




# CD-17 NATATION


# Programme 2014 / 2015

**EDITION DU 19/11/2014 V. M.**

**Jimmy PERSIGANT (Président du CD 17 Natation)**


Piscine Lucien MAYLIN – Rue Léonce MAILHO  
17000 LA ROCHELLE

 : 06.65.55.84.66

 : [jimmy-persigant@orange.fr](mailto:jimmy-persigant@orange.fr)

**Vanessa MAROLEAU (Présidente de la Commission Natation Course)**

Piscine Jean LANGET – Rue Charles MAHER  
17300 ROCHEFORT

 : 06.08.26.05.34

 : [vanesmaroleau@gmail.com](mailto:vanesmaroleau@gmail.com)

**Comité : POITOU-CHARENTES**  
**Département : CHARENTE-MARITIME**



<b>Club</b>	<b>Coordonnées</b>	<b>Président</b>	<b>Educateurs</b>
<b>Canards Rochelais</b> CR  Natation / WP	Piscine Lucien MAYLIN Rue Léonce MAILHO 17 000 LA ROCHELLE 05 46 67 40 00 05 46 67 40 10 <a href="mailto:canards-rochelais@orange.fr">canards-rochelais@orange.fr</a>	Christian RAUX 06 72 78 10 12	<b>Loïc GENOT</b> <b>Jérémy JABOEUF</b> <b>Tibor VARGA</b> <b>Arnaud TEXIER</b> <b>Xavier MOURIER</b>
<b>Cercle des Nageurs de Saintes</b> CNS  Natation	Piscine L. STARZINSKY 1, cours Charles DE GAULLE 17100 SAINTES 05 46 93 60 49 05 46 98 95 98 <a href="mailto:cnssaintes17@gmail.com">cnssaintes17@gmail.com</a>	Gérard BREIDENBACH 06 04 51 68 76	<b>Jimi GUY</b> <b>Michel RINNA</b> <b>Jean-Marie VINCENT</b> <b>Sébastien VIOLLEAU</b>
<b>Club Aquatique de Haute Saintonge</b> CAHS  Natation	10, Chez Noël 17 500 ST GERMAIN DE LUSIGNAN 05 46 48 40 71 <a href="mailto:c.a.h.s@wanadoo.fr">c.a.h.s@wanadoo.fr</a> <a href="mailto:magdrou@wanadoo.fr">magdrou@wanadoo.fr</a>	Marie-Christine BICHON 06.33.87.16.49	<b>Mélanie LIOGIER</b> <b>Béa SOLLAZZO</b>
<b>Nautique Club Angérien</b> NCA  Natation / WP	40, chemin des Portes Les Granges 17 400 St JEAN D'ANGELY 05 46 32 30 32 <a href="mailto:nautican@voila.fr">nautican@voila.fr</a>	Cyril SACRE 06.80.66.10.70	<b>Virginie DUBIS</b>
<b>Oléron Natation</b>  Natation	rue des Combes Le grand d'eau 17 550 DOLUS D'OLERON 05 46 76 83 39 <a href="mailto:natation.oleron@gmail.com">natation.oleron@gmail.com</a>	Laurent GAUDIN	<b>Laurent GAUDIN</b>
<b>Rochefort Neptune Club</b> RNC  Natation	8, allée du Cerisier 17620 ECHILLAIS 05 46 84 80 69 <a href="mailto:roch.neptune.club@wanadoo.fr">roch.neptune.club@wanadoo.fr</a>	Michel JAUCOURT - PERROY 05 46 84 00 47 ou 06 66 63 85 92	<b>Laurent PERROGON</b> <b>Gaylord RABILLER</b>
<b>Royan Océan Club</b> ROC  Natation / WP / Nat. Synchro.	Piscine Municipale 1, boulevard CLEMENCEAU 17200 ROYAN 05 46 23 34 21 <a href="mailto:mich.herthe@free.fr">mich.herthe@free.fr</a> <a href="mailto:rocnatation@free.fr">rocnatation@free.fr</a>	Michel HERTHÉ 05 46 05 64 24 ou 06 19 10 02 12	<b>Michel HERTHÉ</b> <b>Fabrice MONFOUGA</b> <b>Marine DRU</b>

Club	Educateurs	Téléphone	Mail
<b>Canards Rochelais</b> CR	<b>Loïc GENOT :</b> <b>Jérémy JABOEUF :</b> <b>Tibor VARGA :</b> <b>Arnaud TEXIER :</b> <b>Xavier MOURIER :</b>	06.63.02.34.24 06.63.32.79.75 06.64.23.35.15 06 64 11 10 43 06 14 53 12 12	<a href="mailto:jeremyjaboeuf@hotmail.com">jeremyjaboeuf@hotmail.com</a>  <a href="mailto:xavier.mourier@sfr.fr">xavier.mourier@sfr.fr</a>
<b>Cercle des Nageurs de Saintes</b> CNS	<b>Jimi GUY :</b> <b>Michel RINNA :</b> <b>Jean-Marie VINCENT :</b> <b>Sébastien VIOLLEAU :</b>	06 61 19 82 31 06 10 38 31 40 06 75 86 89 38 06 16 72 43 52	<a href="mailto:michel.rinna@club-internet.fr">michel.rinna@club-internet.fr</a>  <a href="mailto:comics176@gmail.com">comics176@gmail.com</a>
<b>Club Aquatique de Haute Saintonge</b> CAHS	<b>Mélanie LIOGIER :</b> <b>Béa SOLLAZZO :</b>	06 78 39 30 86 06 50 44 72 35	<a href="mailto:bea4681@gmail.com">bea4681@gmail.com</a>
<b>Nautique Club Angérien</b> NCA	<b>Virginie DUBIS :</b>	06 58 11 68 86	<a href="mailto:virginie.dubis@gmail.com">virginie.dubis@gmail.com</a>
<b>Oléron Natation</b>	<b>Laurent GAUDIN :</b>	05 46 76 83 39	
<b>Rochefort Neptune Club</b> RNC	<b>Laurent PERROGON :</b> <b>Gaylord RABILLER :</b>	06 30 41 65 77 06 58 59 11 17	<a href="mailto:glmperrigon@hotmail.fr">glmperrigon@hotmail.fr</a> <a href="mailto:gaylord.rabiller@icloud.com">gaylord.rabiller@icloud.com</a>
<b>Royan Océan Club</b> ROC	<b>Michel HERTHÉ</b> <b>Fabrice MONFOUGA :</b> <b>Marine DRU :</b>	06 19 10 02 12 06 84 33 08 62 06 43 40 07 24	<a href="mailto:mich.herthe@free.fr">mich.herthe@free.fr</a> <a href="mailto:monfougafabrice@gmail.com">monfougafabrice@gmail.com</a> <a href="mailto:drumarine@live.fr">drumarine@live.fr</a>

# CONDITIONS GENERALES

## TECHNIQUE :

### Départs :

- La règle d'un seul départ sera appliquée pour l'ensemble des compétitions individuelles
- La règle de 2 départs sera appliquées pour l'ensemble des compétitions des avenirs / poussins ainsi que les compétitions par équipe.

### Caractéristiques des piscines de Charente-Maritime :

- Rochefort & Saintes : 5 couloirs x 25m
- Royan & St Jean d'Y : 6 couloirs x 25m
- La Rochelle : 8 couloirs x 50m ou 20 couloirs x 20m

## ENGAGEMENTS :

Les engagements des compétitions devront être saisis uniquement avec le logiciel **EXTRANAT**, en respectant la date limite mentionnée sur le règlement.

## GESTION DES COMPETITIONS :

Les compétitions seront gérées uniquement avec **EXTRANAT-POCKET**.

## MODIFICATIONS :

Les modifications d'équipe ou forfait devront être signifiés par écrit, en utilisant les formulaires prévus et remis au secrétariat informatique de la compétition.

Pour les compétitions par équipes, les modifications dans la composition des équipes seront acceptées **½ heure au plus tard avant le début de la compétition**. Passé ce délai, plus aucune modification ne pourra être prise en compte.

Pour les compétitions individuelles, seuls les forfaits justifiés par un certificat médical seront remboursés.

## PROGRAMME ET START-LIST :

Toutes les informations relatives aux compétitions seront diffusées sur le site du Comité Départemental.

## ANNULATION COMPETITION :

En cas d'intempéries météorologiques, seuls le Président du Comité Départemental et la Présidente de la Commission Natation Course décideront de maintenir ou non la compétition, et en informeront les Présidents de clubs via le site du Comité Départemental la veille de la compétition avant 22 heures.

**En cas d'alerte rouge, la compétition est automatiquement annulée.**

**Tous les lieux désignés pour les compétitions, les journées d'animation ENF et les passages des tests ENF sont indiqués sous réserve de disponibilités des bassins.**

## MONTANTS DES DROITS D'ENGAGEMENTS :

- *Compétition individuelle* : **0,50€** / épreuve & **1€** / relais
- *Compétition par équipe* : **10€** / équipe

Afin de faciliter le travail de la trésorière du CD17, les clubs recevront un état récapitulatif des frais des engagements en fin de saison (début juillet, après le championnat départemental été) dont le règlement devra intervenir **avant le 30 juillet 2014**.

## RESULTATS :

Une fois la compétition terminée et la composition du jury saisie, dans la partie post-compétition, un bouton vous permettra de remonter les résultats directement vers le serveur (il faut bien sûr, à ce moment-là, disposer d'une connexion internet). Les résultats seront ainsi rapidement intégrés sur le serveur ; ceux-ci seront mis dès le lendemain sur le site du Comité régional dans la rubrique « résultats ».

Les nageurs disqualifiés doivent apparaître dans les résultats avec le code correspondant. Ceux-ci doivent dans tous les cas être signés par le juge arbitre de la compétition le jour même.

**Le club gestionnaire d'une compétition départementale doit envoyer, le soir même ou au plus tard le **lundi** suivant la compétition, les résultats au format FFNex et sous PDF à :**

- Vanessa Maroleau : [vanesmaroleau@gmail.com](mailto:vanesmaroleau@gmail.com)
- Laurette Berton : [laurette.berton@laposte.net](mailto:laurette.berton@laposte.net)

**Les compositions du jury (sur le formulaire régional au format EXCEL uniquement, une feuille de jury par réunion) devra être envoyée au plus tard le lundi suivant la compétition à :**

**Karl Boucquaert : [karl.boucquaert@wanadoo.fr](mailto:karl.boucquaert@wanadoo.fr)**

## RECOMPENSES :

Les récompenses (médailles, trophées & coupes) restent à la charge du CD17.

Un de ses représentants les apportera sur les lieux de compétitions.

Les catégories récompensées sont les avenir, poussins, benjamins, minimes et les cadets.

Pas de récompenses pour les catégories juniors et seniors.

## OFFICIELS :

Les premières compétitions départementales représentent des occasions pour étoffer le nombre d'officiels dans notre comité, les chronométreurs ayant fait défaut à plusieurs reprises la saison passée.

Il suffit pour se présenter d'avoir **14 ans minimum**, de se munir de deux photos d'identité et de se porter candidat auprès du CD 17 à l'aide de l'imprimé spécifique diffusé auprès des clubs.

Les clubs participants aux compétitions sont tenus de présenter :

- 1 officiel de 1 à 5 nageurs engagés
- 2 officiels de 6 à 10 nageurs engagés
- 3 officiels de 11 à 20 nageurs engagés...

**Il est obligatoire pour le juge arbitre de remplir une feuille de jury par réunion.**

**Le Juge Arbitre peut, et se doit, d'annuler la compétition dans la mesure où il ne peut réunir un jury.**



**Amende de 10€ par officiel manquant, applicable pour toutes les compétitions inscrites au calendrier départemental, redevables en fin de saison. Les factures seront éditées après chaque compétition et seront payable dans le mois suivant réception.**

# SELECTIONS DEPARTEMENTALES

## ⇒ L'Esprit d'équipe

### POUSSINS :

Au regard du programme préconisé par la FFN pour la catégorie poussine, les comités régionaux du Limousin et du Poitou-Charentes ont décidé de suspendre pour la saison 2014/2015 l'interdépartement Poussins.

### BENJAMINS :

La sélection départementale participera à La Coupe de France des Départements (CFD) les Samedi 20 et dimanche 21 juin 2015 à Poitiers.

L'éducateur référent : Gaylord RABILLER (RNC).

Les équipes (filles & garçons) sont composées de 10 titulaires + 1 remplaçant.

**Une pré-sélection sera effectuée à l'issue de la 2<sup>nd</sup>e étape du Natathlon (29 Mars 2015).**

**Un déplacement commun des 26 nageurs (ses) sur le meeting de Poitiers (8/9/10 mai 2015) est à l'étude.**

**La sélection définitive sera basée sur les rankings des nageurs.**

# ENF

A compter de la saison sportive 2013-2014, les nageurs (ses) nés(es) en 2004 et après auront l'obligation d'être titulaire de l'ensemble du dispositif ENF (Sauv'nage, pass'sports de l'eau et le pass'compétition) pour intégrer les différentes compétitions.

Nous vous rappelons que les démarches liées à la mise en œuvre du concept de l'ENF réclament que votre structure soit agréée ENF.

## Sauv'Nage :

Organisation propre à chaque club.

Déclaration auprès de Vanessa Maroleau [vanesmaroleau@gmail.com](mailto:vanesmaroleau@gmail.com) (dans l'attente d'un référent départemental ENF) 1 semaine avant.

## Pass'Sports de l'Eau :

Pour les titulaires du Sauv'Nage, 3 sessions d'une demi-journée sont organisées en Charente-Maritime :

- 1) 14 décembre 2014 à Saint Jean d'Y (ouverture des portes 14h30)
- 2) 22 mars 2015 à La Rochelle (après midi)
- 3) 25 avril 2015 à Saintes (ouverture des portes 14h20)

Le programme reprend les 5 épreuves du « Pass'Sports de l'Eau » :

- Natation Course
- Water-polo
- Natation Synchronisée
- Nage avec palmes
- Plongeon

### **Etapes qualificatives pour le Pass'Compétition Natation Course.**



Afin de garantir une organisation optimale dans le déroulement de ces épreuves, Présence d'un nombre suffisant d'évaluateurs titulaires ENF 2 (1 par club, 2 si plus de 20 nageurs).

Remise des diplômes « Pass'Sports de l'Eau » pour les nageurs (ses) ayant présenté et passé avec succès 3 épreuves.

Vanessa Maroleau sera en charge de rentrer les résultats des Pass'Sport de l'Eau sur Extranat ; il conviendra donc de lui adresser les résultats par mail.

## Pass'Compétition :

Pour les titulaires du Pass'sports de l'Eau, des sessions sont organisées dans notre région :

### ■ Pass'Compétition Natation Course

- 1) 19 octobre 2014 : St Jean d'Y - pause méridienne 1<sup>er</sup> plot intercubs benjamins
- 2) 30 novembre 2014 : Parthenay
- 3) 14 décembre 2014 : Cognac – pause méridienne
- 4) 18 janvier 2015 : Poitiers – pause méridienne Micathlon 1
- 5) 8 février 2015 : Niort – pause méridienne Micathlon 2
- 6) 22 mars 2015 : Rufec – pause méridienne
- 7) 19 avril 2015 : Saintes – pause méridienne Natathlon 3
- 8) mai 2015 : ???
- 9) 28 juin 2015 : Dolus d'Oléron – pause méridienne championnat bi-départementaux

Réalisation d'un 100 m nagé dans l'ordre des 4 nages à savoir : papillon, dos, brasse, crawl.

Remise des diplômes « Pass'Compétition Natation Course » pour leur nageur (ses) ayant réussi l'épreuve avec succès.

### ■ Pass'Compétition Natation Synchronisée

- 1)

### ■ Pass'Compétition Water-Polo

- 1) 10 mai 2015 :

### ■ Pass'Compétition Eau libre

- 1) septembre 2015 : Saint Cyr

## 1/2 Journée d'animation ENF :

½ journée d'animation à vocation pluridisciplinaires, afin de développer des compétences et habiletés motrices en s'appuyant sur l'ensemble des disciplines.

Chaque club doit communiquer sa capacité d'accueil, les clubs devront adresser leurs engagements à l'organisateur ainsi qu'au référent ENF pour le lundi qui précède la manifestation. L'objectif étant que l'organisateur édite la liste dès le mercredi.

Les enfants seront répartis en équipe, mixte de club et évolueront sous la responsabilité d'1 ou 2 parents.

Un goûter sera offert par le CD 17 à l'issue de la journée.

- 1) 16 novembre 2014 : Saint Jean d'Angély
- 2) 22 février 2015 : Rochefort
- 3) 26 avril 2015 : Saujon
- 4) 21 juin 2015 : La Rochelle



Les journées d'ENF se dérouleront en 2 temps :

- **Journée d'animation** réservée aux titulaires du Sauv'Nage, préparant le Pass'Sport de l'eau : de 13h00 à 15h30.

- **Journée de découverte** réservée aux enfants titulaires du Pass'Sport de l'eau préparant le Pass'Compétition : de 15h30 à 17h00.

**Contenu des journées ENF :**

		Journée 1	Journée 2	Journée 3	Journée 4
<b>Journée d'Animation</b>	<b>Atelier 1</b> (projection)	Coulées ventrales passives (mesure)	Coulées dorsales passives (mesure)	Plongeon suivi d'une coulée ventrale passive (mesure)	Départ dorsale suivi d'une coulée dorsale passive (mesure)
	<b>Atelier 2</b> (respiration)	Souffler dans un tuba pour faire avancer une balle de ping-pong	Bouchon Expiration longue, Inspiration courte (points)	Relais plongeon + tuba sur 25m	Plongeon suivi du crawl en apnée (mesure)
	<b>Atelier 3</b> (impulsion)	Saut le plus loin (mesure)	Relais roulade	Relais ballon zig-zag	Relais torpille
<b>Journée de découverte</b>	<b>Atelier 1</b> 10 min (tps en fonction du nombre de participants)	10 min de nage sans arrêt	10 min de nage dorsal et ventral	10 min en crawl avec toutes les culbutes	10 min en crawl avec toutes les coulées à 5m
	<b>Atelier 2</b> (travail des virages)	Travail virage dos/brasse 25m dos retour 25m brasse	Travail virage brasse/crawl 25m brasse retour 25m crawl	Départ plongeon puis 25m papillon	Travail virage papillon/dos 25m papillon retour 25m dos
	<b>Atelier 3</b>	Mini-polo	Ballet nautique	Mini-polo	Ballet nautique

**Matériel nécessaire :**

Décamètres, chronomètres, cerceaux, drapeaux, ficelle, tapis, plots, ballons, ligne d'eau, tubas, balles de ping-pong....

## PROGRAMME SPORTIF









### Rappel :

Le programme est susceptible d'évoluer en cours de saison.

Bonne Saison à toutes et à tous.



<b>Meeting d'Automne</b>			
	<b>Compétition d'animation</b>		 <b>25m</b>
	<b>12 Octobre 2014</b>		<b>Royan</b>
	<b>M/C/J/S</b>	<b>Compétition individuelle</b>	
	<b>Engagements par <a href="http://extranat.fr">extranat.fr</a> avant le mardi 7 Octobre 2014 23h59</b>		

### REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.

### PROGRAMME ET HORAIRE :

<b>12 Octobre 2014 OP : 8h00 / DE : 9h00</b>	<b>12 Octobre 2014 OP : 14h00 / DE : 15h00</b>
400 NL Dames 400 NL Messieurs 100 Pap. Dames 100 Pap. Messieurs 100 Brasse Dames 100 Brasse Messieurs	200 4N Dames 200 4N Messieurs 100 Dos Dames 100 Dos Messieurs 100 NL Dames 100 NL Messieurs

### RECOMPENSES :

Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve.

Championnat Départemental Hiver 1/2 fond			
	Compétition qualificative		 25m
	16 Novembre 2014		Rochefort
	M/C/J/S	Compétition individuelle	
	Engagements par <a href="http://extranat.fr">extranat.fr</a> avant le mardi 11 Novembre 2014 23h59		

## REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.



**Journée qualificative pour les Championnats Régionaux 25m.**


## PROGRAMME ET HORAIRE :

16 Novembre 2014 OP : 13h30 / DE : 14h30
800 NL Dames
800 NL Messieurs
400 4N Dames
400 4N Messieurs
1500 NL Dames
1500 NL Messieurs

Pour les épreuves des 800 et 1500 NL, les séries pourront être doublées.

## RECOMPENSES :

Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve.

Championnat Départemental Hiver 1/2 fond			
	Compétition d'animation		 25m
	16 Novembre 2014		Rochefort
	B	Compétition individuelle	
	Engagements par <a href="http://extraNat.fr">extraNat.fr</a> avant le mardi 11 Novembre 2014 23h59		

## REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.



**Les Benjamins sont soumis à la réalisation de 2 temps de la grille de qualification ci-dessous.**

Epreuves	Benjamines		Epreuves	Benjamins	
	2002	2003		2002	2003
100 NL	1.2018	1.2806	100 NL	1.1861	1.2590
200 NL	2.5122	3.0611	200 NL	2.4748	3.2041
800 NL	12.2398	13.1688	800 NL	12.0315	13.0416
100 DOS	1.3064	1.3798	100 DOS	1.2946	1.3593
200 DOS	3.0660	3.1922	200 DOS	3.0961	3.3484
100 BR	1.4216	1.4891	100 BR	1.4115	1.4927
200 BR	3.3146	3.4525	200 BR	3.2680	4.1320
100 PAP	1.3488	1.4225	100 PAP	1.3105	1.4095
200 PAP	3.2439	3.3905	200 PAP	3.1774	3.4697
400 4N	6.4375	7.0427	400 4N	6.3478	6.5693

## PROGRAMME ET HORAIRE :

16 Novembre 2014 OP : 13h30 / DE : 14h30
800 NL Dames 800 NL Messieurs 400 4N Dames 400 4N Messieurs 1500 NL Dames 1500 NL Messieurs

Pour les épreuves des 800 et 1500 NL, les séries pourront être doublées.

## RECOMPENSES :

Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve.

Championnat Départemental Hiver			
	Compétition qualificative		 25m
	23 Novembre 2014		Saintes
	M/C/J/S	Compétition individuelle	
	Engagements par <a href="http://extraNat.fr">extraNat.fr</a> avant le mardi 18 Novembre 2014 23h59		

## REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.



**Journée qualificative pour les Championnats Régionaux 25m.**

## PROGRAMME ET HORAIRE :

23 Novembre 2014 OP : 7h30 / DE : 8h30	23 Novembre 2014 OP : 14h00 / DE : 15h00
50 BR Dames	200 4N Dames
50 BR Messieurs	200 4N Messieurs
200 NL Dames	50 DOS Dames
200 NL Messieurs	50 DOS Messieurs
50 PAP Dames	100 PAP Dames
50 PAP Messieurs	100 PAP Messieurs
100 DOS Dames	400 NL Dames
100 DOS Messieurs	400 NL Messieurs
200 BR Dames	100 BR Dames
200 BR Messieurs	100 BR Messieurs
50 NL Dames	200 DOS Dames
50 NL Messieurs	200 DOS Messieurs
200 PAP Dames	100 NL Dames
200 PAP Messieurs	100 NL Messieurs

## RECOMPENSES :

Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve.

# Championnat Départemental Hiver

	<b>Compétition d'animation</b>			<b>25m</b>
	<b>23 Novembre 2014</b>		<b>Saintes</b>	
	<b>B</b>	<b>Compétition individuelle</b>		
	<b>Engagements par <a href="http://extranat.fr">extranat.fr</a> avant le mardi 18 Novembre 2013, 23h59</b>			

## REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :



**Les Benjamins sont soumis à la réalisation de 2 temps de la grille de qualification ci-dessous :**

Epreuves	Benjamines		Epreuves	Benjamins	
	2002	2003		2002	2003
<b>100 NL</b>	1.2018	1.2806	<b>100 NL</b>	1.1861	1.2590
<b>200 NL</b>	2.5122	3.0611	<b>200 NL</b>	2.4748	3.2041
<b>800 NL</b>	12.2398	13.1688	<b>800 NL</b>	12.0315	13.0416
<b>100 DOS</b>	1.3064	1.3798	<b>100 DOS</b>	1.2946	1.3593
<b>200 DOS</b>	3.0660	3.1922	<b>200 DOS</b>	3.0961	3.3484
<b>100 BR</b>	1.4216	1.4891	<b>100 BR</b>	1.4115	1.4927
<b>200 BR</b>	3.3146	3.4525	<b>200 BR</b>	3.2680	4.1320
<b>100 PAP</b>	1.3488	1.4225	<b>100 PAP</b>	1.3105	1.4095
<b>200 PAP</b>	3.2439	3.3905	<b>200 PAP</b>	3.1774	3.4697
<b>400 4N</b>	6.4375	7.0427	<b>400 4N</b>	6.3478	6.5693

## PROGRAMME ET HORAIRE :

<b>23 Novembre 2014 OP : 7h30 / DE : 8h30</b>	<b>23 Novembre 2014 OP : 14h00 / DE : 15h00</b>
50 BR Dames	200 4N Dames
50 BR Messieurs	200 4N Messieurs
200 NL Dames	50 DOS Dames
200 NL Messieurs	50 DOS Messieurs
50 PAP Dames	100 PAP Dames
50 PAP Messieurs	100 PAP Messieurs
100 DOS Dames	400 NL Dames
100 DOS Messieurs	400 NL Messieurs
200 BR Dames	100 BR Dames
200 BR Messieurs	100 BR Messieurs
50 NL Dames	200 DOS Dames
50 NL Messieurs	200 DOS Messieurs
200 PAP Dames	100 NL Dames
200 PAP Messieurs	100 NL Messieurs

## RECOMPENSES :

Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve.

Interclubs 11 ans & moins – Plot n°1			
	Compétition d'animation		 25m
	30 Novembre 2014		Rochefort
	A/P	Compétition par équipe	
	Engagements par <a href="http://extraNat.fr">extraNat.fr</a> avant le mardi 25 Novembre 2014 23h59		

## REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :



**Relais mixtes : 2 filles – 2 garçons**

## PROGRAMME ET HORAIRE :

<b>Dimanche 30 Novembre 2014</b> <b>OP : 13h30 / DE : 14h30</b>
4 X 50 4N 4 X 50 Brasse 4 X 50 Papillon 4 X 50 NL

## RECOMPENSES :

Coupes pour les 3 premières équipes au cumul des 4 épreuves.



<b>Natathlon 11 ans &amp; moins – Plot n°1</b>			
	<b>Compétition d'animation</b>		 <b>25m</b>
	<b>11 Janvier 2015</b>		<b>Saint Jean d'Angély</b>
	<b>A/P</b>	<b>Compétition individuelle</b>	
	<b>Engagements par <a href="http://extranat.fr">extranat.fr</a> avant le mardi 6 Janvier 2015 23h59</b>		

## REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 200 NL + 50 m de spé. pour les 2005 et moins.

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 400 NL + 100m de spé. pour les nageurs nés en 2004.

## PROGRAMME ET HORAIRE :

<b>Dimanche 11 Janvier 2015 OP : 13h30 / DE : 14h30</b>
400 NL D/M
200 NL D/M
100 Papillon D/M
50 Papillon D/M
100 Dos D/M
50 Dos D/M
100 Brasse D/M
50 Brasse D/M
100 NL D/M
50 NL D/M

Pour les épreuves des 400 et 200 NL, les séries pourront être doublées.

## RECOMPENSES :

Pas de récompense

Interclubs 11 ans & moins – Plot n°2			
	Compétition d'animation		 25m
	1 <sup>er</sup> Février 2015		Rochefort
	A/P	Compétition par équipe	
	Engagements par <a href="http://extranat.fr">extranat.fr</a> avant le mardi 27 janvier 2015 23h59		

## REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :



**Relais par sexe : filles et garçons séparés**

## PROGRAMME ET HORAIRE :

<b>Dimanche 1<sup>er</sup> février 2015</b> <b>OP : 13h30 / DE : 14h30</b>
4 X 50 4N 4 X 50 Brasse 4 X 50 Papillon 4 X 50 NL

## RECOMPENSES :

Coupes pour les 3 premières équipes au cumul des 4 épreuves.

<b>Natathlon 11 ans &amp; moins – Plot n°2</b>			
	<b>Compétition d'animation</b>		 <b>25m</b>
	<b>15 Mars 2015</b>		<b>Saintes</b>
	<b>A/P</b>	<b>Compétition individuelle</b>	
	<b>Engagements par <a href="http://extranat.fr">extranat.fr</a> avant le mardi 10 Mars 2015 23h59</b>		

### REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 200 NL pour les 2005 et moins.

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 400 NL pour les nageurs nés en 2004.







### PROGRAMME ET HORAIRE :

<b>Dimanche 15 mars 2015 OP : 10h00 / DE : 11h00</b>	<b>Dimanche 15 mars 2015 OP : 13h30 / DE : 14h30</b>
400 NL D/M 200 NL D/M	100 Dos D/M 50 Dos D/M 100 Brasse D/M 50 Brasse D/M 100 Papillon D/M 50 Papillon D/M 100 NL D/M 50 NL D/M

Pour les épreuves des 400 et 200 NL, les séries pourront être doublées.

### RECOMPENSES :

Pas de récompense

<b>Meeting 17 Open</b>			
	<b>Compétition qualificative</b>		 <b>25m</b>
	<b>24 mai 2015</b>		<b>Saintes</b>
	<b>M/C/J/S</b>	<b>Compétition individuelle</b>	
	<b>Engagements par <a href="http://extranat.fr">extranat.fr</a> avant le mardi 19 mai 2015 à 23h59</b>		

## REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :



### Journée qualificative pour les Championnats Régionaux Eté

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.

## PROGRAMME ET HORAIRE :

Dimanche 24 mai 2015 OP : 8h00 / DE : 9h00	Dimanche 24 mai 2015 OP : 13h30 / DE : 14h30
400 4N Dames	400 NL Dames
400 4N Messieurs	400 NL Messieurs
100 NL Dames	100 PAP Dames
100 NL Messieurs	100 PAP Messieurs
200 DOS Dames	200 BR Dames
200 DOS Messieurs	200 BR Messieurs
50 PAP Dames	50 NL Dames
50 PAP Messieurs	50 NL Messieurs
800 NL Dames	200 4N Dames
200 4N Messieurs	800 NL Messieurs
100 BR Dames	100 DOS Dames
100 BR Messieurs	100 DOS Messieurs
200 PAP Dames	1500 NL Dames
50 DOS Messieurs	200 PAP Messieurs
50 DOS Dames	50 BR Dames
1500 NL Messieurs	50 BR Messieurs
200 NL Dames	
200 NL Messieurs	

## RECOMPENSES :

Classement en trois catégories : Minimes, Cadets et Juniors/Seniors.  
Médailles pour les 3 premiers(ères) de chaque épreuve

Natathlon 11 ans & moins – Plot n°3			
	Compétition d'animation		 25m
	7 Juin 2015		Saint Jean d'Angély
	A/P	Compétition individuelle	
	Engagements par <a href="http://extranat.fr">extranat.fr</a> avant le mardi 2 juin 2015 23h59		

## REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 200 NL pour les 2005 et moins.

Le nombre d'épreuve par nageur est limité à 3 épreuves dont le 400 NL pour les nageurs nés en 2004.



## PROGRAMME ET HORAIRE :

Dimanche 7 juin 2015 OP : 13h30 / DE : 14h30
400 NL D/M
200 NL D/M
100 Papillon D/M
50 Papillon D/M
100 Dos D/M
50 Dos D/M
100 Brasse D/M
50 Brasse D/M
100 NL D/M
50 NL D/M

Pour les épreuves des 400 et 200 NL, les séries pourront être doublées.

## RECOMPENSES :

Pas de récompense

<b>Championnat Départemental Eté</b>			
	<b>Compétition d'animation</b>		 <b>25m ou 50m</b>
	<b>28 Juin 2015</b>		<b>Dolus d'Oléron</b>
	<b>M/C/J/S</b>	<b>Compétition individuelle</b>	
	<b>Engagements par <a href="http://extraNat.fr">extraNat.fr</a> avant le mardi 23 Juin 2015 à 23h59</b>		

### REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Cette compétition pourrait se dérouler en coordination avec les 4 départements de la région Poitou-Charentes afin de créer une émulation auprès des nageurs.

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.

### PROGRAMME ET HORAIRE :

Le programme et les horaires seront définis en accord avec l'ensemble des responsables départementaux lors d'une prochaine réunion régionale de la commission natation course.

### RECOMPENSES :

Médaille au premier de chaque département, de chaque épreuve.

