

# Règlement Sportif T4 - 2024

**En attendant 2025...**



## SOMMAIRE

SOMMAIRE .....	2
Les Catégories d'Âge jusque décembre 2024 .....	3
Echéancier National et Régional fin de saison 2024 .....	3
Prises de temps / Meeting d'animation club .....	3
Tarifs des compétitions régionales.....	4
Coordonnées .....	4
Organisation des secteurs .....	5
Organisation des officiels et Jury des compétitions.....	6
Détails des compétitions (ordre chronologique) .....	10
1- La Coupe 263 Avenirs .....	10
2- Les Interclubs TC.....	12
3- Les Championnats Régionaux 25m Hiver Juniors et + .....	15
4- Meeting Régional Benjamins.....	18
5- Calendrier provisoire 2025 .....	19



## Les Catégories d'Âge jusque décembre 2024

Catégorie	Âge	Année
Avenirs	11ans et moins	2013 et après
Benjamins	12-13ans	2012 et 2011
Juniors	14-18ans	2010 à 2006
Seniors	19ans et plus	2005 et avant

## Echéancier National et Régional fin de saison 2024

Compétition	Lien	Date	Engagements	Lieu
Séminaire des Entraîneurs		21 Septembre 2024		Olhain
France Elite 25m		31 octobre 2023 au 3 novembre 2024		MONTPELLIER
Coupe 263 Avenirs	➔	11/11/2024	06/11/2024	Auchel
Interclubs TC Poule Régionale	➔	17/11/2024	04 au 11/11/2024	St Amand les Eaux
Interclubs TC Poule de Secteur		26/10 au 24/11/2024	J-7	Secteur
Championnats Juniors et + 25m Hiver	➔	23 et 24/11/2024	11 au 18/11/2024	Denain
Meeting Régional Benjamins	➔	08/12/2024	01/12/2024	Arras (DAULLE)
France Juniors 25m		5 au 9 décembre 2024		MASSY
Coupe de France Benjamin		15 (après-midi) et 16 (matin) décembre 2024		DUNKERQUE
France Benjamins 50m		12 au 14 décembre 2024		DUNKERQUE

## Prises de temps / Meeting d'animation club

La Ligue limite le nombre d'organisations par club à **4 par saison sportive** (1<sup>er</sup> janvier et 31 décembre). Les demandes devront se faire à minima 3 semaines avant la première prise de temps du trimestre concerné. Demande à faire en janvier pour les prises de temps de janvier à mars, en mars pour le trimestre 2 d'avril à juin, en juin pour le trimestre 3 concernant juin à septembre et septembre pour le dernier trimestre de septembre à décembre.

Les demandes sont à envoyer à : [maryline.cheron@ffnatationhdf.fr](mailto:maryline.cheron@ffnatationhdf.fr) avec copie au responsable sportif de son département.

**Validation des performances** : toutes remontées de compétition à la FFN fera l'objet d'une vérification :

- Compétition inscrite au calendrier Départemental, validée par la Ligue
- Devra concerner 2 clubs à minima, 20 performances au minimum sur l'ensemble des résultats
- **Les nageurs doivent posséder une licence compétition**
- Pour les 10ans et -, les nageurs devront être titulaire du Savoir Nager Sécuritaire

**Toutes les autres compétitions devront être traitées en LOCAL, sur ExtraNat Pocket, sans remontée sur le serveur FFN**



## Tarifs des compétitions régionales

- § Epreuves individuelles : 6.50€
- § Epreuves relais : 8.50€
- § Interclubs TC : 55.00€
- § Interclubs Benjamins : 20.00€
- § Coupe 263 Avenirs : 90.00€ par Département
- § Coupe 263 Benjamins : 45.00€ par équipe
- § Engagements **hors délai** intégrés manuellement : **10.00€ l'engagement**
- § **Forfait non déclaré** en série ou en finale : **10.00€ l'engagement**

## Coordonnées

- Elu Pôle Sportif : [yves.gudin@ffnatationhdf.fr](mailto:yves.gudin@ffnatationhdf.fr) ; Tél : 06-40-12-40-58
- Responsable ETR : [samuel.abgrall@laposte.net](mailto:samuel.abgrall@laposte.net) ; Tél : 06-17-97-71-71
- CTS en charge de la performance : [benjamin.tranchard@outlook.fr](mailto:benjamin.tranchard@outlook.fr) ; Tél : 06-30-34-03-68
- Salariée en charge du suivi sportif : [maryline.cheron@ffnatationhdf.fr](mailto:maryline.cheron@ffnatationhdf.fr) ; Tél : 06-08-07-14-09
- Correspondant Régional ExtraNat : [marc.fortin@ffnatationhdf.fr](mailto:marc.fortin@ffnatationhdf.fr) ; Tél : 06-44-25-09-49

**Merci de ne pas appeler le service informatique de la FFN. Pour tout problème, vous devez envoyer un mail au responsable régional en indiquant le problème rencontré (capture d'écran, explications détaillées du problème, pour une compétition : Date, Lieu, Titre, ID de la compétition...) qui vous accompagnera dans la résolution du problème.**



## Organisation des secteurs

	SECTEUR SOMME	NC	SECTEUR NORD-EST	NC	SECTEUR OISE	NC	SECTEUR CENTRE-NORD	NC	SECTEUR MARITIME	NC
1	ACN Friville 80	1	A Louvroil N 59	1	A Creil N 60	1	CN Halluin 59	1	AS Lillers N 62	1
2	Albert SN 80	1	A Aulnoye Aymeries 59	1	ACI Montataire 60	1	CN Croix 59	1	Auchel N 62	1
3	AAE Péronne 80	1	Beaumont N 02	1	Beauvaisis AC 60	1	D Loos-Haubourdin 59	1	Calais N 62	1
4	Amiens MN 80	1	CN Cambrai 59	1	CN Chauny 02	1	EN Tourcoing 59	1	CN Divion 62	1
5	AN Vitry en Artois 62	1	CN Fourmies 59	1	Sud Oise Senlis 60	1	Lille MN 59	1	CN Noeux les Mines 62	1
6	Berck N 62	1	CN Somain 59	1	CNC Attichy 60	1	Lille UC 59	1	D Saint Omer 62	1
7	CN Frévent 62	1	Denain N CAPH 59	1	CN Villers Cotterêts 02	1	Marcq Natation 59	1	Dunkerque N 59	1
8	CN Roye 80	1	FC Laon 02	1	Château-Thierry Nat. 02	1	Lomme Nat Triathlon N 59	1	ENC Bray Dunes 59	1
9	ENC Achicourt 62	1	FNC Douai 59	1	CN Liancourt 60	1	Ronchin OC 59	1	Gravelines N 59	1
10	Moreuil N 80	1	H Hautmont 59	1	EA Nogent Villers 60	1	Roubaix N 59	1	HNC Coudekerque 59	1
11	RC Arras 62	1	Hirson N 02	1	JN Compiègne 60	1	Seclin N 59	1	O Grande Synthe 59	1
12	SC Abbeville 80	1	M St Saulve 59	1	NC Noyon 60	1	SO Armentières 59	1	Saint Pol N 59	1
13	US Corbie 80	1	NSH Jeumont 59	1	PV Grandvilliers N 60	1	SN Harnes 62	1	SC Boulogne s/mer 62	1
14	US Poix de Picardie 80	1	PC Valenciennes A 59	1	Soissons Nat Sportive 02	1	SN Lens 62	1	T Lumbres 62	1
15	US Montreuil s/m 62	1	Saint Quentin N 02	1	Thourotte N 60	1	US Roncq 59	1	US Leffrinckoucke 59	1
16	S Béthune PC 62	1	SNC Caudry 59	1	US Crépy en Valois 60	1	US Saint André 59	1	USO Bruay la Bussière 62	1
17	CN Courrières 62	1	St Amand NPH 59	1	Vexin NC 60	1	A Villeneuve d'Ascq N 59	1	Desvres Samer Nat 62	1
18	Hippo Montigny en G 62	1	US Maubeuge 59	1			Weppes N 59	1	Les Squales de Calais 62	1
19	Ham Nat 80						Flandres Lys 59	1		
20		18		18		17	Omni Airois 62	20		18
Responsables de secteur	René LUCAS		Freddy WALLET		Adrien LEGER		Caroline PAUL		Henri HENNEGRAVE	
			Stéphane MEYER					Luc BOURRE		



## Organisation des officiels et Jury des compétitions

# ORGANISATION & SOLLICITATION des Officiels Natation Course

### **Introduction**

Afin d'assurer la bonne tenue des compétitions régionales à centre unique avec des Jurys complets, la Ligue poursuit le dispositif mis en place de façon expérimentale depuis la saison 2019-2020 et est passée en phase opérationnelle à compter du 01 janvier 2022.

Pour gommer les périodes sanitaires difficiles, les clubs ayant eu un cumul de points (CP) négatif ont vu leur compteur remis à 0 à cette même date.

Le cumul de points (CP) qui sera pris en compte pour la facturation des contributions sera celui arrêté au 31 décembre 2024. Les contributions seront attribuées, par réunion et par club sollicité non représenté, dès le 01 janvier 2025.

### **Composition des Jury en compétition régionale à centre unique :**

Chaque club désigne, auprès de la Ligue, un représentant des officiels qui proposera les officiels susceptibles de représenter leur club lors des compétitions régionales à centre unique.

Pour chacune des réunions des compétitions concernées, une liste des clubs sollicités pour fournir à minima un officiel / réunion sera communiquée sur le site de la Ligue au plus tôt, ainsi qu'aux responsables des officiels des clubs et aux clubs, puis sur le Live FFN de l'événement. Cette liste sera établie en tenant compte de la représentativité en officiels de chacun des clubs, sur les compétitions régionales à centre unique antérieures. Le but étant de permettre un équilibrage des sollicitations et une minimisation des contributions sur les saisons S+1 et suivantes.

Les responsables des officiels des clubs, ou les clubs ou les officiels, transmettent les candidatures via des liens Google Form, contenus dans le règlement sportif régional.

Ces déclarations peuvent également être réalisées sur Extranat 3.0, uniquement durant la période d'engagement de l'évènement :

- soit par l'officiel lui-même, à partir de son espace personnel, où il pourra s'inscrire à la réunion près,
- soit par le club, à partir de l'onglet "proposer des officiels", avec déclaration sur l'ensemble de la compétition.

Seuls les clubs sollicités, réalisant au moins un engagement de compétiteur sur l'évènement, sont tenus de proposer à minima un officiel / réunion sollicitée, y compris sur les réunions composées de finales. Les autres clubs peuvent également déclarer des officiels.

### **Suivi de la contribution des clubs / cumul des points (CP) / contribution :**

A l'issue de chacune des compétitions concernées, un bilan sera établi sur la base de l'export Extranat Pocket vers la FFN. Il sera consultable sur le site de la Ligue Régionale, communiqué aux responsables des officiels des clubs et aux clubs.

Le suivi annuel est réalisé par un cumul de points (CP).

Officiel non sollicité / réunion : présent : +1 pt

Officiel sollicité / réunion : présent : +1 pt                      absent : -2 pts

Les officiels réalisant des épreuves pratiques et le Jury d'Appel n'entrent pas dans le décompte.

Le cumul des points sera remis à 0 pour tous les clubs, chaque 01 janvier, à compter du 01 janvier 2024.

Les points positifs acquis au 31 décembre, seront transformés en joker, dans la limite de 10 points.

Pour les clubs disposant d'un joker : le cumul de points de la saison et le joker seront réduits de 2 points / réunion / officiel sollicité absent. Le club sera dispensé d'amende tant que son joker sera > 0.

Pour chaque absence de représentativité sollicitée, chaque club concerné se verra infliger une contribution en fonction de son cumul de points (CP) arrêté au 31 décembre de la saison S-1 :

Si au 31 décembre de la saison S-1, le club comptabilise un cumul de points (CP) :

- De 0 à 10 : Contribution de 50 € / réunion / officiel sollicité absent
- De - 10 à -1 : Contribution de 75 € / réunion / officiel sollicité absent
- < à -10 : Contribution de 100 € / réunion / officiel sollicité absent

### **Exemples :**

Un club ayant un CP à + 4 pts au 31/12/24 aura le 01/01/25 : un CP à 0 et un joker à + 4. Il sera assujéti à des contributions de 50 € / réunion / officiel sollicité absent, dès que son joker sera à 0. (droit à 2 non-représentativité).

Un club ayant un CP à -7 pts au 31/12/24 aura le 01/01/25 : un CP à 0. Il sera assujéti à des contributions de 75 € / réunion / officiel sollicité absent.

Un club ayant un CP à - 25 pts au 31/12/24 aura le 01/01/25 : un CP à 0. Il sera assujéti à des contributions de 100 € / réunion / officiel sollicité absent.

Les contributions seront consacrées intégralement à l'attractivité et au développement de la fonction des officiels natation course. (Exemples : Participation aux repas des officiels lorsque proposé par l'organisateur, harmonisation des tenues, autres.). Les actions seront définies à chaque fin de saison, en fonction des contributions attribuées.

## Rappels

### Désignation du Jury de tête (Juge-arbitre 1 et Starter 1)

- Compétition régionale à centre unique : Par la Ligue, frais à la charge de la Ligue.
- Interclubs Poule A Régionale : Par la Ligue, frais à la charge de la Ligue.
- Compétition régionale / secteur : Par le responsable de secteur, frais à la charge de la Ligue.
- Compétition labellisée nationale : Par la Ligue, frais à la charge de l'organisateur.
- Autres : Par le Club / Comité organisateur et d'accueil.

Le Comité Départemental accueillant une compétition régionale à centre unique pourra proposer à la Ligue un second Juge-arbitre et un second Starter. Le binôme proposé, pour la totalité de l'événement, sera si possible mixte. Ces derniers ne seront pas comptabilisés dans le cumul de points (CP) et les frais afférents à cette désignation seront à la charge du Comité Départemental.

### Sollicitation du Jury

- Compétitions régionales à centre unique : Par la Ligue.
- Interclubs Poule A Régionale : Par la Ligue, avec à minima un officiel par équipe engagé.
- Compétitions régionales par secteur : Par le responsable de secteur.
- Compétitions labellisées nationales et autres : Par le Club / Comité organisateur et d'accueil.

La sollicitation des officiels pour les compétitions régionales par secteur est de la responsabilité des responsables de secteur. Ils sollicitent les clubs en fonction du nombre de clubs engagés ainsi que du nombre de couloirs utilisés. Le club organisateur indiquera ces éléments au responsable de secteur dès la fin de période d'engagements.

### Effectifs cibles « confort » (hors formation, chambre d'appel, secrétariat, etc.)

- 4 couloirs : entre 12 et 16 officiels / réunion
- 5 couloirs : entre 15 et 20 officiels / réunion
- 6 couloirs : entre 18 et 24 officiels / réunion
- 8 couloirs : entre 24 et 32 officiels / réunion
- 10 couloirs : entre 30 et 40 officiels / réunion





# Définition des vêtements techniques

relative au dispositif applicable aux benjamins et moins



Coupe « maillot de bain » autorisée sous réserve de ne pas descendre au-dessous du 1/3 de la cuisse ET si les coutures sont piquées



Couture piquée =>



Coupes « slip de bain » et « short de bain » autorisées sous réserve de ne pas descendre au-dessous du 1/3 de la cuisse ET si les coutures sont piquées



Couture soudée ou collée



Coupe « combinaison » non autorisée

Interdiction de tout maillot avec coutures soudées ou collées





## 1- La Coupe 263 Avenirs

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Date</b> : 11 novembre 2024</li> <li>▪ <b>Réunions</b> : 1</li> </ul>	<b>Coupe 263</b>  <b>AVENIRS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Lieu</b> : AUCHEL</li> <li>▪ <b>Chronométrage</b> : manuel</li> </ul>
<b>Catégories d'âge</b> Avenirs (nés en 2013 et après)		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Engagements</b> : pour le 4 novembre 2024 (par mail)</li> <li>▪ <b>Tarifs</b> : 45.00€ / équipe</li> </ul>		Compétition gérée en Pocket Local, aucune remontée des performances vers la FFN

Forte d'une première expérience, nous avons souhaité conserver la Coupe 263, en y apportant quelques modifications, mais en gardant la logique d'équipe, de tirage au sort et d'épreuves non conventionnelles.

### ✓ Conditions d'accès

- ✓ 1 équipe par Département (5 Départements)
- ✓ Constitution des équipes : 8 filles et 8 garçons de la catégorie Avenirs
- ✓ 1 remplaçant par genre
- ✓ NB : Savoir Nager en Sécurité obligatoire pour les 10ans et moins (2013 et après)

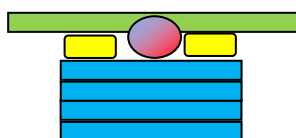
### ✓ Catégories d'âge

- ✓ Dames : filles nées en 2013 et après
- ✓ Messieurs : garçons nés en 2013 et après

### ✓ Détail des épreuves

#### Epreuves de relais :

- ✓ Relais : 16 x 50m NL mixte 4filles et 4 garçons nageront avec des mini-palmes, leur place dans le relais est au choix des entraîneurs, les autres nageront sans palmes (***coulée limitée à 15m : si dépassement, malus : -5pts par coulée non conforme***)
- ✓ Relais 8 x 25 Filles Apnée (battements ou ondulations) : départ plongé (en fonction du bassin)
- ✓ Relais 8 x 25 garçons Apnée (battements ou ondulations) : départ plongé (en fonction du bassin)
  - ⇒ ***Remontée autorisée après les 20m (fin du parcours en battements ou ondulations). Bonus de 5 points si le nageur réalise les 25m, malus -5points si le nageur remonte avant les 20m. 0 point si le nageur termine la longueur en crawl ou tout autre déplacement autre que battements / ondulations***
- ✓ Relais Totem 16x50m filles et garçons : **épreuve modifiable**  
***Un Totem est composé de 4 planches, 2 pull-buoy, 1 frite et 1 ballon (1Totem par équipe)***





- ⇒ Au départ : le nageur ne peut pas jeter l'objet, il doit sauter avec l'objet en main (même le ballon)
- ⇒ Chaque nageur fait traverser le bassin à un objet avec lequel il a toujours un contact manuel, sauf avec le ballon où le nageur doit nager en crawl polo.
- ⇒ Il est interdit de lancer l'objet. Il revient pour passer le relais au nageur suivant qui avec un autre objet complète le Totem. L'équipe gagne quand le Totem est reconstitué à l'identique à l'autre bout du bassin.
- ⇒ Quand les filles auront fait traverser le Totem, les garçons le feront en sens inverse, ainsi le Totem reviendra à sa place et à sa forme initiale.

✓ Relais : 4 x 25m 4N mixte avec les 2 nageuses et 2 nageurs : 1 nageur par nage, ordre des nages au choix, le Dos se fait départ plongé avec reprise de nage en dos (dans le respect de la distance de coulée autorisée : 15m)

#### **Epreuves individuelles 1 épreuve individuelle par nageur / 2 nageurs par épreuve en dames et en messieurs**

- ✓ Epreuve 1 : 50m battements bras en flèche, 25 sur le ventre, 25 sur le dos (départ dans l'eau)
- ✓ Epreuve 2 : 50m Papillon-Brasse par 25m (départ plongé)
- ✓ Epreuve 3 : 50m Crawl-Dos par 25m (départ plongé)
- ✓ Epreuve 4 : 100m 4N ordre des nages Brasse/Crawl/Dos/Papillon (départ plongé)

#### **⇒ Tirage au sort des nageurs pour les épreuves :**

- Le tirage au sort s'effectuera la veille en visioconférence, avec les responsables d'équipe

#### **Epreuve des remplaçants :**

- ✓ 50m dans chaque spécialité (entre les épreuves des titulaires)
- ✓ 100m 4N

#### **Barème des points attribués :**

- ✓ Relais : 1er 60 points, 2ème 50 points, 3ème 40 points, 4ème 30 points, 5ème 20 points
- ✓ Nage individuelle : 1er 30 points, 2ème 24 points, 3ème 21 points, 4ème 20 points, 5ème 19 points, 6ème 18 points, 7ème 17 points, 8ème 16 points, 9ème 15 points, 10ème 14 points



<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Date</b> : 17 novembre 2024 (Poule Régionale)</li> <li>▪ <b>Période</b> : 26/10 au 17/11/2024</li> <li>▪ <b>Réunions</b> : 2</li> </ul>	<b>Interclubs TC</b> <b>Poule Régionale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Lieu</b> : St Amand Les Eaux</li> <li>▪ <b>Chronométrage</b> : automatique</li> </ul>
<b>Catégories d'âge</b> Toutes Catégories		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Engagements</b> : pour la poule régionale Du 4 au 11 novembre 2024</li> <li>▪ <b>Tarifs</b> : 55.00€ / équipe</li> </ul>		Envoi serveur : J (dernier jour de compétition) <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Publication web : J + 1</li> <li>▪ Réclamations : J + 8</li> </ul> <a href="mailto:reclamation.natation@ffnatation.fr" style="color: white;">reclamation.natation@ffnatation.fr</a>

Les séries seront en fonction du temps d'engagements.

### [Classement des équipes N-1 \(2023\)](#)

	Equipes Dames	Equipes Messieurs
	1- Stade Béthune Pélican Club 1 2- Amiens Métropole Nat 1 3- Denain Nat Porte du H 1 4- Lille Métropole Nat 1 5- Dunkerque Nat 1 6- Racing Club Arras 1 7- Pélican Club Valenciennes 1 8- Dunkerque Nat 2 9- St Amand Nat Porte du H 1 10- PV Grandvilliers Nat 1 11- Gravelines Natation 1 12- Denain Nat Porte du H 2 13- Marcq Natation 1 14- Dauphins St Omer 1 15- AVAN Villeneuve d'Ascq 1 16- Lille Métropole Natation 2	1- Lille Métropole Nat 1 2- Amiens Métropole Nat 1 3- Dunkerque Nat 1 4- Stade Béthune Pélican Club 1 5- AVAN Villeneuve d'Ascq 1 6- Pélican Club Valenciennes 1 7- St Amand Nat Porte du H 1 8- Amiens Métropole Nat 2 9- Racing Club Arras 1 10- JN Compiègne 1 11- Denain Nat Porte du H 2 12- Beauvaisis AC 1 13- Moreuil Natation 1 14- PV Grandvilliers Nat 1 15- Marcq Natation 1 16- Dauphins St Omer 1



## Mode de qualification et organisation :

**Règlement FFN : Le nombre d'équipe est fixé par la Ligue, en conservant l'exigence que la meilleure équipe de chaque club doit participer à la meilleure poule régionale.**

La Poule Régionale sera constituée **des 16 meilleures équipes filles et des 16 meilleures équipes garçons** du classement de la saison précédente. Pas de repêchage en cas de forfait, **présence obligatoire des équipes qualifiées sous peine de non prise en compte des points de l'équipe pour le CNC**

Toutes les autres équipes nageront dans les poules régionales de secteur. **Les secteurs doivent communiquer leur date d'organisation avant le 9 octobre 2024**, à [maryline.cheron@ffnatationhdf.fr](mailto:maryline.cheron@ffnatationhdf.fr) afin de procéder à la déclaration sur ExtraNat. Toute compétition remontée après le 18 novembre 2024 ne sera pas prise en considération.

Chaque équipe est composée de 10 nageurs avec obligation de participer à une épreuve individuelle et au relais 10 x 50m Nage Libre. Lorsque les titulaires du 10 x 50m Nage Libre ont nagé, aucun remplaçant ne peut se substituer dans les autres courses.

Pour les différentes poules de secteur, une ou plusieurs équipes supplémentaires peuvent être engagées à la condition que la ou les équipes précédentes soient complètes.

Pour tous renseignements complémentaires, se référer à « l'Annuel Règlement ».

**Jury : Présentation d'à minima 1 officiel par équipe engagée. (Pas de lien pour cette compétition).**

Une course de remplaçants sera organisée pendant la pause et sera traitée obligatoirement en compétition locale avec le logiciel ExtraNat Pocket. Le gestionnaire transmettra les résultats par mail, directement à [odp@ffnatation.fr](mailto:odp@ffnatation.fr) au format FFNEEx (**compétition diverse**)

## Récompenses

1 coupe et 11 médailles seront remises aux trois premières équipes Dames et Messieurs.



## Programme et horaires : 17 novembre 2024

*1<sup>ère</sup> réunion : Matin*

**Horaires à titre indicatif**  
**Ouverture des portes : 8h00**  
**Défilé des équipes : 9h30**  
**1<sup>er</sup> départ : 9h45**

- 1- 10 x 50m NL Dames
- 2- 10 x 50m NL Messieurs
- Pause 10'**
- 3- 100m Dos Dames
- 4- 200m Dos Messieurs
- 5- 100m Brasse Dames
- 6- 200m Brasse Messieurs
- 7- 100m NL Dames
- 8- 400m NL Messieurs
- 9- 100m Papillon Dames
- 10- 200m Papillon Messieurs
- 11- 100m 4N Dames
- 12- 200m 4N Messieurs
- Pause 15'** (course des remplaçants)
- 13- 4 x 200m NL Dames

*2<sup>ème</sup> réunion : Après-Midi*

**Horaires à titre indicatif**  
**Ouverture des portes : 13h30**  
**1<sup>er</sup> départ : 15h00**

- 14- 4 x 200m NL Messieurs
- Pause 10'** (course des remplaçants)
- 15- 200m Dos Dames
- 16- 100m Dos Messieurs
- 17- 200m Brasse Dames
- 18- 100m Brasse Messieurs
- 19- 400m NL Dames
- 20- 100m NL Messieurs
- 21- 200m Papillon Dames
- 22- 100m Papillon Messieurs
- 23- 200m 4N Dames
- 24- 100m 4N Messieurs
- Pause 15'**
- 25- 4 x 100m 4N Dames
- 26- 4 x 100m 4N Messieurs

La Ligue se réserve le droit de modifier les temps de pause pour garder des horaires cohérents, compatibles avec ce genre de compétition



<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Date</b> : 23 et 24 novembre 2024</li> <li>▪ <b>Réunions</b> : 4</li> </ul>	<b>Championnats Régionaux Hiver 25m Juniors et +</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Lieu</b> : Denain</li> <li>▪ <b>Chronométrage</b> : ½ automatique</li> </ul>
<b>Catégories d'âge</b> 2010 et avant		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Engagements</b> : 11 au 18/11/2024</li> <li>▪ <b>Tarifs</b> : 6.50€ / engagement</li> </ul>		Envoi serveur : J (dernier jour de compétition) <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Publication web : J + 1</li> <li>▪ Réclamations : J + 8 <a href="mailto:reclamation.natation@ffnatation.fr" style="color: white;">reclamation.natation@ffnatation.fr</a></li> </ul>

### Mode de qualification et organisation

Avoir réalisé entre le 1<sup>er</sup> janvier 2022 et le 17 novembre 2024, le temps de la grille régionale 25m ou 50m et figurant dans la base fédérale dans les courses auxquelles le nageur souhaite s'engager. Le nombre d'épreuves n'est pas limité  
**2 épreuves complémentaires seront autorisées.**

⚠ A l'issue des engagements, les places vacantes dans les séries incomplètes pourront être proposées aux nageurs par ordre d'arrivée.

Les séries seront nagées Toutes Catégories confondues.

Classement par Catégorie d'âge :

- Juniors 1 : né(e)s en 2010
- Juniors 2 et 3 : né(e)s en 2009 et 2008
- Juniors 4 et + : né(e)s en 2007 et avant

### Jury

Lien pour la déclaration des officiels et composition du jury: [Formulaire déclaration Officiels Régionaux Juniors & +](#)

### Récompenses

Médailles aux 3 premiers de chaque Catégorie



Programme et horaires : à confirmer en fonction du nombre d'engagements

<b>Samedi 23 novembre 2024</b>	
<b>1ère réunion : 7h30</b> <b>Début des épreuves : 9h00</b>	<b>2ème réunion : 14h00</b> <b>Début des épreuves : 15h30</b>
200m Dos Dames 200m NL Messieurs 50m Papillon Dames 100m Brasse Messieurs 200m 4N Dames 200m Papillon Messieurs 100m NL Dames 100m Dos Messieurs 800m NL Dames	800m NL Messieurs 100m Dos Dames 100m NL Messieurs 200m Papillon Dames 200m 4N Messieurs 100m Brasse Dames 50m Papillon Messieurs 200m NL Dames 200m Dos Messieurs
<b>Dimanche 24 novembre 2024</b>	
<b>3ème réunion : 7h30</b> <b>Début des épreuves : 9h00</b>	<b>4ème réunion : 14h00</b> <b>Début des épreuves : 15h30</b>
50m NL Dames 400m NL Messieurs 100m Papillon Dames 200m Brasse Messieurs 1500m NL Dames 50m Dos Messieurs 50m Brasse Dames 400m 4N Messieurs	400m 4N Dames 50m Brasse Messieurs 50m Dos Dames 1500m NL Messieurs 200m Brasse Dames 100m Papillon Messieurs 400m NL Dames 50m NL Messieurs





## Grille de temps

DAMES	JUNIORS 1 2010		JUNIORS 2 2009		JUNIORS 3 2008		JUNIORS 4 2007		JUNIORS 5 et + (2006 et Av)	
	Tps 25m	Tps 50m	Tps 25m	Tps 50m	Tps 25m	Tps 50m	Tps 25m	Tps 50m	Tps 25m	Tps 50m
50 m NL	00.31.00	00.31.70	00.29.70	00.30.40	00.29.33	00.30.03	00.29.04	00.29.74	00.28.90	00.29.60
100 m NL	1.06.33	1.07.53	1.03.84	1.05.04	1.03.68	1.04.88	1.03.38	1.04.08	1.02.12	1.03.32
200 m NL	2.24.99	2.27.89	2.19.28	2.22.18	2.18.79	2.21.69	2.16.46	2.19.36	2.15.53	2.18.43
400 m NL	5.04.22	5.10.42	4.52.11	4.58.31	4.50.71	4.56.91	4.47.19	4.53.39	4.44.24	4.50.44
800 m NL	10.20.00	10.32.90	10.03.64	10.16.54	9.51.10	10.04.00	9.48.60	10.01.50	9.46.10	9.59.00
1500 m NL	19.55.34	20.19.84	19.05.50	19.30.00	18.50.50	19.15.00	18.45.50	19.10.00	18.40.50	19.05.00
50 m Dos	00.35.33	00.36.63	00.33.72	00.35.02	00.33.22	00.34.52	00.32.69	00.33.99	00.32.42	00.33.72
100 m Dos	1.15.92	1.18.22	1.12.65	1.14.95	1.11.69	1.13.99	1.10.48	1.12.78	1.10.18	1.12.48
200 m Dos	2.43.18	2.48.58	2.34.61	2.40.01	2.33.67	2.39.07	2.32.44	2.37.84	2.31.27	2.36.67
50 m Brasse	00.39.02	00.39.72	00.38.26	00.38.96	00.37.73	00.38.43	00.37.39	00.38.09	00.36.55	00.37.25
100 m Brasse	1.26.05	1.27.95	1.23.47	1.25.37	1.22.19	1.24.09	1.21.04	1.22.94	1.20.25	1.22.15
200 m Brasse	3.04.43	3.08.93	2.57.65	3.02.15	2.55.73	3.00.23	2.52.76	2.57.26	2.51.58	2.56.08
50 m Papillon	00.32.90	00.33.50	00.31.84	00.32.44	00.31.55	00.32.15	00.31.12	00.31.72	00.30.81	00.31.41
100 m Papillon	1.14.97	1.16.37	1.12.61	1.14.01	1.11.87	1.13.27	1.11.57	1.12.97	1.10.18	1.11.58
200 m Papillon	2.47.67	2.50.97	2.45.00	2.48.30	2.40.55	2.43.85	2.37.85	2.41.15	2.36.95	2.40.25
200 m 4 Nages	2.45.71	2.49.11	2.39.09	2.42.49	2.38.54	2.41.94	2.36.05	2.39.45	2.34.81	2.38.21
400 m 4 Nages	5.51.15	5.58.65	5.37.82	5.45.32	5.35.86	5.43.36	5.30.00	5.37.50	5.27.75	5.35.25

MESSIEURS	JUNIORS 1 2010		JUNIORS 2 2009		JUNIORS 3 2008		JUNIORS 4 2007		JUNIORS 5 et + (2006 et Av)	
	Tps 25m	Tps 50m	Tps 25m	Tps 50m	Tps 25m	Tps 50m	Tps 25m	Tps 50m	Tps 25m	Tps 50m
50 m NL	00.29.23	00.29.93	00.27.23	00.27.93	00.26.31	00.27.01	00.26.01	00.26.71	00.25.05	00.25.75
100 m NL	1.04.40	1.05.90	1.00.05	1.01.55	00.57.43	00.58.93	00.56.43	00.57.93	00.55.18	00.56.68
200 m NL	2.22.01	2.25.61	2.11.83	2.15.43	2.06.04	2.09.64	2.02.52	2.06.12	2.00.82	2.04.42
400 m NL	5.01.01	5.08.71	4.43.73	4.51.43	4.25.79	4.33.49	4.20.74	4.28.44	4.16.08	4.23.78
800 m NL	10.16.22	10.32.12	9.38.00	9.53.90	9.09.10	9.25.00	8.59.10	9.15.00	8.54.10	9.10.00
1500 m NL	19.53.75	20.23.85	18.25.00	18.55.10	17.39.90	18.10.00	17.24.90	17.55.00	17.14.90	17.45.00
50 m Dos	00.35.41	00.36.91	00.32.44	00.33.94	00.30.37	00.31.87	00.29.54	00.31.04	00.29.12	00.30.62
100 m Dos	1.17.18	1.20.18	1.09.11	1.12.11	1.04.20	1.07.20	1.03.81	1.06.81	1.02.23	1.05.23
200 m Dos	2.49.37	2.56.27	2.32.23	2.39.13	2.21.12	2.28.02	2.17.95	2.24.85	2.16.77	2.23.67
50 m Brasse	00.38.49	00.39.59	00.34.83	00.35.93	00.33.33	00.34.43	00.32.72	00.33.82	00.31.90	00.33.00
100 m Brasse	1.25.24	1.27.74	1.18.66	1.21.16	1.13.99	1.16.49	1.12.88	1.15.38	1.11.74	1.14.24
200 m Brasse	3.06.19	3.12.09	2.50.35	2.56.25	2.39.74	2.45.64	2.37.07	2.42.97	2.34.87	2.40.77
50 m Papillon	00.32.85	00.33.55	00.29.51	00.30.21	00.28.50	00.29.20	00.28.13	00.28.83	00.27.25	00.27.95
100 m Papillon	1.15.36	1.16.76	1.05.97	1.07.37	1.03.74	1.05.14	1.03.21	1.04.61	1.00.86	1.02.26
200 m Papillon	2.51.45	2.54.75	2.32.44	2.35.74	2.27.21	2.30.51	2.25.54	2.28.84	2.20.57	2.23.87
200 m 4 Nages	2.40.30	2.44.40	2.31.03	2.35.13	2.22.76	2.26.86	2.21.39	2.25.49	2.18.44	2.22.54
400 m 4 Nages	5.46.88	5.55.88	5.22.03	5.31.03	5.06.74	5.15.87	4.59.08	5.08.08	4.54.92	5.03.92



#### 4- Meeting Régional Benjamins

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Date</b> : 8 décembre 2024</li> <li>▪ <b>Réunions</b> : 2</li> </ul>	<b>Meeting Régional Benjamins</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Lieu</b> : Arras (Piscine Daullé)</li> <li>▪ <b>Chronométrage</b> : manuel</li> </ul>
<b>Catégories d'âge</b> 2011 et 2012		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Engagements</b> : Du 25/11 au 01/12/2024</li> <li>▪ <b>Tarifs</b> : 6.50€ / engagement</li> </ul>		Envoi serveur : J (dernier jour de compétition) <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Publication web : J + 1</li> <li>▪ Réclamations : J + 8 <a href="mailto:reclamation.natation@ffnatation.fr">reclamation.natation@ffnatation.fr</a></li> </ul>

#### Mode de qualification et organisation

Ne sont pas autorisés à participer les nageurs qualifiés aux Championnats de France Benjamins 2024  
Capacité limitée à 300 nageurs (par ordre d'engagements sur EXTRANAT)

6 épreuves sur la compétition au maximum

**Epreuves** : 50 – 100 et 200m dans chaque spécialité + 100m 4N  
Classement au temps

#### Jury

Lien pour la déclaration des officiels et composition du jury: [Lien inscription Jury Meeting Benjamin](#)

#### Récompenses

Médailles aux 3 premiers Benjamins

<b>Dimanche 8 décembre 2024</b>	
<b>Horaires modifiables en fonction des engagements</b>	
<b>1ère réunion : 7h30</b> <b>Début des épreuves : 9h00</b>	<b>2ème réunion : 14h00</b> <b>Début des épreuves : 15h30</b>
50m pap 200m Dos 100m NL 100m Brasse 200m Pap 50m Dos 100m 4N G	50m Brasse 200m NL 100m pap 100m Dos 200m Brasse 50m NL 100m 4N F



## 5- Calendrier provisoire 2025

janvier-2025			février-2025			mars-2025			avril-2025			mai-2025			juin-2025			juillet-2025			août-2025			septembre-2025			octobre-2025			novembre-2025			décembre-2025																									
mer	1		sam	1	Meeting LILLE	dim	2		mar	1		jeu	1		dim	1	INTERCLUBS BENJ	mar	1		ven	1		lun	1		mer	1		dim	1		lun	1																								
jeu	2		dim	2		dim	2	CIRCUIT PROMO 1	mer	2		ven	2		lun	2		mer	2		sam	2		mar	2		jeu	2		dim	2		mar	2		mer	2																					
ven	3		lun	3		lun	3		jeu	3		sam	3		mar	3		jeu	3		dim	3		mer	3		ven	3		lun	3		mer	3		jeu	3		mer	3																		
sam	4		mar	4		mar	4		ven	4		dim	4		jeu	4		ven	4		lun	4		jeu	4		mer	4		sam	4		mer	4		jeu	4		jeu	4																		
dim	5		mer	5		mer	5		sam	5		lun	5		jeu	5		dim	5	WEB CONFR JUNIORS ET +	mar	5		ven	5		jeu	5		dim	5		ven	5		mer	5		ven	5		ven	5															
lun	6		jeu	6		jeu	6		dim	6		mar	6		ven	6		dim	6		mer	6		jeu	6		FR FRANCE	jeu	6		FR FRANCE	jeu	6		FR FRANCE	jeu	6		FR FRANCE	jeu	6		FR FRANCE	jeu	6													
mar	7		ven	7		ven	7	meeting BETHUNE	lun	7		mer	7		sam	7		lun	7		jeu	7		ven	7		dim	7		mar	7		dim	7		mer	7		dim	7		mer	7		dim	7		mer	7		dim	7						
mer	8		sam	8		sam	8		mar	8		jeu	8		ven	8		dim	8		mar	8		ven	8		lun	8		mer	8		lun	8		mer	8		lun	8		mer	8		lun	8		mer	8		lun	8						
jeu	9		dim	9		dim	9		mer	9		ven	9		lun	9		mer	9		jeu	9		dim	9		mer	9		jeu	9		dim	9		mer	9		jeu	9		dim	9		mer	9		jeu	9		dim	9						
ven	10	DATES LIMTES DE QUALIFICATION AUX CHAMPIONNATS NATIONAUX	lun	10		lun	10		jeu	10		ven	10		dim	10		mer	10		jeu	10		dim	10		mer	10		jeu	10		ven	10		mer	10		jeu	10		ven	10		mer	10		jeu	10									
sam	11		mar	11		mar	11		ven	11		dim	11		lun	11		mer	11		jeu	11		lun	11		jeu	11		ven	11		sam	11		mer	11		jeu	11		ven	11		jeu	11		ven	11									
dim	12		mer	12		mer	12		sam	12		lun	12		mer	12		jeu	12		ven	12		dim	12		mer	12		jeu	12		ven	12		dim	12		mer	12		jeu	12		ven	12		jeu	12		ven	12						
lun	13		jeu	13		jeu	13		dim	13		mar	13		ven	13		dim	13		jeu	13		lun	13		mer	13		jeu	13		ven	13		dim	13		mer	13		jeu	13		ven	13		jeu	13		ven	13						
mar	14	JUNIORS	ven	14		ven	14		lun	14		mer	14		jeu	14		dim	14		jeu	14		lun	14		mer	14		jeu	14		ven	14		dim	14		mer	14		jeu	14		ven	14		jeu	14		ven	14						
mer	15	6 avril	sam	15		sam	15		FR FRANCE	jeu	15		dim	15	FR FRANCE	mar	15		jeu	15		ven	15		lun	15		mer	15		jeu	15		ven	15		dim	15		mer	15		jeu	15		ven	15		jeu	15		ven	15					
jeu	16	Nationale 2	dim	16		dim	16		mer	16		ven	16		lun	16		mer	16		jeu	16		dim	16		mer	16		jeu	16		ven	16		dim	16		mer	16		jeu	16		ven	16		jeu	16		ven	16						
ven	17	11 mai	lun	17		lun	17		jeu	17	Juniors 50m	dim	17	MEETING MELANIE D. AMIENS	mar	17		jeu	17		FR FRANCE	jeu	17		dim	17		mer	17		jeu	17		ven	17		dim	17		mer	17		jeu	17		ven	17		jeu	17		ven	17					
sam	18	ELITE	mar	18		mar	18		ven	18		lun	18		mer	18		jeu	18		ven	18		lun	18		mer	18		jeu	18		ven	18		dim	18		mer	18		jeu	18		ven	18		jeu	18		ven	18						
dim	19	1 juin	mer	19		mer	19		sam	19		lun	19		mer	19		jeu	19		FR FRANCE	jeu	19		dim	19		mer	19		jeu	19		ven	19		dim	19		mer	19		jeu	19		ven	19		jeu	19		ven	19					
lun	20	Open d'Été	jeu	20		jeu	20		dim	20		mar	20		ven	20		dim	20		jeu	20		lun	20		mer	20		jeu	20		ven	20		dim	20		mer	20		jeu	20		ven	20		jeu	20		ven	20						
mar	21	7 juillet	ven	21		ven	21		lun	21		mer	21		jeu	21		dim	21		jeu	21		lun	21		mer	21		jeu	21		ven	21		dim	21		mer	21		jeu	21		ven	21		jeu	21		ven	21						
mer	22	Elite & Juniors 25	sam	22		sam	22		jeu	22		FR FRANCE	jeu	22		dim	22		mer	22		jeu	22		lun	22		mer	22		jeu	22		ven	22		dim	22		mer	22		jeu	22		ven	22		jeu	22		ven	22					
jeu	23		dim	23		dim	23		mer	23		ven	23		lun	23		mer	23		jeu	23		dim	23		mer	23		jeu	23		ven	23		dim	23		mer	23		jeu	23		ven	23		jeu	23		ven	23						
ven	24	31 août	lun	24		lun	24		jeu	24		FR FRANCE	jeu	24		dim	24		mer	24		jeu	24		lun	24		mer	24		jeu	24		ven	24		dim	24		mer	24		jeu	24		ven	24		jeu	24		ven	24					
sam	25		mar	25		mar	25		ven	25		dim	25		lun	25		mer	25		jeu	25		dim	25		mer	25		jeu	25		ven	25		dim	25		mer	25		jeu	25		ven	25		jeu	25		ven	25						
sam	26		mer	26		mer	26		sam	26		lun	26		mer	26		jeu	26		ven	26		dim	26		mer	26		jeu	26		ven	26		dim	26		mer	26		jeu	26		ven	26		jeu	26		ven	26						
lun	27		jeu	27		jeu	27		dim	27		mar	27		mer	27		jeu	27		ven	27		dim	27		mer	27		jeu	27		ven	27		dim	27		mer	27		jeu	27		ven	27		jeu	27		ven	27						
mar	28		ven	28		ven	28		lun	28		mer	28		jeu	28		dim	28		jeu	28		lun	28		mer	28		jeu	28		ven	28		dim	28		mer	28		jeu	28		ven	28		jeu	28		ven	28						
mer	29		dim	29		dim	29		mer	29		jeu	29		dim	29		mer	29		jeu	29		FR FRANCE	jeu	29		lun	29		mer	29		jeu	29		ven	29		dim	29		mer	29		jeu	29		ven	29		jeu	29		ven	29		
jeu	30		lun	30		lun	30		mer	30		jeu	30		dim	30		mer	30		jeu	30		FR FRANCE	jeu	30		lun	30		mer	30		jeu	30		ven	30		dim	30		mer	30		jeu	30		ven	30		jeu	30		ven	30		
ven	31	Meet LILLE	mar	31		mar	31		jeu	31		FR FRANCE	jeu	31		dim	31		mer	31		jeu	31		FR FRANCE	jeu	31		lun	31		mer	31		jeu	31		ven	31		dim	31		mer	31		jeu	31		ven	31		jeu	31		ven	31	

