

# Programme Sportif FFN OUEST Natation Course



Règlement pour les jurys: En cas de non-respect de la règle ci-dessous – amende de 50 € par réunion

- Pour toutes les compétitions « individuelles », les clubs sont tenus de fournir UN officiel pour 5 nageurs et DEUX officiels à partir de 10 nageurs. Cela s'entend par réunion.
- Pour les compétitions par équipe, chaque club doit fournir UN officiel

Dans le cadre du développement durable, l'inter-région vous informe qu'il ne sera plus distribué de programmes papiers lors des compétitions. Les programmes seront mis en ligne sur les sites, disponibles sur le live en direct et affichés sur le lieu de la compétition.

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Vendredi 21 déc. 2018</b></li> <li>• <b>Samedi 22 déc. 2018</b></li> <li>• <b>Dimanche 23 déc. 2018</b></li> </ul> <b>6 réunions</b>	<b>CHAMPIONNATS D'HIVER DE L'OUEST OPEN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>RENNES (50x20)</b></li> <li>• <b>Compétition de référence</b></li> </ul>
--	---	--

**Engagements 8 € à régler à votre ligue d'appartenance**

**Conditions d'accès :**

Catégories d'âge : Jeunes et plus sous conditions d'avoir réalisé la grille de temps correspondante.

Les performances sont à réaliser lors de la saison N-1 ou au cours de la saison 2018-2019 lors des compétitions de référence avant le 9 décembre 2018.

Il y aura 1 grille d'accès (temps 25 m/conversion extranat) : Filles 14 et moins, Filles 15 ans, Filles 16 ans et Filles 17 ans et plus. Garçons 15 et moins, Garçons 16 ans, Garçons 17 ans et Garçons 18 ans et plus.

**Engagements extranat entre le lundi 10 et le mardi 18 décembre 2018**

**Programme :**

**Épreuves individuelles** (17 en dames et 17 en messieurs).

50 NL, 100 NL, 200 NL, 400 NL, 800 NL, 1500 NL, 50 dos, 100 dos, 200 dos, 50 brasse, 100 brasse, 200 brasse, 50 papillon, 100 papillon, 200 papillon, 200 4 nages, 400 4 nages.

**Epreuve de relais** : 4x 100 4 N / 4x 100 NL / 2 équipes maximum par club.

2 Finales : - Finale Relève Filles 16 ans et plus / Garçons 17 ans et plus

- Finale Espoir Filles 15 ans et moins / Garçons 16 ans et moins

Finale B par catégorie si plus de 24 nageurs engagés par catégorie sur l'épreuve.

**Récompenses** : Les trois premiers de chaque finale seront récompensés.

Vendredi 21 décembre 2018	Samedi 22 décembre 2018	Dimanche 23 décembre 2018
<b>Ouverture des portes : 08h00</b> <b>Début des épreuves : 09h30</b>	<b>Ouverture des portes : 07h30</b> <b>Début des épreuves : 09h00</b>	<b>Ouverture des portes : 07h30</b> <b>Début des épreuves : 09h00</b>
400 NL messieurs 100 dos dames 200 dos messieurs 200 brasse dames 100 brasse messieurs 50 NL dames 100 NL messieurs 200 4 N dames 200 papillon messieurs 50 papillon dames 1500 NL messieurs (séries lentes) 800 NL dames (séries lentes)	400 NL dames 100 dos messieurs 200 dos dames 200 brasse messieurs 100 brasse dames 50 NL messieurs 100 NL dames 200 4 N messieurs 200 papillon dames 50 papillon messieurs 1500 NL dames (séries lentes) 800 NL messieurs (séries lentes)	400 4 N dames (séries lentes) 400 4 N messieurs (séries lentes) 50 dos dames 50 dos messieurs 100 papillon dames 100 papillon messieurs 50 brasse dames 50 brasse messieurs 200 NL dames 200 NL messieurs
<b>Ouverture des portes : 14h30</b> <b>Début des épreuves : 16h</b>	<b>Ouverture des portes : 14h30</b> <b>Début des épreuves : 16h</b>	<b>Ouverture des portes : 14h00</b> <b>Début des épreuves : 15h30</b>
800 NL dames (séries rapides) 1500 NL messieurs (séries rapides) Finales 100 dos dames 200 dos messieurs 200 brasse dames 100 brasse messieurs 50 NL dames 100 NL messieurs 200 4 N dames 200 papillon messieurs 50 papillon dames 400 NL messieurs Relais 4 x 100 NL dames et messieurs	800 NL messieurs (séries rapides) 1500 NL dames (séries rapides) Finales 100 dos messieurs 200 dos dames 200 brasse messieurs 100 brasse dames 50 NL messieurs 100 NL dames 200 4 N messieurs 200 papillon dames 50 papillon messieurs 400 NL dames Relais 4 x 100 4N messieurs et dames	400 4 N dames (séries rapides) 400 4 N messieurs (séries rapides) Finales 50 dos dames 50 dos messieurs 100 papillon dames 100 papillon messieurs 50 brasse dames 50 brasse messieurs 200 NL dames 200 NL messieurs

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Dimanche 7 avril 2019</b></li> </ul> <b>2 réunions</b> <b>Bassin de 25 m.</b>	<b>CHAMPIONNATS INTERCLUBS DES MAITRES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Lieu à désigner</b></li> <li>• <b>Compétition de référence</b></li> </ul>
--	--	---

**Engagements 100 € / équipe à régler à votre ligue d'appartenance**

### Engagements extranat entre le lundi 25 mars et le mardi 02 avril 2019

#### PHASE DE QUALIFICATION

Afin de permettre la qualification à la finale nationale, les équipes doivent participer à une poule de qualification régionale respectant le programme de la finale nationale. La période de qualification est fixée du mercredi 2 janvier au dimanche 3 mars 2019. Le classement national des interclubs sera publié le mercredi 6 mars 2019. Les clubs disposeront de cinq jours pour toute réclamation.

À l'issue de cette période, le classement sera considéré comme officiel et définitif.

#### MODE DE QUALIFICATION

Les équipes de l'interrégion ayant totalisées au moins 6000 points à l'issue des épreuves régionales (à l'exception des équipes qualifiées en nationale) seront qualifiées dans la limite de trois équipes par club.

#### REGLEMENT SPECIFIQUE

Compétition par équipe, ouverte aux nageurs de 25 ans et plus (nés en 1994 et avant), licenciés à la Fédération Française de Natation (compétition non-ouverte aux nageurs licenciés dans un club de natation estivale).

Chaque équipe est composée de dix licenciés du même club. Les séries sont nagées au temps d'engagement, sans tenir compte ni du sexe, ni de l'âge des concurrents.

Chaque concurrent participe obligatoirement à une épreuve individuelle et à un relais (la participation au relais 10 x 50 m nage libre est obligatoire). Les relais 4 x 50 4N et 4 x 50 NL sont composés obligatoirement de 2 femmes et 2 hommes différents.

La participation d'une équipe du club organisateur est autorisée d'office.

#### CLASSEMENT

Le classement, pour attribution du nombre de points, s'effectue d'après la table de cotation fédérale. La performance de chaque nageur est affectée d'un coefficient de rajeunissement.

##### ■ Les points des épreuves individuelles seront calculés ainsi :

Temps réalisé divisé par le coefficient de majoration en fonction de l'épreuve et de la catégorie et calcul des points à la table de cotation FFN.

##### ■ Les points des épreuves de relais seront calculés ainsi :

Pour une relayeuse, le coefficient est pris dans la table dames en relais. Pour un relayeur, le coefficient est pris dans la table individuelle messieurs.

- 4 x 50 m 4 nages : cotation FFN du 4 x 50 m 4 nages messieurs après correction par les coefficients.

- 4 x 50 m NL: cotation FFN du 4 x 50 m NL messieurs après correction par les coefficients.

- 10 x 50 m nage libre : cotation FFN du 10 x 50 m nage libre après correction par les coefficients.

**RECOMPENSES** : Les trois premières équipes au classement général seront récompensées par une coupe et des médailles individuelles.

Dimanche 7 avril 2019	
Ouverture des portes : 08h30 Début des épreuves : 09h45	Ouverture des portes : 14h00 Début des épreuves : 15h15
10 x 50 nage libre  Courses des remplaçants  400 nage libre 100 papillon 50 dos 100 brasse 50 nage libre	100 nage libre 50 brasse 100 dos 50 papillon 200 4 nages 4 x 50 4 nages 4 x 50 nage libre

<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>Vendredi 3 mai 2019</b></li> <li>■ <b>Samedi 4 mai 2019</b></li> <li>■ <b>Dimanche 5 mai 2019</b></li> </ul> <p><b>6 réunions</b></p>	<p><b>CHAMPIONNATS OPEN DE L'OUEST</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>TOURS (50x20)</b></li> <li>• <b>Compétition de référence</b></li> <li>• <b>Meeting labellisé national</b></li> </ul>
---	--	--

**Engagements 8 € à régler à votre ligue d'appartenance**

**Conditions d'accès :**

Catégories d'âge : Jeunes et plus sous conditions d'avoir réalisé la grille de temps correspondante. Les performances sont à réaliser lors de la saison N-1 ou au cours de la saison 2018-2019 lors des compétitions de référence avant le 14 avril 2019. Les nageurs qualifiés aux N1 Elite ou N2 ne peuvent pas participer.

Il y aura 1 grille d'accès (temps 25 m/conversion extranat) : Filles 14 et moins, Filles 15 ans, Filles 16 ans et Filles 17 ans et plus. Garçons 15 et moins, Garçons 16 ans, Garçons 17 ans et Garçons 18 ans et plus.

**Engagements extranat entre le lundi 22 avril et le mardi 30 avril 2018**

**Programme :**

Épreuves individuelles (17 en dames et 17 en messieurs).

50 NL, 100 NL, 200 NL, 400 NL, 800 NL, 1500 NL, 50 dos, 100 dos, 200 dos, 50 brasse, 100 brasse, 200 brasse, 50 papillon, 100 papillon, 200 papillon, 200 4 nages, 400 4 nages.

2 Finales :

- Finale Relève Filles 16 ans et plus / Garçons 17 ans et plus
- Finale Espoir Filles 15 ans et moins / Garçons 16 ans et moins

Finale B par catégorie si plus de 24 nageurs engagés par sur l'épreuve.

**Récompenses :** Les trois premiers de chaque finale seront récompensés.

Vendredi 3 mai 2019	Samedi 4 mai 2019	Dimanche 5 mai 2019
<p><b>Ouverture des portes : 08h00</b> <b>Début des épreuves : 09h30</b></p> <p>400 NL messieurs 100 dos dames 200 dos messieurs 200 brasse dames 100 brasse messieurs 50 NL dames 100 NL messieurs 200 4 N dames 200 papillon messieurs 50 papillon dames 800 NL dames (séries lentes) 1500 NL messieurs (séries lentes)</p>	<p><b>Ouverture des portes : 07h30</b> <b>Début des épreuves : 09h00</b></p> <p>400 NL dames 100 dos messieurs 200 dos dames 200 brasse messieurs 100 brasse dames 50 NL messieurs 100 NL dames 200 4 N messieurs 200 papillon dames 50 papillon messieurs 1500 NL dames (séries lentes) 800 NL messieurs (séries lentes)</p>	<p><b>Ouverture des portes : 07h30</b> <b>Début des épreuves : 09h00</b></p> <p>400 4 N dames (séries lentes) 400 4 N messieurs (séries lentes) 50 dos dames 50 dos messieurs 100 papillon dames 100 papillon messieurs 50 brasse dames 50 brasse messieurs 200 NL dames 200 NL messieurs</p>
<p><b>Ouverture des portes : 14h30</b> <b>Début des épreuves : 16h</b></p> <p>800 NL dames (séries rapides) 1500 NL messieurs (séries rapides) Finales 100 dos dames 200 dos messieurs 200 brasse dames 100 brasse messieurs 50 NL dames 100 NL messieurs 200 4 N dames 200 papillon messieurs 50 papillon dames 400 NL messieurs</p>	<p><b>Ouverture des portes : 14h30</b> <b>Début des épreuves : 16h</b></p> <p>800 NL messieurs (séries rapides) 1500 NL dames (séries rapides) Finales 100 dos messieurs 200 dos dames 200 brasse messieurs 100 brasse dames 50 NL messieurs 100 NL dames 200 4 N messieurs 200 papillon dames 50 papillon messieurs 400 NL dames</p>	<p><b>Ouverture des portes : 14h00</b> <b>Début des épreuves : 15h30</b></p> <p>400 4 N dames (séries rapides) 400 4 N messieurs (séries rapides) 50 dos dames 50 dos messieurs 100 papillon dames 100 papillon messieurs 50 brasse dames 50 brasse messieurs 200 NL dames 200 NL messieurs</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Samedi 8 juin 2019</li> <li>■ Dimanche 9 juin 2019</li> </ul> <p>2 réunions bassin 25 m</p>	<p><b>COUPE DE L'OUEST DES DEPARTEMENTS</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHERBOURG (25x15)</li> <li>• Compétition d'animation</li> </ul>
--	---	--

**Engagements 200€ par département à régler à votre ligue d'appartenance**

**Conditions d'accès:**

Cette compétition est réservée à des sélections départementales de 8 nageuses 13 ans et moins et 8 nageurs 14 ans et moins + 1 remplaçant par équipe.

**Engagement extranat du lundi 27 mai au mardi 4 juin 2019**

**Mode de participation :**

Chaque équipe présente obligatoirement 4 nageurs par épreuve individuelle et 1 équipe par relais. Un nageur doit participer à deux épreuves individuelles de 100 m et aux deux relais

**Nageurs remplaçants :**

Le nageur remplaçant peut devenir titulaire à partir du moment où un nageur titulaire est dans l'incapacité de pouvoir assurer sa course. Dans le cas d'une blessure, le comité départemental devra fournir un certificat médical justifiant cette incapacité dans les quarante-huit heures suivant la compétition. Pour les autres cas, le directeur technique régional ou son représentant, en accord avec le délégué de la commission sportive, se réserve le droit d'autoriser le remplacement d'un nageur titulaire. Ceux-ci pourront participer à une course spécifique sur un 100 m. de leur choix.

**Classement :**

Il s'effectue par addition des points à la table de cotation fédérale sur l'ensemble des épreuves. Les points des relais ne sont pas doublés.

Les trois premières équipes filles et les trois premières équipes garçons seront récompensées (coupes)

Un trophée récompensera le meilleur département (addition filles et garçons)

**Jury :**

Chaque département est tenu de fournir au moins un officiel par réunion

Pénalité pour non présentation d'officiels de : 50€ par réunion

Samedi 8 juin 2019	Dimanche 9 juin 2019
Ouverture des portes : 14h30 Début des épreuves : 16h00	Ouverture des portes : 8h00 Début des épreuves : 09h00
8 x 50 nage libre filles 8 x 50 nage libre garçons  Courses des remplaçants  100 papillon filles 100 papillon garçons 100 dos filles 100 dos garçons	100 brasse filles 100 brasse garçons 100 nage libre filles 100 nage libre garçons  Course des remplaçants  8 x 100 4N individuel filles 8 x 100 4N individuel garçons

<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>Samedi 13 juillet 2019</b></li> <li>■ <b>Dimanche 14 juillet 2019</b></li> </ul> <p><b>3 réunions bassin 50 m</b></p>	<p><b>CHAMPIONNATS DE L'OUEST JEUNES</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lieu : ANGERS (50 x 15 m)</li> <li>• Compétition d'animation</li> </ul>
---	--	--

**Forfait 50 € par réunion à régler à votre ligue d'appartenance**

**Conditions d'accès :**

Catégories : Filles 11 à 13 ans (nées en 2008 – 2007 – 2006), garçons 12 à 14 ans (nés en 2007 – 2006 – 2005)

Classement du Trophée nageur complet Jeunes

- Jeunes 1 : 30 filles / 30 garçons
- Jeunes 2 : 40 filles / 40 garçons
- Jeunes 3 : 50 filles / 50 garçons

Les performances intégrées dans le classement du trophée sont à réaliser lors la saison en cours avant le 1<sup>er</sup> juillet 2019.

Les nageurs qui participent aux Championnats de France Jeunes n'ont pas accès à cette compétition

**Engagements extranat du lundi 1<sup>er</sup> juillet au mardi 9 juillet 2019**

**Programme :**

Épreuves individuelles. Classement au temps. 6 épreuves par nageur.

Jeunes 1 : 200 NL, 200 4N, 50 papillon, 50 dos, 50 brasse, 50 crawl

Jeunes 2 : 400 NL, 200 4N, 100 NL, 100 brasse, 100 dos, 100 papillon

Jeunes 3 : 800 NL, 400 4N, 100 NL, 100 brasse, 100 dos, 100 papillon

**Récompenses :** Les 5 premiers de chaque catégorie à l'addition des points à la table de cotation sur les 6 épreuves seront récompensés.

Samedi 13 juillet 2019	Dimanche 14 juillet 2019
Ouverture des portes : 14h00 Début des épreuves : 15h30	Ouverture des portes : 8h00 Début des épreuves : 9h00
50 papillon 100 brasse 200 NL 100 dos	400 NL 50 NL 800 NL 200 4N
	Ouverture des portes : 14h00 Début des épreuves : 15h00
	100 papillon 50 brasse 100 NL 50 dos 400 4N

## GRILLES INTERREGION OUEST RENNES/TOURS

Epreuves			50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	Conversion 25/50 m FFN
			14 ans et moins	25 m	15 ans	25 m	16 ANS	25 m	17 ans et plus	25 m	
FILLES	50	NL	00:30,72	00:30,02	00:30,24	00:29,54	00:29,61	00:28,91	00:28,98	00:28,28	00:00,70
	100	NL	01:07,05	01:05,45	01:05,43	01:03,83	01:04,17	01:02,57	01:02,92	01:01,32	00:01,60
	200	NL	02:25,80	02:22,40	02:22,64	02:19,24	02:19,46	02:16,06	02:17,38	02:13,98	00:03,40
	400	NL	05:05,79	04:58,29	04:57,33	04:49,83	04:52,79	04:45,29	04:45,29	04:37,79	00:07,50
	800	NL	10:25,91	10:09,91	10:12,86	09:56,86	09:58,76	09:42,76	09:46,96	09:30,96	00:16,00
	1500	NL	20:28,38	19:58,38	19:55,45	19:25,45	19:18,93	18:48,93	18:41,54	18:11,54	00:30,00
	50	D	00:35,09	00:33,59	00:34,05	00:32,55	00:33,84	00:32,34	00:32,88	00:31,38	00:01,50
	100	D	01:15,76	01:13,36	01:14,12	01:11,72	01:13,49	01:11,09	01:11,54	01:09,14	00:02,40
	200	D	02:45,88	02:40,98	02:39,14	02:34,24	02:37,69	02:32,79	02:34,57	02:29,67	00:04,90
	50	B	00:39,17	00:38,37	00:38,23	00:37,43	00:37,24	00:36,44	00:36,26	00:35,46	00:00,80
	100	B	01:25,79	01:23,79	01:24,28	01:22,28	01:22,32	01:20,32	01:20,09	01:18,09	00:02,00
	200	B	03:05,33	03:00,33	03:00,36	02:55,36	02:57,17	02:52,17	02:53,30	02:48,30	00:05,00
	50	P	00:32,77	00:32,17	00:31,88	00:31,28	00:31,28	00:30,68	00:30,56	00:29,96	00:00,60
	100	P	01:14,09	01:12,79	01:12,35	01:11,05	01:09,87	01:08,57	01:08,33	01:07,03	00:01,30
	200	P	02:47,77	02:44,67	02:43,16	02:40,06	02:38,12	02:35,02	02:34,48	02:31,38	00:03,10
	200	4N	02:46,98	02:43,48	02:42,50	02:39,00	02:39,95	02:36,45	02:35,70	02:32,20	00:03,50
400	4N	05:51,98	05:43,18	05:40,44	05:31,64	05:34,97	05:26,17	05:27,60	05:18,80	00:08,80	
Epreuves			50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	
			15 ans et moins	25 m	16 ans	25 m	17 ans	25 m	18 ans et plus	25 m	
GARCONS	50	NL	00:27,80	00:27,10	00:26,93	00:26,23	00:26,62	00:25,92	00:25,99	00:25,29	00:00,70
	100	NL	01:00,71	00:59,11	00:58,63	00:57,03	00:58,29	00:56,69	00:56,71	00:55,11	00:01,60
	200	NL	02:12,55	02:09,15	02:07,70	02:04,30	02:06,06	02:02,66	02:04,14	02:00,74	00:03,40
	400	NL	04:41,58	04:34,08	04:31,36	04:23,86	04:26,55	04:19,05	04:22,71	04:15,21	00:07,50
	800	NL	09:46,96	09:30,96	09:23,03	09:07,03	09:13,10	08:57,10	09:05,47	08:49,47	00:16,00
	1500	NL	18:25,96	17:55,96	18:10,84	17:40,84	17:34,75	17:04,75	17:27,42	16:57,42	00:30,00
	50	D	00:32,10	00:30,60	00:30,90	00:29,40	00:30,67	00:29,17	00:29,82	00:28,32	00:01,50
	100	D	01:09,20	01:06,80	01:06,53	01:04,13	01:05,77	01:03,37	01:04,41	01:02,01	00:02,40
	200	D	02:30,64	02:25,74	02:24,77	02:19,87	02:23,32	02:18,42	02:19,98	02:15,08	00:04,90
	50	B	00:35,07	00:34,27	00:34,08	00:33,28	00:33,17	00:32,37	00:32,64	00:31,84	00:00,80
	100	B	01:18,01	01:16,01	01:15,85	01:13,85	01:13,44	01:11,44	01:11,98	01:09,98	00:02,00
	200	B	02:53,42	02:48,42	02:44,38	02:39,38	02:39,14	02:34,14	02:37,17	02:32,17	00:05,00
	50	P	00:29,50	00:28,90	00:28,90	00:28,30	00:28,11	00:27,51	00:27,73	00:27,13	00:00,60
	100	P	01:06,33	01:05,03	01:03,51	01:02,21	01:02,63	01:01,33	01:01,23	00:59,93	00:01,30
	200	P	02:29,00	02:25,90	02:24,86	02:21,76	02:21,35	02:18,25	02:18,40	02:15,30	00:03,10
	200	4N	02:29,28	02:25,78	02:26,50	02:23,00	02:22,57	02:19,07	02:20,90	02:17,40	00:03,50
400	4N	05:18,96	05:10,16	05:10,73	05:01,93	05:06,57	04:57,77	05:01,57	04:52,77	00:08,80	