

## PRE SAISON

DATE	SAMEDI 15 OCTOBRE		DIMANCHE 16 OCTOBRE	
LIEU	ALLONNES			
Ouverture Bassin	8h00	14h00	8h00	14h00
Début Epreuves	9h00	15h00	9h00	15h00
	800 NL Messieurs 50 Pap Dames 200 Pap Messieurs 400 4N Dames Pause 100 Dos Messieurs 50 Brasse Dames 200 Brasse Messieurs 200 NL Dames 50 NL Messieurs	100 Brasse Messieurs 100 NL Dames 200 4N Messieurs 100 4N Messieurs AV3 Pause 100 Pap Dames 50 Dos Messieurs 200 Dos Dames 400 NL Messieurs 1500 NL Dames	800 NL Dames 50 Pap Messieurs 200 Pap Dames 400 4N Messieurs Pause 100 Dos Dames 50 Brasse Messieurs 200 Brasse Dames 200 NL Messieurs 50 NL Dames	100 Brasse Dames 100 NL Messieurs 200 4N Dames 100 4N Dames AV3 Pause 100 Pap Messieurs 50 Dos Dames 200 Dos Messieurs 400 NL Dames 1500 NL Messieurs

**Engagements sur Extranat: du Dimanche 2 Octobre au Mardi 11 Octobre 2021**

Règlement par Virement ou CB au Comité Départemental

Les engagements non réglés le jour de la compétition seront multipliés par 2

**Droits d'engagements J/J/S: 2.80€ / épreuve**  
**Droits d'engagements Avenirs 3: 2.00€ / épreuve**

**Forfaits: 3.00€ / épreuve**  
**Amendes: 10.00€**

### Catégories

Avenirs: 3

Jeunes:

Juniors / Séniors:

Filles nées en 2012

Filles nées en 2009 / 2010 / 2011

Filles nées en 2008 et avant

Garçons nés en 2011

Garçons nés en 2008 / 2009 / 2010

Garçons nés en 2007 et avant

### Mode de Participation

Les Pré saison sont réservés aux catégories Avenirs 3, Jeunes, Juniors, Séniors ayant une licence compétition 4 épreuves maxi par jour. Classement au temps par catégorie.

Les 800 et 1500 NL sont réservés aux nageurs J3/J/S réalisants les temps de la grille simplifiée

Les 400, 800 et 1500 NL seront doublées

**Les avenir 3 sont autorisés à nager le 50, 100, 200 NI, le 50 et 100 dans les autres nages et le 100 4 Nages**



**Les clubs sont tenus de fournir :**

**1 Officiel pour 5 Nageurs engagés**

**2 Officiels pour 10 Nageurs engagés**

**1 Officiel par tranche de 10 Nageurs engagés au delà de 10**

**La non présentation d'officiel entraînera une amende de 25€ par réunion par officiel manquant.**

# LIGUE REGIONALE DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE

INTERCLUBS TOUTES CATEGORIES – BASSIN 25 m			
	Compétition d'Animation	Lieu ANGERS Piscine JEAN BOUIN	25 m – 8 couloirs
	<b>Samedi 12 novembre 2022</b>		
	CATEGORIES : Toutes Catégories	Compétition par équipe (10 nageurs) par club	
	Proposition sur <a href="http://www.extrnat.fr">www.extrnat.fr</a> <b>Du mardi 1er novembre 0 h 00 au mardi 8 novembre 23 h 59</b> Vos compositions de relais doivent être mises directement sur ExtraNat lors de vos engagements.		Tarif : 70 € par équipe
	Attention : Si les bons de commande ne sont pas validés sur EXTRANAT avant la fermeture, les droits d'engagements seront multipliés par 2 (dans la limite des engagements plus 250,00 € d'amende). Si le club n'a pas engagé ses nageurs sur ExtraNat avant la fermeture, les engagements ne seront pas pris en compte.		

## Engagements & modifications d'équipes compléments d'information :

- Il est possible de modifier son ou ses équipe(s) sous ExtraNat jusqu'au mardi 08/11/22 minuit, tant que vos engagements ne sont pas validés. Seules les modifications de dernières minutes seront prises sur place le jour de la compétition pour faciliter le bon déroulement de la compétition

## Mode de qualification & conditions d'accès :

- Les 16 premières équipes filles & garçons issues du classement d'après la concaténation des résultats des finales départementales et de la finale régionale de la saison 2021.
- 1 équipe maximum par club et par sexe.
- Obligation de participer à la poule régionale pour les équipes premières qualifiées
- Les éventuels forfaits sont à déclarer à la ligue régionale au plus tard pour le **22/10/21 MINUIT**, par mail à la Ligue régionale (en cas de forfait se référer à *l'annuaire fédéral*, concernant les modalités de participation des nageurs qui constituaient cette équipe la saison précédente) sauf s'il s'agit d'une équipe repêchée.
- Il sera procédé au remplacement des forfaits.

## Epreuves :

- 10 **Épreuves individuelles** : 10 en dames et 10 en messieurs) 100 m nage libre, 400 m nage libre, 100 m dos, 200 m dos, 100 m brasse, 200 m brasse, 100 m papillon, 200 m papillon, 100 m 4 nages, 200 m 4 nages (*Classement au temps*)
- 3 **Épreuves de relais** (3 en dames et 3 en messieurs) 4 x 100 m 4 nages, 10 x 50 m nage libre et 4 x 200 m nage libre (*Classement au temps*).

## Programme :

1 <sup>ère</sup> REUNION samedi 12/11/22 matin	2 <sup>ème</sup> REUNION samedi 12/11/22 après-midi
Ouverture des portes : <b>8H15</b> – évacuation : <b>9H40</b> présentation des équipes : <b>9H45</b>	Ouverture des portes : <b>14H15</b> – évacuation : <b>15H25</b> - début des épreuves : <b>15H30</b>
10 x 50 LIBRE DAMES & MESSIEURS	4 X 200 LIBRE MESSIEURS
Épreuves des remplaçants sur 50 Libre D & M	<b>Entracte 10 mn</b>
<b>Entracte 10 mn</b>	200 DOS DAMES
100 DOS DAMES	100 DOS MESSIEURS
200 DOS MESSIEURS	200 BRASSE DAMES
100 BRASSE DAMES	100 BRASSE MESSIEURS
200 BRASSE MESSIEURS	400 LIBRE DAMES
100 LIBRE DAMES	100 LIBRE MESSIEURS
400 LIBRE MESSIEURS	200 PAPILLON DAMES
100 PAPILLON DAMES	100 PAPILLON MESSIEURS
200 PAPILLON MESSIEURS	200 4 NAGES DAMES
100 4 NAGES DAMES	100 4 NAGES MESSIEURS
200 4 NAGES MESSIEURS	Épreuves des remplaçants sur 100 au choix D & M
<b>Entracte 15 mn</b>	<b>Entracte 15 mn</b>
4 X 200 LIBRE DAMES	4x100 4 NAGES DAMES & MESSIEURS

**Important : les remplaçants feront l'objet d'une compétition à part NE PAS OUBLIER de les engager sous ExtraNat.**

Léo PINEAU / Frédéric LEGAL Octobre 2021

# LIGUE REGIONALE DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE

## Dispositions particulières :

L'organisation de cette compétition se déroulera à l'échelon régional avec un classement national. La ligue fixe :

- Le nombre d'équipes en finales régionales en conservant l'exigence que la meilleure équipe de chaque club doit participer à la meilleure poule régionale
- L'organisation des poules géographiques et/ou par niveau est laissée à l'initiative des ligues selon les cotations des équipes, la saison précédente. Les meilleures équipes régionales doivent, à raison de deux équipes maximums par club, participer à la meilleure poule régionale.
- Pour être classé, un club doit obligatoirement disputer la compétition dans sa région et toutes les épreuves doivent être nagées.
- Précision : la notion "d'épreuve nagée" signifie que le nageur a effectué son parcours dans le respect des caractéristiques de l'épreuve (style et distance) du départ à l'arrivée.

## Exemples :

1. Un nageur respecte la distance, mais pas le style (exemple : 200 m nage libre au lieu de 200 m papillon) : l'épreuve n'a pas été nagée.
2. Si un nageur abandonne, quelle que soit la raison : l'épreuve n'a pas été nagée.
3. Sous réserve qu'il l'ait terminée, l'épreuve est considérée comme nagée même si le nageur est disqualifié pour une faute technique (nage ou virage).
4. Un nageur est forfait, y compris pour cause de blessure justifiée par un certificat médical : l'épreuve n'a pas été nagée.
5. Deuxième faux départ (cas n° 1) - Le nageur tombe dans l'eau alors que le signal de départ n'a pas été donné. Le nageur fautif est disqualifié et pour lui l'épreuve n'a pas été nagée.
6. Deuxième faux départ (cas n° 2) - Le nageur fautif est disqualifié à l'issue de la course après avoir parcouru la totalité de la distance et respecté le style de nage : l'épreuve a été nagée.
7. Deuxième faux départ (cas n° 3) - Alors que le signal de départ a été donné, un nageur s'arrête et ne termine pas la course considérant qu'il a fait un faux départ et qu'il sera disqualifié à l'arrivée. Cela équivaut à un abandon : l'épreuve n'a pas été nagée.

**Rappel :** le juge-arbitre est responsable de la validation des résultats, comprenant notamment le respect des codes informatiques (disqualifications, abandon, forfait...).

## Mode de participation

- Chaque équipe est composée de dix nageurs avec l'obligation de participer à une épreuve individuelle et au relais 10 x 50 m nage libre.
- Lorsque les titulaires du relais 10 x 50 m nage libre ont nagé, aucun remplaçant ne peut se substituer dans les autres courses.
- En cas de blessure d'un membre de l'équipe, et jusqu'à un quart d'heure précédent le départ du 10 x 50 m nage libre, il peut être fait appel à un remplaçant. Passé ce délai, il ne peut plus y avoir de modifications dans les engagements individuels.
- Pour les différentes poules régionales, une ou plusieurs équipes supplémentaires peuvent être engagées, à la condition que la ou les équipes précédentes soient complètes.
- En cas de forfait d'un ou plusieurs clubs, dans la meilleure poule, les clubs (dans l'ordre du classement) du niveau inférieur sont qualifiés.
- Pour les championnats interclubs départementaux et régionaux, chaque équipe masculine ou féminine de club ne pourra pas avoir dans sa composition plus de deux nageurs transfères ou nouveaux licenciés, quelle que soit leur nationalité, inscrits sur les listes de haut niveau ou ayant réalisé la saison précédente une performance correspondant à la grille du collectif national 18 ans filles ou du collectif national 19 ans garçons pour les seules épreuves concernées par la compétition (tableau ci-contre, tous bassins)

## Règlement :

- Se référer à « Annuel Règlements 2021/2022 »
- Particularité du comité régional des PDL :

Positionnement des épreuves des remplaçants, sur la première réunion après les relais 10 x 50 libre (sur un 50 Libre) et sur la deuxième réunion après le 100 4 nages Messieurs (sur un 100 m au choix)

Possibilité de changer la composition de son relais 4 x 200 libre DAMES dans les 5 premières minutes du 2<sup>ème</sup> entracte de la 1<sup>ère</sup> réunion.

Possibilité de changer la composition de son relais 4 x 200 libre MESSIEURS jusqu'à 15h00

Possibilité de changer la composition de son relais 4 x 100 4 nages dans les 5 premières minutes de l'entracte de la 2<sup>ème</sup> réunion.

## Récompenses :

- Coupe aux 3 premières équipes filles et aux 3 premières équipes garçons au classement général
- Médailles aux 10 nageurs (ses) et au remplaçant des 3 premières équipes filles et garçons

## Officiels :

- Obligation de fournir un officiel par équipe qualifiée

**Forfait :** 90,00 € par équipe après le 22/10/2021.

Lea PINEAU / Frédéric LEGAL - Octobre 2021

# LIGUE REGIONALE DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE

## INTERCLUBS TOUTES CATEGORIES - BASSIN DE 25 M



Samedi 12 novembre 2022 – ANGERS - en 8 lignes

### LISTE DES EQUIPES QUALIFIEES

<u>FILLES</u>			<u>Pts</u>	<u>GARÇONS</u>			<u>Pts</u>
1	ANGERS NATATION	14634	1	NANTES NATATION	15546		
2	NANTES NATATION	14451	2	ANGERS NATATION	14961		
3	ALLONNES JEUNESSE SPORTIVE	12929	3	CN LE MANS	14020		
4	LE ROCHE SUR YON NATATION	12528	4	LE ROCHE SUR YON NATATION	13510		
5	ST SEBASTIEN NATATION	11988	5	ASPTT NANTES	13351		
6	AS CARQUEFOU	11710	6	ST NAZAIRE ATLANTIQUE NATATION	13262		
7	CN LE MANS	11475	7	AS CARQUEFOU	12695		
8	ST NAZAIRE ATLANTIQUE NATATION	11174	8	STADE LAVAL	12495		
9	CN BEAUPREAU	11125	9	ST SEBASTIEN NATATION	12170		
10	STADE LAVAL	11087	10	CHOLET NATATION	11641		
11	ASPTT NANTES	10929	11	AS AVRILLE NATATION	10610		
12	ES SEGRE	10867	12	ANCENIS COURSE NATATION	10505		
13	ANCENIS COURSE NATATION	10383	13	ALLONNES JEUNESSE SPORTIVE	10321		
14	CHOLET NATATION	10072	14	LES SABLES D'OLONNES DPO	10185		
15	AS AVRILLE NATATION	9686	15	VSF LA FERTE BERNARD	9782		
16	DAUPHIN MAYENNE	9677	16	ES SEGRE	9622		
<b>Équipes remplaçantes</b>			<b>Équipes remplaçantes</b>				
1	JS COULAINES	9531	1	JS COULAINES	9484		
2	LES SABLES D'OLONNE DPO	8444	2	CHALLANS NATATION	9469		
3	VSF LA FERTE BERNARD	7972	3	SAUMUR NATATION	9015		
4	SAUMUR NATATION	7902	4	CN FONTENAY LE COMTE	7833		
5	CN FONTENAY LE COMTE	7649	5	AN DISTRICT BLAIN	7743		

Leo PINEAU / Frédéric LEGAL - Octobre 2021



# CHAMPIONNAT INTERCLUBS DÉPARTEMENTAUX

DATE	DIMANCHE 13 NOVEMBRE 2022	
LIEU	LA FLECHE	
Ouverture du bassin	8h00	14h00
Début des épreuves	9h00	15h00
	<p>10 x 50 NL D et M</p> <p>Epreuves des Remplaçants sur 50 NL</p> <p>PAUSE 10'</p> <p>100 DOS D</p> <p>200 DOS M</p> <p>100 BRASSE D</p> <p>200 BRASSE M</p> <p>100 NL D</p> <p>400 NL M</p> <p>100 PAP D</p> <p>200 PAP M</p> <p>100 4N D</p> <p>200 4N M</p> <p>PAUSE 15'</p> <p>4 x 200 NL Dames</p>	<p>4 x 200 NL M</p> <p>Pause 10'</p> <p>200 DOS D</p> <p>100 DOS M</p> <p>200 BRASSE D</p> <p>100 BRASSE M</p> <p>400 NL D</p> <p>100 NL M</p> <p>200 PAP D</p> <p>100 PAP M</p> <p>200 4N D</p> <p>100 4N M</p> <p>Epreuves des Remplaçants sur 100 au choix</p> <p>PAUSE 15'</p> <p>4 x 100 4N D et M</p>

**Engagements sur Extranat: du Dimanche 30 Octobre au Dimanche 6 Novembre 2022**

**Règlement par CB ou par virement.**

Denis VAUPRE : 287 Rue de Guetteloup, 72100 Le Mans

**Droits d'engagements: 20€ / équipe**

**Les engagements non réglés au plus tard le jour de la compétition seront multipliés par 2**

## Mode de Participation

Chaque équipe est composée de 10 Nageurs. Chaque Nageur nage 1 épreuve individuelle et le relais 10 x 50 NL.

Pour être classée, une équipe doit obligatoirement nager les relais et toutes les épreuves individuelles.

Le classement s'effectue à la table de cotation fédérale, en cas d'égalité au total points, l'addition des temps des relais servira à départager les équipes.

Les remplaçants pourront nager un 50 NL et un 100m au choix, qui feront l'objet d'une compétition à part au niveau des engagements, ceux-ci seront à faire sur Extranat aux mêmes dates.



**Les clubs sont tenus de fournir 1 Officiel par équipe**

**La non présentation d'officiel entraînera une amende de 25€ par réunion par officiel manquant.**

## Récompenses

1 Coupe aux 3 premières équipes Dames et aux 3 premières équipes Messieurs



## CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX HIVER

DATE	SAMEDI 19 Novembre 2022		DIMANCHE 20 Novembre 2022	
LIEU	ALLONNES			
Ouverture Bassin	8h30	14h00	8h30	14h00
Début Epreuves	9h30	15h00	9h30	15h
	200 NL 100 BRASSE 50 DOS 1500 NL	400 NL 100 PAP 200 DOS 50 NL 400 4N	200 BRASSE 100 DOS 200 PAP 100 NL	800 NL 50 BRASSE 200 4N 50 PAP

Engagements sur Extranat: du dimanche 7 Novembre au Dimanche 14 Novembre 2021

Règlement par virement.

Les engagements non réglés au plus tard le jour de la compétition seront multipliés par 2

Droits d'engagements J/J/S: 2.80€ / épreuve

Forfaits: 3.00€ / épreuve

Amendes: 10.00€

### Catégories

Jeunes:

Filles nées en 2009 / 2010 / 2011

Garçons nés en 2008 / 2009 / 2010

Juniors / Séniors:

Filles nées en 2008 et avant

Garçons nés en 2007 et avant

### **Mode de Participation**

4 épreuves maxi par jour.

Les 800 et 1500 NL sont réservés aux nageurs J3/J/S réalisant les temps de la grille simplifiée

Les 400, 800 et 1500 NL seront doublées

Les clubs sont tenus de fournir :

1 Officiel pour 5 Nageurs engagés

2 Officiels pour 10 Nageurs engagés

1 Officiel par tranche de 10 Nageurs engagés au delà de 10



La non présentation d'officiel entraînera une amende de 25€ par réunion par officiel manquant.

### **Récompenses**

1 Médaille aux 3 premiers de chaque épreuve par catégorie



## Challenge Avenirs n°8

DATE	Dimanche 27 novembre 2022	
LIEU	Coulaines	
Ouverture Bassin		14h00
Début Epreuves		15h00
		25 Dos 50 Dos/Brasse Pause 100 NL Pause 25 Br 50 Br/NL

**Engagements sur Extranat: du Mercredi 9 au Mercredi 16 novembre 2022**  
**Règlement par Virement au Comité Départemental**  
**Les engagements non réglés le jour de la compétition seront multipliés par 2**

**Droits d'engagements Challenge Avenirs: 2€/épreuve Amendes: 10.00€**

### Catégories

Avenirs: Filles nées en 2012 et après Garçons nés en 2011 et après

### Mode de Participation Avenirs

Le Challenge avenir est ouvert aux nageurs de la catégorie Avenirs avec ou sans Pass'Compétition

### Récompenses

1 médaille à tous les participants. Pas de podium

**Les clubs sont tenus de fournir :**

**1 Officiel pour 5 Nageurs engagés**

**2 Officiels pour 10 Nageurs engagés**

**1 Officiel par tranche de 10 Nageurs engagés au delà de 10**



La non présentation d'officiel entraînera une amende de 25€ par réunion par officiel manquant.

# LIGUE REGIONALE DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE

## CHAMPIONNAT REGIONAL HIVER – Bassin 25 m

	Qualificatif : Aux championnats de l'IRNO de la saison T4 2022	LE MANS Piscine des ATLANTIDES	25 m X 10 couloirs
	<b>Samedi 3 et dimanche 4 décembre 2022</b>		
	Catégories : Jeunes et plus		Compétition individuelle
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> Mardi 22/11/22 (0h00) au Mardi 29/11/2022 (23h59)		Tarif : 8,50 €
	Attention : Si le club n'a pas engagé ses nageurs et payé les engagements sur EXTRANAT avant la fermeture, les engagements ne seront pas pris en compte.		

### Mode de qualification & conditions d'accès :

#### - Compétition ouverte :

Aux nageurs ayant réalisé les temps de la grille de qualification Régionale lors de la saison N-1 et N-2 ou entre le 1/09/2020 & le 20/11/2022 lors des compétitions Labélisées par la Ligue Régionale

Compétition ouverte aux nageurs de la Catégorie « Jeunes 3 », s'ils ont réalisé les temps de la grille de qualification « Juniors 1 ».

6 épreuves MAXIMUM sur la compétition. Une épreuve complémentaire autorisée par nageur dans la limite de 5 plus 1.

**Condition d'accès :** réaliser le/les temps de qualification(s) de la grille Régionale.

### Epreuves :

- **17 Épreuves individuelles :** 50 m nage libre, 100 m nage libre, 200 m nage libre, 400 m nage libre, 800 m nage libre, 1500 m nage libre, 50 m dos, 100 m dos, 200 m dos, 50 m brasse, 100 m brasse, 200 m brasse, 50 m papillon, 100 m papillon, 200 m papillon, 200 m 4 nages, 400 4 nages.
- **Finales :** A et B Toutes Catégories peu importe le nombre d'engagé sur l'épreuve et C réservée aux « Juniors 1, 2 et jeunes » si 20 engagés sur l'épreuve.
- **Pour les 400 NL, 400 4N, 800m et 1500m :** classement au temps - possibilité de doubler les séries de 400, 800 et 1500 NL sur les séries lentes du matin – Pour les 800 et 1500 NL il n'y aura qu'une seule série lente le matin.
- **Il n'est pas possible de prendre le 400NL, 400 4N, 800 NL et 1500 NL en nage complémentaire**

### PROGRAMME :

Samedi 3/12 matin 1ère réunion SÉRIES	Samedi 3/12 A.M. 2ème réunion FINALES	Dimanche 4/12 matin 3ème réunion SÉRIES	Dimanche 4/12 A.M. 4ème réunion FINALES
Ouverture 7h30 – Evacuation 8h40 - Début 8h45	Ouverture 14h – Evacuation 15h10 - Début 15h15	Ouverture 7h30 – Evacuation 8h40 - Début 8h45	Ouverture 14h00 – Evacuation 15h10 - Début 15h15
400 NL D & M (séries lentes)	400 NL D & M (2 meilleures séries)	400 4N D & M (séries lentes)	400 4N D & M (2 meilleures séries)
100 brasse D & M	100 brasse D & M – (C,B,A)	200 NL D & M	200 NL D & M – (C,B,A)
200 papillon D & M	200 papillon D & M – (C,B,A)	100 papillon D & M	100 papillon D & M – (C,B,A)
50 dos D & M	50 dos D & M – (C,B,A)	50 brasse D & M	50 brasse D & M – (C,B,A)
Pause 10 minutes	Pause 10 minutes	Pause 10 minutes	Pause 10 minutes
100 NL D & M	100 NL D & M – (C,B,A)	200 dos D & M	200 dos D & M (C,B,A)
200 4 nages D & M	200 4 nages D & M – (C,B,A)	50 NL D & M	50 NL D & M (C,B,A)
100 dos D & M	100 dos D & M – (C,B,A)	200 brasse D & M	200 brasse D & M (C,B,A)
50 papillon D & M	50 papillon D & M – (C,B,A)	1500 NL D & M (séries lentes)	1500 NL D & M (1 série rapides)
800 NL D & M (séries lentes)	800 NL D & M (1 série rapide)		

**Récompenses :** 3 premiers « juniors 2 et moins » à l'issue des séries et des 3 premiers TC à l'issue des finales (remises de récompenses à la sortie de la course)

**Officiels :** Un officiel pour 4 à 7 nageurs et un officiel supplémentaire pour 8 nageurs & au-dessus.

**Forfait :** Se reporter aux tarifs régionaux.

Léo PINEAU / Frédéric LEGAL – Octobre 2021



# LIGUE REGIONALE DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE

INTERCLUBS JEUNES - BASSIN DE 25 M			
		Lieu LES SABLES D'OLONNE Piscine Centre Aqualudique Aqualonne	25 m X 6 couloirs
	<b>SAMEDI 10/12/2022</b> (date protégée pour la finale régionale)		
	Catégories d'âge : Filles : 11/12/13 ans (2011 à 2009) Garçons : 12/13/14 ans (2010 à 2008)	Compétition par équipe (4 nageurs) par équipe	
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> Du mardi 29/11/22 à 0h00 au mardi 6/12/22 à 23h59 Vos compositions de relais doivent être mises directement sur Extranat lors de vos engagements. ATTENTION !! Ne pas oublier d'engager les remplaçants éventuels sur la compétition qui leur est réservée	Tarif : 50,00 € par équipe	
	Attention : Si les bons de commande ne sont pas validés sur EXTRANAT avant la fermeture, les droits d'engagements seront multipliés par 2 (dans la limite des droits d'engagement plus 250,00 € d'amende) Si le club n'a pas engagé son ou ses équipes(s) sur ExtraNat avant la fermeture, les engagements ne seront pas pris en compte et se verra attribuer l'amende pour forfait		

## Mode de qualification & conditions d'accès :

- Les 16 premières équipes filles & garçons qualifiées en fonction du classement de la saison 2021 (compétition en 8 couloirs)
- Une équipe maximum par club et par sexe
- Obligation de participer à la poule régionale pour les équipes qualifiées.
- Les éventuels forfaits sont à déclarer avant le 14/11/22 au plus tard.
- Il sera procédé au remplacement des forfaits dans la limite maximum de 5 équipes par sexe.
- A l'issue de la première épreuve, aucun changement/remplacement de nageur ne pourra être effectué

## Épreuves :

- Épreuves individuelles : 100 NL, 100 D, 100 BR, 100 P
- Épreuves de relais : 4x 200 NL, 4x100 4N (les relayeurs réalisent chacun un 100 4N).

## Programme :

1 <sup>ère</sup> REUNION	2 <sup>ème</sup> REUNION
Ouverture des portes : 9H00 – évacuation : 10h25 – début : 10h30 (fin 12h45)	Ouverture des portes : 14H30 – évacuation : 15h55 – début : 16h00 (fin 18h15)
100 Papillon Jeunes D/M	100 Brasse Jeunes D/M
100 Dos Jeunes D/M	100 NL Jeunes D/M
Epreuves des remplaçants sur 100 Papillon ou 100 Dos	Epreuves des remplaçants sur 100 Brasse ou 100 Libre
10' d'entracte	10' d'entracte
Relais 4 x 200 Libre Jeunes D & M	Relais 4 x 100 4 Nages Jeunes D/M

## Règlement :

- Se référer « *Annuel Règlements 2022* »
- S'agissant d'une compétition par équipe, la règle des deux départs s'applique, conformément aux dispositions particulières de la FFN pour l'application des Règlements techniques de la FINA.
- Le classement est établi au cumul des points obtenus à la table de cotation par chaque nageur, les points du relais **ne sont pas doublés**

## Récompenses : Coupe aux 3 premières équipes filles & aux 3 premières équipes garçons au classement général

- Médailles aux 4 nageurs et au remplaçant des 3 premières équipes filles et garçons

## Officiels : Obligation de fournir un officiel par équipe qualifiée

Frédéric LEGAL SEPT-19 V3

# LIGUE REGIONALE DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE



## Samedi 10 DECEMBRE 2022

### LISTE DES EQUIPES QUALIFIEES (bassin de 6 lignes)

<u>Filles</u>			<u>Garçons</u>		
	Clubs	Points		Clubs	Points
1	Angers Natation	9273	1	CN Le Mans	8477
2	Nantes Natation	8785	2	Nantes Natation	8414
3	St Sébastien Natation	8465	3	Angers Natation	8139
4	La roche sur yon Natation	8170	4	St Sebastien Natation	7874
5	CN Fontenay le comte	6655	5	La roche sur Yon natation	7857
6	Stade Laval	6477	6	Stade Laval	7516
7	Ancenis Course Natation	6475	7	Ancenis Course Natation	7344
8	St Nazaire Atlantique Natation	5899	8	Allonnes jeunesse Sportive	7339
9	CN Beaupreau	5824	9	St Nazaire Atlantique Natation	6768
10	Cholet Natation	5723	10	Challans Natation	6432
11	St Herblain Natation	5505	11	AS Carquefou	5831
12	Les sables d'olonne DPO	5374	12	Les Sables d'olonne DPO	5445
13	ES Segré	4804	13	AS Avrillé Natation	5282
14	Allonnes jeunesse sportive	4406	14	Cholet Natation	5211
15	CN Le Mans	4373	15	RC Doué la Fontaine Natation	4973
16	Château Gontier Natation	4370	16	CN Fontenay le Comte	4962

### REEMPLACANTS :

<u>Filles</u>			<u>Garçons</u>		
	Clubs	Points		Clubs	Points
1	Pont-Château Natation	4191	1	Saumur Natation	4904
2	SN Le Lude	3779	2	ES Segré	4522
3	RC Doué la fontaine Natation	3764	3	Association Couëron Natation	4267
4	AS Avrillé Natation	3396	4	VSF La ferté Bernard	3713
5	Dauphin de Mayenne	3353	5	CN Luçon	3596



## Interclubs départementaux Avenirs & Jeunes

DATE	Dimanche 11 décembre 2022	
LIEU	Le Lude	
Ouverture Bassin	8h45	14h00
Début Epreuves	9h45	15h00
	4 x 100 4N jeunes 4 x 50 NL Avenirs Course des remplaçants 100 4N 100 DOS Jeunes 100 4N Avenirs 100 BRASSE Jeunes 50 NL Avenirs	50 DOS Avenirs 100 NL Jeunes 50 PAP Avenirs 100 PAP Jeunes 50 BRASSE Avenirs Course des remplaçants 100 NL 4x50 4N Avenirs 4 x 200 NL Jeunes

**Engagements sur Extranat: du Mercredi 30 novembre au Mercredi 7 décembre 2022**  
**Règlement par Virement au Comité Départemental**  
**Les engagements non réglés le jour de la compétition seront multipliés par 2**

**Droits d'engagements Equipe : 20€/équipe**

**Amendes: 10.00€**

### Catégories

Avenirs: Filles nées en 2012 et après

Garçons nés en 2011 et après

### Mode de Participation Avenirs

L'Interclubs avenir est ouvert aux nageurs de la catégorie Avenirs licenciés compétitions

### Récompenses

1 coupe aux 3 premières équipes



**Les clubs sont tenus de fournir :**

**1 Officiel pour 5 Nageurs engagés**

**2 Officiels pour 10 Nageurs engagés**

**1 Officiel par tranche de 10 Nageurs engagés au delà de 10**

**La non présentation d'officiel entraînera une amende de 25€ par réunion par officiel manquant.**

## PROGRAMME 2022 FFN POUEST

<b>Vendredi 16 décembre 2022</b> <b>Samedi 17 décembre 2022</b> <b>Dimanche 18 décembre 2022</b>	<b>CHAMPIONNATS DE L'OUEST HIVER</b> <b>BASSIN DE 25m</b>	<b>TOURS (25 x 20)</b> <b>Compétition de référence</b>
--	--	---

**Conditions d'accès :**

**Compétition réservées aux nageurs de l'interrégion Ouest.**

Catégories d'âge : Juniors et Seniors sous conditions d'avoir réalisé les temps de la grille de temps correspondante.

Les performances sont à réaliser sur la saison N-1 ou la saison en cours sur les compétitions de référence avant le 11 décembre 2022.

Il y aura une grille d'accès bassin de 25m : Filles 14, Filles 15 ans, Filles 16 ans, Filles 17 ans et filles seniors, Garçons 15 ans, Garçons 16 ans, Garçons 17 ans, Garçons 18 ans et garçons seniors.

Une épreuve complémentaire est autorisée.

**Les nageurs qualifiés aux championnats de France juniors ne peuvent participer à aucune course.**

**Engagements :** sur ExtraNat entre le mardi 7 décembre et le mardi 13 décembre 2022 – **ATTENTION ! Fermeture des engagements à 500 nageurs.**

**Programme :**

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

50 nage libre, 100 nage libre, 200 nage libre, 400 nage libre, 800 nage libre, 1500 nage libre,

50 dos, 100 dos, 200 dos, 50 brasse, 100 brasse, 200 brasse, 50 papillon, 100 papillon, 200 papillon, 200 4 nages, 400 4 nages.

Épreuves de relais : 4x 100 4 N mixtes / 4x 100 NL mixtes / 2 équipes maximum par club. Application de la règle fédérale (2 nageurs qualifiés = 1 relais, 6 nageurs qualifiés = 2 relais). Composition des relais mixtes = 2 filles + 2 garçons

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

                          Finale Espoir Filles 14/15 ans / Garçons 15/16 ans

**Récompenses :** Les trois premiers de chaque finale A seront récompensés et le vainqueur se verra décerner le titre de champion de l'Ouest 25m.

Vendredi 16 décembre 2022	Samedi 17 décembre 2022	Dimanche 18 décembre 2022
	<b>Ouverture des portes : 07h30</b> <b>Début des épreuves : 09h00</b> <b>Séries</b> 200 NL dames et messieurs 100 brasse dames et messieurs 200 papillon dames et messieurs 200 4 N dames et messieurs 100 dos dames et messieurs 800 NL dames et messieurs (séries lentes)	<b>Ouverture des portes : 07h30</b> <b>Début des épreuves : 09h00</b> <b>Séries</b> 400 4 nages messieurs et dames 200 dos messieurs et dames 100 papillon messieurs et dames 400 NL Messieurs et dames 200 brasse messieurs et dames 100 NL messieurs et dames
<b>Ouverture des portes : 13h30</b> <b>Début des épreuves : 15h</b> <b>Séries</b> 50 NL dames et messieurs 50 brasse dames et messieurs 50 dos dames et messieurs 50 papillon dames et messieurs 1500 NL dames et messieurs <b>Finales</b> 50 NL dames et messieurs 50 brasse dames et messieurs 50 dos dames et messieurs 50 papillon dames et messieurs	<b>Ouverture des portes : 14h30</b> <b>Début des épreuves : 16h</b> 800 NL dames et messieurs (séries rapides)  <b>Finales</b> 200 NL dames et messieurs 100 brasse dames et messieurs 200 papillon dames et messieurs 200 4 N dames et messieurs 100 dos dames et messieurs  <b>4x50 4N MIXTE</b>	<b>Ouverture des portes : 14h00</b> <b>Début des épreuves : 15h30</b> <b>Finales</b> 400 4 nages messieurs et dames 200 dos messieurs et dames 100 papillon messieurs et dames 400 NL Messieurs et dames 200 brasse messieurs et dames 100 NL messieurs et dames

**4x50 NL MIXTE**

*Une amende de 50 € sera appliquée par réunion aux clubs ne fournissant pas UN officiel pour au moins 5 nageurs. Les clubs ayant plus de 10 nageurs engagés devront fournir DEUX officiels (amende 25€ si un seul)*

# GRILLE QUALIFICATION EN 25 M

DAMES					Epreuves	HOMMES				
14 ANS	15 ANS	16 ANS	17 ANS	SENIORS		15 ANS	16 ANS	17 ANS	18 ANS	SENIORS
00:31,18	00:30,70	00:30,06	00:29,14	00:28,85	50 NL	00:28,22	00:27,34	00:27,02	00:26,38	00:26,12
01:08,06	01:06,41	01:05,14	01:03,87	01:03,23	100 NL	01:01,62	00:59,51	00:59,17	00:57,56	00:56,99
02:27,99	02:24,79	02:21,56	02:19,45	02:18,06	200 NL	02:14,54	02:09,62	02:07,96	02:06,01	02:04,75
05:10,39	05:01,80	04:57,20	04:49,58	04:46,70	400 NL	04:45,82	04:35,44	04:30,56	04:26,66	04:24,01
10:35,33	10:22,08	10:07,77	09:55,79	09:49,87	800 NL	09:55,79	09:31,50	09:21,42	09:13,68	09:08,17
20:46,87	20:13,44	19:36,37	18:58,42	18:47,09	1500 NL	18:42,60	18:27,26	17:50,62	17:43,18	17:32,60
00:35,62	00:34,56	00:34,35	00:33,37	00:33,04	50 DOS	00:32,58	00:31,37	00:31,13	00:30,27	00:29,97
01:16,90	01:15,24	01:14,60	01:12,62	01:11,89	100 DOS	01:10,24	01:07,53	01:06,76	01:05,00	01:04,73
02:48,38	02:41,54	02:40,06	02:36,90	02:35,34	200 DOS	02:32,91	02:26,95	02:25,48	02:22,09	02:20,67
00:39,76	00:39,20	00:37,80	00:36,81	00:36,44	50 BRA	00:35,60	00:34,59	00:33,67	00:33,13	00:32,80
01:27,08	01:25,55	01:23,56	01:21,30	01:20,49	100 BRA	01:19,18	01:16,99	01:14,55	01:13,06	01:12,34
03:08,12	03:03,07	02:59,84	02:55,91	02:54,16	200 BRA	02:56,03	02:46,85	02:41,54	02:39,54	02:37,95
00:33,26	00:32,36	00:31,75	00:31,02	00:30,71	50 PAP	00:29,94	00:29,33	00:28,53	00:28,15	00:27,87
01:15,21	01:13,44	01:10,92	01:09,36	01:08,67	100 PAP	01:07,33	01:04,47	01:03,57	01:02,15	01:01,53
02:50,29	02:45,62	02:40,50	02:36,80	02:35,24	200 PAP	02:31,24	02:27,04	02:23,48	02:20,48	02:19,09
02:49,49	02:44,95	02:42,36	02:38,04	02:36,47	200 4N	02:31,53	02:28,70	02:24,72	02:23,02	02:21,60
05:57,28	05:45,56	05:40,01	05:32,53	05:29,22	400 4N	05:23,76	05:15,41	05:11,18	05:06,11	05:03,06