus que cette démarche renforcera notre fédération, et consolidera notre position en tant qu'acteur institutionnel majeur.

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.

Depuis 1er janvier 2023, les vêtements techniques ne sont autorisés qu'à partir de la catégorie Juniors.

Lien : <https://satellite.ffnatation.fr/rsc/1631/fichiers/dossiers/2398.pdf>

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 2022 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 2024.

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			7 €uros
Compétitions par équipes			(Nombre d'épreuves x 13 €uros) par équipe

Engagements	Club « 100 % Licences »
Épreuves individuelles ou Relais	7 €uros
Avenirs Journées départementales	3,50 €uros
Compétitions par équipes	(Nombre d'épreuves x 7 €uros) par équipe

Ces redevances seront perçues avec la participation club au mois de septembre 2024

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 POUR LES COMPETITIONS :

Afin de s'assurer de la disponibilité du matériel, les clubs doivent se mettre en relation avec le secrétariat du comité de l'Essonne.

- 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.

LE RETOUR DU MATERIEL DOIT SE FAIRE LE PLUS RAPIDEMENT POSSIBLE.

LES ACTIONS PREVUES PAR LA COMMISSION NATATION COURSES :

- Un stage Avenirs (Toussaint 2024.) du 20 au 26 octobre 2024. (Fontainebleau : 300 euros par nageur.)
- La coupe de France des départements Finale. Le 12 décembre 2024 à Dunkerque.
- La Coupe des départements (LIF) Juniors et Benjamins. (Janvier 2025)
- La coupe de France des départements (FFN) Phase éliminatoire. (Juin 2025)

Pour les sélections, le Comité départemental composera, à chaque fois, des équipes composées des meilleurs nageurs et nageuses du département.

Dans le cadre d'une politique collaborative, nous attendons que les clubs s'engagent avec nous en mettant tout en œuvre pour mener à bien les sélections. (Les forfaits éventuels devront être justifiés).

Dans le cas d'une impossibilité de réunir les meilleures équipes, le comité pourra prendre la décision d'annuler sa participation.

L'encadrement technique sera désigné par le comité directeur du comité de l'Essonne.

LES RENCONTRES DU COMITE DE L'ESSONNE.

Echanges et préparation du programme sportif de la saison 2024 - 2025 :

Réunion secteurs : 3 réunions au mois de septembre 2024

Avec les présidents : dates à définir.

Colloque 2024 : Le juin 2025.

LES CATEGORIES :**Saison 2024**

	Filles et Garçons	
Avenir	11 ans et moins	2013 et après
Benjamins	12 à 13 ans	2012 à 2011
Juniors	14 à 18 ans	2010 à 2006
Séniors	19 ans et plus	2005 et avant

Classification : B12, B13, J14, J15, J16, J17, J18 et séniors.

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 2023 - 2024 :

Zone C : Académies Paris - Créteil – Versailles.

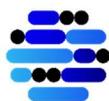
Eté	A partir du samedi 6 juillet 2024
Rentrée des classes	Le lundi 2 septembre 2024
Automne	<i>Du samedi 19 octobre au lundi 4 novembre 2024</i>
Hiver 2024/2025	<i>Du samedi 21 décembre 2024 au lundi 6 janvier 2025</i>

REGLEMENTS, PROGRAMMES ET CALENDRIER DE LA LIGUE DE NATATION ILE DE FRANCE :

<https://www.lif-natation.fr/pratique-competitive/>

ATTENTION

La FINA est devenue en 2023 WORLD AQUATICS



**WORLD
AQUATICS**



**CHAMPIONNATS BENJAMINS DE L'ESSONNE
D'AUTOMNE
« WEB CONFRONTATION »**

	Samedi 09 et dimanche 10 novembre 2024	
	BENJAMINS	25 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

Benjamins	12 à 13 ans	2012 à 2011
-----------	-------------	-------------

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	400 m Nage libre Filles Benjamins 2 : 1500 m Nage libre Garçons 400 m 4 Nages Filles 400 m Nage libre Garçons Benjamins 2 : 800 m Nage libre Filles 400 m 4NagesGarçons

3 ^{ème} 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

ENGAGEMENTS :

Attention : Selon le programme fédéral.

Les Benjamins 1 : 13 épreuves.

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

Les Benjamins 2 : 17 épreuves.

Les nageurs pourront être engagés sur 7 épreuves individuelles, 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 4Nages, 1500 m et 800 m Nage libre.

RECOMPENSES :

Par année d'âge.

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

Les 3 premiers de chaque épreuve sur les finales sur 100 m.



2 ^{ème} MEETING DE L'ESSONNE		
	Samedi 23 et dimanche 24 novembre 2024	
	JUNIORS / SENIORS MAITRES	25m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

Juniors	14 à 18 ans	2010 à 2006
Séniors	19 ans et plus	2005 et avant

PROGRAMME :

1 ^{ère} réunion	2 ^{ème} réunion
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 (tous bassins) 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.

Juniors J14 J15, Filles et Garçons.

Juniors J16 J17 Filles et Garçons.

Juniors J18 Séniors. Filles et Garçons.

Les relais seront récompensés en Toutes Catégories.



MESSIEURS			Meetings 1 & 2 91	DAMES		
JUNIORS 5 et SENIORS	JUNIORS 3 et 4	JUNIORS 1 et 2		JUNIORS 1 et 2	JUNIORS 3 et 4	JUNIORS 5 et SENIORS
J18 S19 et +	J16 J17	J14 J15		J14 J15	J16 J17	J18 S19 et +
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



CIRCUIT AVENIRS 91		
	AVENIRS 4^{ème} journée : le 30 novembre ou 1 décembre 2024.	25 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.	

Avenirs 1	9 ans et moins	2015 et après
Avenirs 2	10 ans	2014
Avenirs 3	11 ans	2013

OBJECTIFS :

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

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

Les épreuves des 3 premières journées permettent de se qualifier au [Criterium Avenirs](#) du mois de juin.

CALENDRIER ET PROGRAMME :

4^{ème} journée : le 30 novembre ou 1 décembre 2024.

AVENIRS 1	50 NL	100 4N	4x25 NL 2 filles 2 garçons
AVENIRS 2 et 3	50 NL	100 4N	

ENGAGEMENTS :

Les nageurs doivent d'abord passer par les RENCONTRES DES ECOLES DE NATATION avant de s'engager sur les compétitions départementales.

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

RECOMPENSES :

Le département propose un badge de participation à remettre aux nageurs dans le cadre d'une cérémonie au sein des clubs. Les clubs peuvent commander les badges au comité de l'Essonne. (Les badges sont gratuits.)

RESULTATS :

La concaténation des résultats des 4 secteurs paraîtra sur le site du Comité à la fin des mois de février, mars, mai et de décembre.

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

« 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 totalité de la saison - entre le 1er janvier et le 22 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.

La poursuite de ces deux Trophées est laissée à la discrétion des nageurs et de leurs entraîneurs, elle n'obéit à aucune obligation, et reste donc en cela soumise à l'intérêt et à la motivation de chacun.

Trophée Avenirs du 4 Nages :

- **10 ans et moins** : 25 papillon, 25 dos, 25 brasse et 25 nage libre.
- **11 ans** : 50 papillon, 50 dos, 50 brasse et 50 nage libre. **NOUVEAUTÉ 2024**

Trophée Avenirs du nageur complet :

- **10 ans et moins** : 25 de spécialité* et 200 nage libre.
- **11 ans** : 50 de spécialité*, 100 4 nages, 400 nage libre. **NOUVEAUTÉ 2024**

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



RENCONTRES DES ECOLES DE NATATION.

	<p style="text-align: center;">DEBUTANTS</p> <p style="text-align: center;">Le 07 ou 08 décembre 2024.</p>	<p style="text-align: center;">25 m</p>
	<p style="text-align: center;">Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au lundi (23h59) qui précède la compétition.</p>	

Les rencontres sont ouvertes 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 son parcours : une rubrique dédiée sera créée sur le site fédéral qui listera les réussites. A aucun moment, cette liste ne fera état de références chronométriques.

MOTIVATION :

Les rencontres sont un point d'entrée dans la compétition, c'est l'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 courses fondées sur la volonté de gagner et de nager le plus vite possible. C'est pourquoi nous demandons aux juges d'être plus indulgents sur ces épreuves.

Au contraire, 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. La qualité technique et le respect de la règle devront être prioritaires sur la vitesse.

Attention : Pour valider l'épreuve du Pass'compétition les nageurs doivent respecter les règles « World Aquatics ».

PROGRAMME :

<p>EPREUVE DE VITESSE :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 25 m Papillon 2. 25 m Dos 3. 25 m Brasse 4. 25 m Crawl 5. 100 m Nage libre <p>EPREUVE TECHNIQUE</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 de 25m ; 2 courses de 50 m (2 nages) et 1 course de 100 m

PROGRAMME :

Organisations avec un programme dédié.

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

CALENDRIERS :

- **Le 07 ou 08 décembre 2024.**

REGLEMENT :

Chaque organisation doit se faire avec au minimum deux clubs.

Une formation minimum est requise pour participer à ces épreuves.
 Chaque nageur ne peut participer qu'à 3 épreuves maximum.

RESULTATS :

Les performances chronométriques réalisées lors de ces rencontres ne seront pas enregistrées sur la base fédérale.

Seule la réussite de l'épreuve sera prise en compte sur Extranat pour le Pass'compétition.

RECOMPENSES :

A l'initiative de l'organisateur.

OFFICIELS :

Un Juge arbitre et un Starter, désignés par le Comité, seront nécessaires pour le bon fonctionnement. Des chronométreurs seront invités à participer le jour de la rencontre.



JOURNEES DEPARTEMENTALES		
	BENJAMINS, JUNIORS, SENIORS MAÎTRES 4^{ème} journée : le 07 ou le 08 décembre 2024.	25 m
	Période d'engagement sur une durée de 7 jours jusqu'au jeudi (23h59) qui précède la compétition.	

Benjamins	12 et 13 ans	2011 et 2012
Juniors	14 à 18 ans	2010 à 2006
Séniors	19 ans et plus	2005 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 :

4^{ème} journée : le 07 ou le 08 décembre 2024.

100 m Papillon - 100 m Dos - 100 m Brasse - 100 m Crawl - 200 m Nage libre

REGLEMENT :

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

Seuls les benjamins non qualifiés aux championnats de l'Essonne, régionaux ou nationaux peuvent s'engager. (cf. grilles de temps départementales.)

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.



INTERCLUBS AVENIRS		
	Compétition régionale	25 m
	Samedi 14 et dimanche 15 décembre 2024	VIRY-CHATILLON
	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.	

Avenirs	11 ans et moins	2013 et après
---------	-----------------	---------------

OBJECTIFS :

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 jeunes 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	2 ^{ème} réunion
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 papillon, 50 dos, 50 brasse, 50 nage libre (1 nageur par épreuve) et 100 4 nages

=> tous les nageurs de chaque équipe nagent cette épreuve. Classements au temps. Épreuves de relais (2 en filles et 2 en garçons) 4 x 50 4 nages, 4 x 50 nage libre. Chaque nageur dispute les deux relais. 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.

