



**MAÎTRES**

**Programme Régional  
Hauts-de-France  
2024 / 2025**

Si vous souhaitez communiquer sur vos organisations Maîtres, vous pouvez adresser un e-mail à [Buirette.corinne@orange.fr](mailto:Buirette.corinne@orange.fr)

## Catégories Maîtres 2025

Epreuves Individuelles		
	C6: Nés entre 1971 et 1975	C12: Nés entre 1941 et 1945
C1: Nés entre 1996 et 2000	C7: Nés entre 1966 et 1970	C13: Nés entre 1936 et 1940
C2: Nés entre 1991 et 1995	C8: Nés entre 1961 et 1965	C14: Nés entre 1931 et 1935
C3: Nés entre 1986 et 1990	C9: Nés entre 1956 et 1960	C15: Nés en 1930 et avant
C4: Nés entre 1981 et 1985	C10: Nés entre 1951 et 1955	
C5: Nés entre 1976 et 1980	C11: Nés entre 1946 et 1950	

Epreuves de Relais (Dames / Messieurs / Mixtes)	
Maîtres R1 : 100 à 119 ans	Maîtres R5 : 240 à 279 ans
Maîtres R2 : 120 à 159 ans	Maîtres R6 : 280 à 319 ans
Maîtres R3 : 160 à 199 ans	Maîtres R7 : 320 à 359 ans
Maîtres R4 : 200 à 239 ans	Maîtres R8 : 360 ans et plus

### Les catégories Maîtres :

Les catégories Maîtres fonctionnent en année civile (donc du 1er janvier au 31 décembre). Un nageur est considéré comme nageur Maître l'année de ses 25 ans même s'il ne les a pas encore (exemple : un nageur maître né un 31 décembre de l'année N sera considéré comme un nageur maître né un 1er janvier de la même année N).



# CHAMPIONNAT REGIONAL HIVER OPEN DES MAÎTRES

## HAUTS DE FRANCE

### ■ **Dimanche 19 janvier 2025**

■ 2 réunions

■ Lieu : **ST QUENTIN (02) – Piscine Jean Bouin – Rue Gaston Bachelard**

■ Bassin : 25 m – 6 Couloirs / Bassin d'échauffement et récupération 25 m – 6 couloirs

### ■ **Objet**

Compétition de référence qualificative aux Championnats de France Hiver des Maîtres.

### ■ **Modalités et frais d'engagements**

Engagements ExtraNat : du 08 au 16/01/2025.

Engagements : Individuels **6,00 €** / Relais **8,00 €**

**Aucun engagement supplémentaire ne sera accepté sur place.**

### ■ **Jury / Forfaits**

Pour le bon déroulement de la compétition, chaque club est tenu de présenter au moins 2 officiels (même nageur).

Les forfaits seront déclarés dans les meilleurs délais au secrétariat de compétition.

### ■ **Catégories**

<b>Epreuves Individuelles</b>		
	C6: Nés entre 1971 et 1975	C12: Nés entre 1941 et 1945
C1: Nés entre 1996 et 2000	C7: Nés entre 1966 et 1970	C13: Nés entre 1936 et 1940
C2: Nés entre 1991 et 1995	C8: Nés entre 1961 et 1965	C14: Nés entre 1931 et 1935
C3: Nés entre 1986 et 1990	C9: Nés entre 1956 et 1960	C15: Nés en 1930 et avant
C4: Nés entre 1981 et 1985	C10: Nés entre 1951 et 1955	
C5: Nés entre 1976 et 1980	C11: Nés entre 1946 et 1950	

<b>Epreuves de Relais (Dames / Messieurs / Mixtes)</b>	
Maîtres R1 : 100 à 119 ans	Maîtres R5 : 240 à 279 ans
Maîtres R2 : 120 à 159 ans	Maîtres R6 : 280 à 319 ans
Maîtres R3 : 160 à 199 ans	Maîtres R7 : 320 à 359 ans
Maîtres R4 : 200 à 239 ans	Maîtres R8 : 360 ans et plus

### **Qualification des nageurs C1 aux championnats de France été/hiver :**

Pour se qualifier aux championnats de France et aux N2, un nageur C1 (de 25 à 29 ans) pourra utiliser ses performances réalisées en natation course présentes dans la base, le tout dans le respect des dates retenues pour une éventuelle qualification (en général, l'année en cours et les deux années précédentes).

### ■ **Organisation des séries**

Les séries sont nagées toutes catégories confondues au temps d'engagement.

Les séries du 400 et 800 m Nage Libre pourront être nagées à 2 par couloir.

### ■ **Règlement sportif**

Les relais mixtes seront obligatoirement composés de 2 Dames et 2 Messieurs.  
La composition des relais pourra être modifiée mais devra rester dans la même catégorie.

### ■ **Classements**

Classement au temps par catégorie.

Classement aux points en fonction du coefficient de rajeunissement Maîtres (refonte des coefficients voir règlement fédéral page 7)

### ■ **Récompenses**

Sur les épreuves individuelles, 3 catégories seront proposées à la remise de médaille :

**Catégories : C1, C2, C3 / C4, C5, C6 / C7 et plus**

Les 3 premiers nageurs de chaque épreuve et de chaque catégorie à la table de cotation Maîtres (en fonction du coefficient de rajeunissement de chaque épreuve) seront récompensés.

Le(a) premier(e) nageur(se) des HAUTS-DE-FRANCE de chaque épreuve dans chaque catégorie sera déclaré(e) « Champion(ne) Régional(e) ». Le(a) nageur(se) OPEN terminant premier d'une épreuve sera déclaré « vainqueur des Championnats Open ». Les trois premiers(ères) nageurs(ses) de chaque épreuve recevront une médaille. En cas de présence de nageurs(ses) OPEN sur le podium, seul le(a) meilleur(e) sera récompensé(e).

Médaille aux relayeurs du premier relais par catégorie Maîtres

### ■ **Résultats**

A adresser le soir même à : [buirette.corinne@orange.fr](mailto:buirette.corinne@orange.fr)

Format ffnex et PDF.

### ■ **Programme & Horaires de la compétition**

Les horaires sont donnés à titre indicatif et pourront être ajustés en fonction du nombre d'engagements.

#### **Dimanche 19 Janvier 2025**

##### **O.P. : 8H00 – D.E. : 9H00**

4 x 50 Nage Libre Mixte  
4 x 50 Nage Libre Messieurs  
4 x 50 Nage Libre Dames  
400 Nage Libre Messieurs  
100 Brasse Dames et Messieurs  
200 Papillon Dames et Messieurs  
50 Nage Libre Dames et Messieurs  
200 4 Nages Dames et Messieurs  
50 Papillon Dames et Messieurs  
200 Dos Dames et Messieurs  
100 Nage Libre Dames et Messieurs  
100 4 Nages Dames et Messieurs

##### **O.P. : 14H00 – D.E. : 15H00**

4 x 50 4 Nages Mixte  
4 x 50 4 Nages Dames  
4 x 50 4 Nages Messieurs  
400 Nage Libre Dames  
400 4 Nages Messieurs et Dames  
50 Brasse Messieurs et Dames  
200 Nage Libre Messieurs et Dames  
100 Dos Messieurs et Dames  
100 Papillon Messieurs et Dames  
200 Brasse Messieurs et Dames  
50 Dos Messieurs et Dames  
800 NL Messieurs et Dames

# CHAMPIONNAT REGIONAL INTERCLUBS OPEN DES MAÎTRES HAUTS DE FRANCE

■ **Dimanche 02 Mars 2025**

■ 1 réunion – 1 poule géographique

■ Lieu : **CAMBRAI (59) : 75 Boulevard de la liberté**

■ Bassin : 25 m

■ **Objet**

Compétition d'animation par équipes qualificative aux Interclubs Nationaux Maîtres et aux Championnats de France des Maîtres. **Le programme pourra être modifié en fonction du programme Fédéral**

■ **Modalités d'engagements**

Engagements ExtraNat : **17 Février au 24 Février 2025**

Tarifs Equipe de 10 nageurs : **25 €** / Equipe de 6 nageurs : **15 €**

**Aucun engagement supplémentaire ne sera accepté sur place.**

■ **Jury / Forfaits / Modifications**

Pour le bon déroulement de la compétition, chaque club est tenu de présenter au moins 2 officiels (même nageur).

Les forfaits et modifications d'équipes seront à déclarer dans les meilleurs délais au secrétariat de compétition.

■ **Catégories**

<b>Epreuves Individuelles</b>		
	C6: Nés entre 1971 et 1975	C12: Nés entre 1941 et 1945
C1: Nés entre 1996 et 2000	C7: Nés entre 1966 et 1970	C13: Nés entre 1936 et 1940
C2: Nés entre 1991 et 1995	C8: Nés entre 1961 et 1965	C14: Nés entre 1931 et 1935
C3: Nés entre 1986 et 1990	C9: Nés entre 1956 et 1960	C15: Nés en 1930 et avant
C4: Nés entre 1981 et 1985	C10: Nés entre 1951 et 1955	
C5: Nés entre 1976 et 1980	C11: Nés entre 1946 et 1950	

<b>Epreuves de Relais (Dames / Messieurs / Mixtes)</b>	
Maîtres R1 : 100 à 119 ans	Maîtres R5 : 240 à 279 ans
Maîtres R2 : 120 à 159 ans	Maîtres R6 : 280 à 319 ans
Maîtres R3 : 160 à 199 ans	Maîtres R7 : 320 à 359 ans
Maîtres R4 : 200 à 239 ans	Maîtres R8 : 360 ans et plus

## ■ Organisation des séries

Les séries sont mixtes et nagées toutes catégories confondues au temps d'engagement. D'abord seront nagées les séries par équipes de 6 nageurs puis par équipes de 10 nageurs.

## ■ Règlement sportif

**Chaque équipe de 10 est composée d'un minimum de 2 dames ou 2 messieurs**

Le relais 4 x 50 m 4 nages mixte **est composé obligatoirement de 2 dames et 2 messieurs**

Le relais 10 x 50 m NL mixte **est obligatoire pour tous les concurrents**

Chaque club peut présenter indépendamment des équipes de 10 nageurs et de 6 nageurs. Le nombre d'équipes n'est pas limité.

L'abandon, l'épreuve non nagée ou la disqualification n'entraînent pas le déclassement de l'équipe, dans tous les cas mentionnés, le nageur ou l'équipe marquera « 0 » point.

**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 World Aquatics.

## ■ Les épreuves

### ■ **Equipes de 10 nageurs**

50 m Nage Libre, 100 m Nage Libre, 400 m Nage Libre

50 m Dos, 100 m Dos

50 m Brasse, 100 m Brasse

50 m Papillon, 100 m Papillon

200 m 4 Nages

Relais 4 x 50 m 4 Nages mixte (2 dames et 2 messieurs), 10 x 50 m Nage Libre (les 10 nageurs des épreuves individuelles, avec minimum 2 hommes ou 2 femmes)

### ■ **Equipes de 6 nageurs**

50 m Nage Libre, 200 m Nage Libre

50 m Dos, 50 m Brasse, 50 m Papillon

200 m 4 Nages

Relais 4 x 50 m 4 Nages, 6 x 50 m Nage Libre

## ■ Modalités de participation

### ■ Equipe de 6 nageurs (euses)

Chaque nageur peut participer à 1 épreuve individuelle et aux 2 relais.

La composition du relais 4 x 50 m 4 nages est libre

La participation au relais 6 x 50 m Nage Libre est obligatoire pour tous les concurrents.

## ■ Calcul des points

Le classement s'effectue à la table de cotation fédérale Maîtres.

Le temps de chaque nageur est affecté d'un coefficient de rajeunissement. (cf. tableau de coefficients Maîtres dans **l'Annuel Règlement FFN 2024 / 2025**).

- **Les points des épreuves individuelles** sont calculés comme suit :

Temps réalisé divisé par le coefficient de rajeunissement 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** sont calculés comme suit :

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 4N messieurs après correction par les coefficients.
- 10 x 50 m NL : cotation FFN du 10 x 50 NL après correction par les coefficients.

Pour être classé, un club doit obligatoirement disputer le 10 x 50m NL avec au minimum 2 Dames ou 2 Messieurs

## ■ Classements

Classements séparés pour les équipes de 10 nageurs et les équipes de 6 nageurs.

Classements mixtes sur chaque épreuve en fonction des coefficients de rajeunissement.

Classement Combiné par addition des points de la meilleure équipe de 10 nageurs et de la première équipe de 6 nageurs de chaque club.

## ■ Récompenses

Médaille aux 3 premiers par épreuve individuelle.

Médaille à chaque relayeur des 3 premiers relais.

Coupe aux 3 premières équipes de 10 nageurs.

Coupe aux 3 premières équipes de 6 nageurs.

Coupe au premier club du Classement Combiné (1ère Equipe de 10 nageurs + 1ère équipe de 6).

## ■ Résultats

A adresser le soir même à : [buirette.corinne@orange.fr](mailto:buirette.corinne@orange.fr)

## ■ Programme & Horaires de la compétition

Les horaires sont donnés à titre indicatif et pourront être adaptés en fonction du nombre d'engagements.

**Dimanche 02 Mars 2025**

**O.P. : 13H30 – D.E. : 14H45**

- |                           |                     |
|---------------------------|---------------------|
| 1. Relais 10 x 50 NL      | Pause               |
| 2. Course des remplaçants |                     |
| 3. 100m NL                | 9. 200m 4N          |
| 4. 50m Brasse             | 10. 100m Papillon   |
| 5. 100m Dos               | 11. 50m Dos         |
| 6. 50m Papillon           | 12. 200 NL          |
| 7. 400m NL                | 13. 100 Brasse      |
| 8. Relais 6 x 50m NL      | 14. 50 NL           |
|                           | 15. Relais 4x 50 4N |



# CHAMPIONNAT REGIONAL ETE OPEN DES MAÎTRES

## HAUTS DE FRANCE

■ **Date :26 au 29 Juin**

■ 8 réunions

■ Lieu : Mulhouse

■ Bassin : 25 m ou 50 m

■ **Objet**

Compétition de référence qualificative aux Championnats de France Été Open des Maîtres.

■ **Modalités et frais d'engagements**

Engagements ExtraNat : Du jj/mm/2025

Individuels **6,00 €** / Relais **8,00 €**

**Aucun engagement supplémentaire ne sera accepté sur place.**

■ **Jury / Forfaits**

Pour le bon déroulement de la compétition, chaque club est invité à présenter au moins 2 officiels (même nageur).

Les forfaits seront déclarés dans les meilleurs délais au secrétariat de compétition.

■ **Catégories**

<b>Epreuves Individuelles</b>		
	C6: Nés entre 1971 et 1975	C12: Nés entre 1941 et 1945
C1: Nés entre 1996 et 2000	C7: Nés entre 1966 et 1970	C13: Nés entre 1936 et 1940
C2: Nés entre 1991 et 1995	C8: Nés entre 1961 et 1965	C14: Nés entre 1931 et 1935
C3: Nés entre 1986 et 1990	C9: Nés entre 1956 et 1960	C15: Nés en 1930 et avant
C4: Nés entre 1981 et 1985	C10: Nés entre 1951 et 1955	
C5: Nés entre 1976 et 1980	C11: Nés entre 1946 et 1950	

<b>Epreuves de Relais (Dames / Messieurs / Mixtes)</b>	
Maîtres R1 : 100 à 119 ans	Maîtres R5 : 240 à 279 ans
Maîtres R2 : 120 à 159 ans	Maîtres R6 : 280 à 319 ans
Maîtres R3 : 160 à 199 ans	Maîtres R7 : 320 à 359 ans
Maîtres R4 : 200 à 239 ans	Maîtres R8 : 360 ans et plus

■ **Organisation des séries**

Les séries sont nagées toutes catégories confondues au temps d'engagement.

Les épreuves de 400 et 800 m NL pourront être nagées à deux nageurs par ligne d'eau.

## ■ Règlement sportif

Les relais mixtes seront obligatoirement composés de 2 Dames et 2 Messieurs.

La composition des relais pourra être modifiée mais devra rester dans la même catégorie.

## ■ Classements

Classement au temps par catégorie.

Classement aux points en fonction du coefficient de rajeunissement Maîtres

## ■ Récompenses

Sur les épreuves individuelles, 3 catégories seront proposées à la remise de médaille :

**Catégories : C1, C2, C3 / C4, C5, C6 / C7 et plus**

Les 3 premiers nageurs de chaque épreuve et de chaque catégorie à la table de cotation Maîtres (en fonction du coefficient de rajeunissement de chaque épreuve) seront récompensés.

Le(a) premier(e) nageur(se) des HAUTS-DE-FRANCE de chaque épreuve dans chaque catégorie sera déclaré(e) « Champion(ne) Régional(e) ». Le(a) nageur(se) OPEN terminant premier d'une épreuve sera déclaré « vainqueur des Championnats Open ». Les trois premiers(ères) nageurs(es) de chaque épreuve recevront une médaille. En cas de présence de nageurs(es) OPEN sur le podium, seul le(a) meilleur(e) sera récompensé(e).

Médaille aux relayeurs du premier relais par catégorie Maîtres

### ■ Résultats

A adresser le soir même à :

## ■ Programme & Horaires de la compétition

Les horaires sont donnés à titre indicatif et pourront être adaptés en fonction du nombre d'engagements.

### Dimanche

#### O.P. : 8H00 – D.E. : 9H00

4 x 50 Nage Libre Mixte Séries  
4 x 50 Nage Libre Messieurs Séries  
4 x 50 Nage Libre Dames Séries  
400 Nage Libre Messieurs Séries  
100 4 Nages Dames Séries  
200 Papillon Messieurs Séries  
200 Papillon Dames Séries  
50 Nage Libre Messieurs Séries  
50 Nage Libre Dames Séries  
200 4 Nages Messieurs Séries  
200 4 Nages Dames Séries  
50 Papillon Messieurs Séries  
50 Papillon Dames Séries  
200 Dos Messieurs Séries  
200 Dos Dames Séries  
100 Nage Libre Messieurs Séries  
100 Nage Libre Dames Séries  
100 Brasse Messieurs Séries  
100 Brasse Dames Séries

#### O.P. : 14H00 – D.E. : 15H00

4x50 4 Nages Mixte Séries  
4x50 4 Nages Dames Séries  
4x50 4 Nages Messieurs Séries  
400 Nage Libre Dames Séries  
100 4 Nages Messieurs Séries  
50 Brasse Dames Séries  
50 Brasse Messieurs Séries  
200 Nage Libre Dames Séries  
200 Nage Libre Messieurs Séries  
100 Dos Dames Séries  
100 Dos Messieurs Séries  
400 4 Nages Dames Séries  
400 4 Nages Messieurs Séries  
200 Brasse Dames Séries  
200 Brasse Messieurs Séries  
100 Papillon Dames Séries  
100 Papillon Messieurs Séries  
50 Dos Dames Séries  
50 Dos Messieurs Séries  
800 NL Dames et Messieurs Séries

## CHAMPIONNATS DE FRANCE DES MAÎTRES EN GRAND BASSIN - DAMES

Saison : 2024 / 2025

Temps à réaliser exclusivement en bassin de 25 mètres

Épreuves	C8 : 60 - 64 ans (1961 - 1965)	C9 : 65 - 69 ans (1956 - 1960)	C10 : 70 - 74 ans (1951 - 1955)	C11 : 75 - 79 ans (1946 - 1950)	C12 : 80 - 84 ans (1941 - 1945)	C13 : 85 - 89 ans (1936 - 1940)
	Temps	Temps	Temps	Temps	Temps	Temps
50 Nage Libre	00:39.80	00:42.50	00:46.30	00:50.80	---	---
100 Nage Libre	01:28.80	01:35.80	01:44.80	01:56.30	02:11.30	02:31.80
200 Nage Libre	03:19.10	03:36.10	03:57.60	04:25.10	05:04.10	05:53.10
400 Nage Libre	06:58.80	07:36.80	08:22.80	09:27.80	10:50.80	12:41.80
800 Nage Libre	14:31.10	15:47.10	17:25.10	19:28.10	22:02.10	25:23.10
1500 Nage Libre	28:38.50	31:09.50	34:30.50	38:33.50	44:18.50	51:26.50
50 Dos	00:51.70	00:57.20	01:02.70	01:10.70	01:20.70	01:30.70
100 Dos	01:48.70	01:56.70	02:07.70	02:22.70	02:57.70	03:20.70
200 Dos	04:06.60	04:29.60	04:59.60	05:31.60	06:18.60	07:18.60
50 Brasse	00:55.30	01:02.80	01:08.30	01:17.30	01:26.30	01:37.30
100 Brasse	02:02.10	02:14.10	02:30.10	02:44.10	03:01.10	03:23.10
200 Brasse	04:24.00	04:44.50	05:15.50	05:45.50	06:21.50	07:08.50
50 Papillon	00:50.40	00:55.40	01:03.40	01:12.40	01:28.40	01:45.40
100 Papillon	01:56.10	02:09.60	02:27.60	02:50.60	03:23.60	04:11.60
200 Papillon	04:03.70	04:33.70	05:13.70	06:25.70	07:36.70	09:29.70
100 4 Nages	---	---	---	---	---	---
200 4 Nages	03:53.60	04:15.60	04:45.60	05:21.60	06:15.60	07:20.60
400 4 Nages	08:15.50	08:56.50	10:10.50	11:36.50	13:26.50	15:56.50

## CHAMPIONNATS DE FRANCE DES MAÎTRES EN GRAND BASSIN - MESSIEURS

Saison : 2024 / 2025

Temps à réaliser exclusivement en bassin de 25 mètres

## CHAMPIONNATS DE FRANCE DES MAÎTRES EN GRAND BASSIN - MESSIEURS

Saison : 2024 / 2025

*Temps à réaliser exclusivement en bassin de 25 mètres*

Épreuves	C8 : 60 - 64 ans (1961 - 1965)	C9 : 65 - 69 ans (1956 - 1960)	C10 : 70 - 74 ans (1951 - 1955)	C11 : 75 - 79 ans (1946 - 1950)	C12 : 80 - 84 ans (1941 - 1945)	C13 : 85 - 89 ans (1936 - 1940)
	Temps	Temps	Temps	Temps	Temps	Temps
50 Nage Libre	00:33.30	00:35.30	00:38.30	00:41.30	---	---
100 Nage Libre	01:14.50	01:20.50	01:26.50	01:35.50	01:45.50	01:58.50
200 Nage Libre	02:46.40	02:59.40	03:15.40	03:35.40	04:01.40	04:34.40
400 Nage Libre	05:52.30	06:17.30	06:52.30	07:32.30	08:27.30	09:37.30
800 Nage Libre	12:19.10	13:14.10	14:24.10	15:49.10	17:44.10	20:17.10
1500 Nage Libre	23:39.90	25:19.90	27:34.90	30:27.90	34:24.90	40:14.90
50 Dos	00:42.50	00:46.00	00:52.00	00:57.00	01:03.00	01:12.00
100 Dos	01:34.00	01:42.00	01:52.00	02:07.00	02:21.00	02:42.00
200 Dos	03:24.10	03:39.10	03:59.10	04:41.10	05:16.10	06:00.10
50 Brasse	00:43.90	00:47.90	00:51.40	00:58.90	01:05.90	01:14.40
100 Brasse	01:37.00	01:46.50	01:55.50	02:13.00	02:30.00	02:51.50
200 Brasse	03:29.10	03:49.10	04:10.10	04:46.10	05:22.10	06:09.10
50 Papillon	00:38.80	00:41.80	00:47.30	00:55.30	01:03.30	01:16.30
100 Papillon	01:30.60	01:41.60	01:55.60	02:13.60	02:39.60	03:30.60
200 Papillon	03:28.70	03:48.70	04:15.70	04:49.70	05:39.70	07:44.70
100 4 Nages	---	---	---	---	---	---
200 4 Nages	03:10.90	03:30.90	03:56.90	04:27.90	05:02.90	05:52.90
400 4 Nages	07:05.00	07:41.00	08:26.00	09:30.00	10:45.00	12:31.00