

	JANVIER		FÉVRIER		MARS		AVRIL		MAI		JUN		JUILLET		SEPTEMBRE		OCTOBRE		NOVEMBRE		DECEMBRE	
	Matin	Après-M	Matin	Après-M	Matin	Après-M	Matin	Après-M	Matin	Après-M	Matin	Après-M	Matin	Après-M	Matin	Après-M	Matin	Après-M	Matin	Après-M	Matin	Après-M
D 1		M 1		M 1		S 1	Interclub BE Sébastien le 10/01/27	L 1		J 1		S 1	WEB Benoit Malo	V 1		D 1		M 1		V 1		
L 2	J 2			J 2		D 2	France J/15 le 10/01/27	M 2		V 2		D 2	Regions ETE LAVALL ?	S 2		L 2		J 2		S 2		Regions J/15 sr Ch-de l'Ouest
M 3	V 3			V 3		L 3		M 3		S 3		L 3		D 3		M 3		V 3		D 3		
M 4	S 4			S 4		M 4		D 4		D 4		M 4		L 4		M 4		S 4		L 4		
J 5	D 5		Créteil AV 1 - T Benj 27	D 5		M 5		V 5		L 5		M 5		M 5		J 5		D 5		M 5		
V 6	L 6			L 6		J 6		M 6		M 6		J 6		M 6		V 6		L 6		M 6		
S 7	M 7			M 7		V 7	France Juniors Chartres 50 m	D 7		M 7		V 7		J 7		S 7		M 7		J 7		
D 8	M 8			M 8		S 8		J 8		J 8		S 8		V 8		D 8		M 8		V 8		
L 9	J 9			J 9		D 9		M 9		V 9		D 9		S 9		L 9		J 9		S 9		
M 10	V 10			V 10		M 10		M 10		S 10		L 10		D 10		M 10		V 10		D 10		
M 11	S 11			S 11		M 11		J 11		D 11		M 11		D 11		M 11		S 11		L 11		
J 12	D 12			D 12		V 12		V 12		L 12		M 12		M 12		J 12		D 12		M 12		
V 13	L 13			L 13		S 13		S 13		M 13		J 13		M 13		V 13		L 13		M 13		
S 14	M 14		Stage CD 72 Juniors - Seniors Caillela	M 14		D 14		D 14		M 14		V 14		J 14		S 14		M 14		J 14		
D 15	M 15			M 15		S 15		L 15		J 15		V 15		V 15		D 15		M 15		V 15		
L 16	J 16			J 16		D 16		M 16		V 16		D 16		S 16		L 16		J 16		S 16		
M 17	V 17			V 17		M 17		L 17		S 17		L 17		D 17		M 17		V 17		D 17		
M 18	S 18			S 18		M 18		J 18		D 18		M 18		L 18		M 18		S 18		L 18		
J 19	D 19			D 19		V 19		V 19		L 19		M 19		M 19		J 19		D 19		M 19		
V 20	L 20			L 20		M 20		M 20		M 20		J 20		M 20		V 20		L 20		M 20		
S 21	M 21			M 21		V 21		D 21		M 21		V 21		V 21		S 21		M 21		J 21		
D 22	M 22			M 22		S 22		L 22		J 22		S 22		S 22		D 22		M 22		V 22		
L 23	J 23			J 23		M 23		M 23		V 23		D 23		V 23		L 23		J 23		S 23		
M 24	V 24			V 24		M 24		M 24		S 24		L 24		D 24		M 24		V 24		D 24		
M 25	S 25			S 25		M 25		J 25		D 25		M 25		L 25		M 25		S 25		M 25		
J 26	D 26			D 26		V 26		V 26		L 26		M 26		M 26		J 26		D 26		M 26		
V 27	L 27			L 27		S 27		S 27		M 27		M 27		M 27		V 27		L 27		M 27		
S 28	M 28			M 28		D 28		D 28		M 28		V 28		J 28		S 28		M 28		J 28		
D 29	M 29			M 29		S 29		L 29		J 29		S 29		V 29		D 29		M 29		V 29		
L 30	J 30			J 30		D 30		M 30		V 30		D 30		S 30		L 30		J 30		S 30		
M 31	V 31			V 31		M 31		M 31		L 31		L 31				M 31				D 31		

Compétition départementale		Compétition régionale		Compétition interrégionale		Compétition nationale		Stage Départemental	
----------------------------	--	-----------------------	--	----------------------------	--	-----------------------	--	---------------------	--



Meeting Avenirs des Ardriers

DATE	Dimanche 29 janvier 2023	
LIEU	Piscine des Atlantides, Le Mans	
Ouverture du Bassin	8h30	14h00
Début des épreuves	9h30	15h00
	200 NL 100 PAP 50 Brasse 100 Dos 50 NL Pause <i>Relais 4x 50 NL Mixte</i>	100 4N 50 Pap 100 NL 50 DOS 100 BRASSE Pause <i>25m "Eliminator"</i>

Engagements sur Extranat: du Mercredi 18 janvier 2023 au Mercredi 25 janvier 2023
Règlement par Virement au Club des Nageurs du Mans
Les engagements non réglés le jour de la compétition seront multipliés par 2

Droits d'engagements Individuel : 2,5€/épreuve

Droits d'engagements Relais : 4€/relais

Droits d'engagements Eliminator : 1€

Amendes: 10.00€

Amendes: 10.00€

Amendes: 5.00€

Catégories

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

Mode de Participation Avenirs

Le meeting est ouvert aux nageurs de la catégorie Avenirs titulaires du Sauv'nage

Règles Eliminator

Les nageurs partent par série de 8 tirées au sort. Les 4 premiers sont qualifiés pour la manche suivante.

Récompenses

Récompenses pour les 3 premiers de chaque challenge par catégorie
Challenge Petit Blanc (Classement au point du 100 4N et des 3 meilleurs 50m)
Challenge Grand Bleu (Classement au point du 200NL et des 3 meilleurs 100m)
Les catégories : Avenirs 1, Avenirs 2, Avenirs 3
1 coupe aux 3 premières équipes sur le relais
Aussi, Séries cadeaux

Les clubs sont tenus de fournir :

1 Officiel pour 1 à 4 Nageurs engagés

2 Officiels pour 5 à 9 Nageurs engagés

3 Officiels pour 10 à 15 Nageurs engagés

4 Officiels pour 16 Nageurs et plus engagés



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



Trophée du Nageur Complet

DATE	Dimanche 19 mars 2023	
LIEU	La Flèche	
Ouverture Bassin	8h30	14h00
Début Epreuves	9h30	15h00
	800 NL Benjamin 2 200 4N Benjamin 1 200 NL Avenir 50 PAP Benjamin 1 et 2 25 DOS Avenir 50 BRASSE Benjamin 1 et 2	400 4N Benjamin 2 100 4N Avenir 400 NL Benjamin 1 25 PAP Avenir 50 DOS Benjamin 1 & 2 25 BRASSE Avenir

Engagements sur Extranat: du Mercredi 8 mars 2023 au Mercredi 15 mars 2023
Règlement par Virement au Comité Départemental
Les engagements non réglés le jour de la compétition seront multipliés par 2

Droits d'engagements Individuel : 2,80€/épreuve

Amendes: 10.00€

Catégories

Avenir : Filles nées en 2012 et après Garçons nés en 2011 et après
Benjamins : Filles nées en 2011 et 2010 Garçons nés en 2010 et 2009

Mode de Participation

Ouvert aux Avenir et Benjamins licenciés compétition

Récompenses

Classement Avenir à l'addition du 200NL, 100 4N et du meilleur 25m
Classement Benjamin 1 à l'addition du 400NL, 200 4N et du meilleur 50m
Classement Benjamin 2 à l'addition du 800NL, 400 4N et du meilleur 50m



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.

MAILLOTS DE BAIN

A partir du 1er janvier 2023, et pour toute la saison sportive, les vêtements techniques de natation homologués FINA (ex : combinaison) ne seront autorisés en compétition qu'à partir de la catégorie junior



Circuit Avenirs 2 Interclubs Benjamins + Juniors-Séniors

DATE	Samedi 1 et Dimanche 2 avril 2023		
LIEU	LA SUZE		
Ouverture du Bassin	13h30	9h30	13h30
Début des épreuves	14h30	10h30	14h30
	100 4N 50 Pap/Dos 2 x 50 NL Mixte 50 Dos/Br 50 Br/NL 2 x 50 4N Mixte	4 x 200 NL 100 PAP Course des remplaçants 200 nl 50 NL 100 BRASSE 50 DOS 2 x 50 4N Mixte	4 x 100 4N 50 PAP Course des remplaçants 100 4N 100 NL 50 BRASSE 100 DOS 2 x 50 NL Mixte

Engagements sur Extranat: du Mercredi 22 mars 2023 au Mercredi 29 mars 2023
Règlement par Virement au Comité Départemental
Les engagements non réglés le jour de la compétition seront multipliés par 2

Droits d'engagements Interclubs Benjamins : 10€/équipe
Droits d'engagements Circuit : 2,80€/épreuve

Amendes: 10.00€
Amendes: 10.00€

Catégories

Avenirs : Filles nées en 2012 et après - Garçons nés en 2011 et après
Benjamins : Filles nées en 2011 et 2010 - Garçons nés en 2010 et 2009
Juniors Séniors

Mode de Participation Benjamins

Les Interclubs Benjamins sont ouvert aux Benjamins
Une équipe est composé de 4 nageurs. Chaque jeune doit nager deux 100m, et les 2 relais.
Les benjamins ne sont pas autoriser à faire les 50

Mode de Participation Avenirs

Le Circuit Avenirs est ouvert à tous les nageurs de la catégorie Avenirs

Récompenses

Benjamins: 1 coupe aux 3 premières équipes
Avenirs: 1 médaille à tous les participants. Pas de podium
Juniors- Séniors: Podium par cathégorie et relais Juniors - Séniors

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 dela de 10**



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

MAILLOTS DE BAIN

A partir du 1er janvier 2023, et pour toute la saison sportive, les vêtements techniques de natation homologués FINA (ex : combinaison) ne seront autorisés en compétition qu'à partir de la catégorie junior



Circuit Avenirs 3

DATE	Samedi 13 mai 2023	
LIEU	le Mans Atlantides	
Ouverture Bassin		10h15
Début Epreuves		11h15
		100 4N 2x 50 Brasse Pause 100 NL Australienne en largeur

Engagements sur Extranat: du Mercredi 17 mai 2023 au Mercredi 24 mai 2023
Règlement par Virement au Comité Départemental
Les engagements non réglés le jour de la compétition seront multipliés par 2

Droits d'engagements Challenge : 2,80€/épreuve

Amendes: 10.00€

Catégories

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

Mode de Participation Avenirs

Le Circuit Avenirs est ouvert à tous les nageurs de la catégorie Avenirs

Récompenses

Circuit Avenirs : 1 médaille à tous les participants



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.

MAILLOTS DE BAIN

A partir du 1er janvier 2023, et pour toute la saison sportive, les vêtements techniques de natation homologués FINA (ex : combinaison) ne seront autorisés en compétition qu'à partir de la catégorie junior

CIRCUIT DÉPARTEMENTAL 1

DATE	SAMEDI 10 JUIN		DIMANCHE 11 JUIN	
LIEU	le lude (Bassin extérieur)			
Ouverture Bassin	8h30	14h00	8h30	14h00
Début Epreuves	9h30	15h00	9h30	15h
	400 NL 50 DOS 200 4N 50 PAP 100 NL	800 NL 50 BRASSE 100 4N 50 NL	200 NL 100 DOS 200 BRASSE 400 4N 200 PAP	1500 NL 200 DOS 100 BRASSE 100 PAP

Engagements sur Extranat: du Dimanche 28 Mai au Dimanche 4 Juin 2023

Règlement par Virement au CDNS

Denis VAUPRE : 287 Rue de Guetteloup, 72100 Le Mans

Droits d'engagements: 2,80€ / épreuve

Amendes: 10.00€

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

Catégories

Benjamins:

Filles nées en 2010 / 2011

Garçons nés en 2009 / 2010

Juniors / Séniors:

Filles nées en 2009 et avant

Garçons nés en 2008 et avant

Mode de Participation

4 épreuves maxi par jour.

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

Les 400, 800 et 1500 NL seront doublées

Compétition réservée aux nageurs réalisant les temps de la grille départementale.

Compétition qualificative pour les Championnats Régionaux

Les nageurs sont autorisés à participer à 2 épreuves Maxi par Réunion.

Récompenses

1 Médaille aux 3 premiers de chaque épreuve par catégorie

Les clubs sont tenus de fournir :

1 Officiel pour 4 à 7 Nageurs engagés

2 Officiels pour 8 à 15 Nageurs engagés

... 1 Officiel supplémentaire au-delà de 20 Nageurs engagés par tranche de 10



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



Circuit Avenirs 4

DATE	Dimanche 25 juin	
LIEU	Château du Loir (Bassin extérieur)	
Ouverture Bassin	9h00	14h00
Début Epreuves	10h00	15h00
	200 NL Messieurs AV1 400 NL Dames AV2-3 200 4 nages Messieurs AV2-3 100 4 nages Dames AV1 Pause 50 NL Série	50 NL 1/2 Finale 200 NL Dames AV1 400 NL Messieurs AV2-3 200 4 nages Dames AV2-3 100 4 Nages Messieurs AV 1 Pause 50 NL Finale

Engagements sur Extranat: [du Mercredi 14 juin 2023 au Mercredi 21 juin 2023](#)

Règlement par Virement au Comité Départemental

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

Droits d'engagements : 2,80€/épreuve

Amendes: 10.00€

Catégories

Avenirs 3 / Avenirs 2 / Avenirs 1

Mode de Participation Avenirs

Ouvert aux aveniris licenciés compétition

Récompenses

Classement à l'addition des 3 épreuves, AV3/AV 2 (400 nl, 200 4n, 50 nl) et AV 1 (200 nl, 100 4 n, 50 nl)
Séries cadeaux

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.

MAILLOTS DE BAIN

A partir du 1er janvier 2023, et pour toute la saison sportive, les vêtements techniques de natation homologués FINA (ex : combinaison) ne seront autorisés en compétition qu'à partir de la catégorie junior

CIRCUIT DÉPARTEMENTAL 2

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

Engagements sur Extranat: du Dimanche 01 Octobre au Dimanche 8 Octobre 2023

Règlement par Virement au CDNS

Denis VAUPRE : 287 Rue de Guetteloup, 72100 Le Mans

Droits d'engagements: 2,80€ / épreuve

Amendes: 10.00€

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

Catégories

Benjamins:	Filles nées en 2010 / 2011	Garçons nés en 2009 / 2010
Juniors / Séniors:	Filles nées en 2009 et avant	Garçons nés en 2008 et avant

Mode de Participation

4 épreuves maxi par jour.

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

Les 400, 800 et 1500 NL seront doublées

Compétition réservée aux nageurs réalisant les temps de la grille départementale.

Compétition qualificative pour les Championnats Régionaux

Les nageurs sont autorisés à participer à 2 épreuves Maxi par Réunion.

Récompenses

1 Médaille aux 3 premiers de chaque épreuve par catégorie

Les clubs sont tenus de fournir :

1 Officiel pour 4 à 7 Nageurs engagés

2 Officiels pour 8 à 15 Nageurs engagés

... 1 Officiel supplémentaire au-delà de 20 Nageurs engagés par tranche de 10



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



Les damiers Avenirs

DATE	Samedi 21 octobre	
LIEU	Coulaines	
Ouverture Bassin	9h00	14h00
Début Epreuves	10h00	15h00
	2x 50 NL Mixte 100 PAP 50 PAP 25 PAP 200 NL 25 BRASSE 50 BRASSE 100 BRASSE	2x 50 BR Mixte 100 DOS 50 DOS 25 DOS 200 4N 25 NL 50 NL 2x 50 4N Mixte

Engagements sur Extranat: du Mercredi 18 octobre 2023 au Mercredi 25 octobre 2023
Règlement par Virement au Comité Départemental
Les engagements non réglés le jour de la compétition seront multipliés par 2

Droits d'engagements : 2,80€/épreuve

Amendes: 10.00€

Catégories

Avenirs : Filles nées en 2012 et après

Garçons nés en 2011 et après

Mode de Participation Avenirs

Ouvert aux avenir licenciés compétition

5 épreuves individuelles maximum sur la journée plus les Relais

Récompenses

Récompenses pour les 3 premiers / épreuves
Séries cadeaux



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.



CHAMPIONNAT INTERCLUBS DÉPARTEMENTAUX

DATE	DIMANCHE 12 NOVEMBRE 2023	
LIEU	LA FLECHE	
Ouverture du bassin	8h00	14h00
Début des épreuves	9h00	15h00
	10 x 50 NL D et M Epreuves des Remplaçants sur 50 NL PAUSE 10' 100 DOS D 200 DOS M 100 BRASSE D 200 BRASSE M 100 NL D 400 NL M 100 PAP D 200 PAP M 100 4N D 200 4N M PAUSE 15' 4 x 200 NL Dames	4 x 200 NL M Pause 10' 200 DOS D 100 DOS M 200 BRASSE D 100 BRASSE M 400 NL D 100 NL M 200 PAP D 100 PAP M 200 4N D 100 4N M Epreuves des Remplaçants sur 100 au choix PAUSE 15' 4 x 100 4N D et M

Engagements sur Extranat: du Dimanche 29 Octobre au Dimanche 5 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

CIRCUIT DEPARTEMENTAL 3

DATE	SAMEDI 18 Novembre		DIMANCHE 19 Novembre	
LIEU	LE MANS			
Ouverture Bassin	8h30	14h00	8h30	14h00
Début Epreuves	9h30	15h00	9h30	15h
	400 NL 50 DOS 200 4N 50 PAP 100 NL	800 NL 50 BRASSE 100 4N 50 NL	200 NL 100 DOS 200 BRASSE 400 4N 200 PAP	1500 NL 200 DOS 100 BRASSE 100 PAP

Engagements sur Extranat: du Dimanche 05 NOVEMBRE au Dimanche 12 NOVEMBRE 2023
Règlement par Virement au CDNS
Denis VAUPRE: 287 Rue de Guetteloup, 72100 Le Mans

Droits d'engagements: 2,80€ / épreuve Amendes: 10.00€
Les engagements non réglés au plus tard le jour de la compétition seront multipliés par 2

Catégories

Benjamins:	Filles nées en 2010 / 2011	Garçons nés en 2009 / 2010
Juniors / Séniors:	Filles nées en 2009 et avant	Garçons nés en 2008 et avant

Mode de Participation

4 épreuves maxi par jour.
Les 800 et 1500 NL sont réservés aux nageurs B/J/S réalisant les temps de la grille simplifiée
Les 400, 800 et 1500 NL seront doublées

Compétition réservée aux nageurs réalisant les temps de la grille départementale.
Compétition qualificative pour les Championnats Régionaux
Les nageurs sont autorisés à participer à 2 épreuves Maxi par Réunion.

Récompenses

1 Médaille aux 3 premiers de chaque épreuve par catégorie

Les clubs sont tenus de fournir :

- 1 Officiel pour 4 à 7 Nageurs engagés
- 2 Officiels pour 8 à 15 Nageurs engagés
- 1 Officiel supplémentaire au-delà de 20 Nageurs engagés par tranche de 10



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



Interclubs départementaux Avenirs

DATE	Dimanche 10 décembre 2022	
LIEU	La Ferté Bernard	
Ouverture Bassin	9h30	14h00
Début Epreuves	10h30	15h00
	4 x 50 NL Avenirs Course des remplaçants 50m NL 100 4N Avenirs 50 NL Avenirs	50 DOS Avenirs 50 PAP Avenirs 50 BRASSE Avenirs Course des remplaçants 50m de spécialité 4x50 4N Avenirs

Engagements sur Extranat: du Mercredi 29 novembre au Mercredi 6 décembre 2023
Règlement par Virement au Comité Départemental
Les engagements non réglés le jour de la compétition seront multipliés par 2

Droits d'engagements Equipe : 10€/équipe

Amendes: 10.00€

Catégories

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

Mode de Participation

L'Interclubs avenir est ouvert aux nageurs de la catégorie Avenirs licenciés compétitions
Chaque avenir doit participer au 100 4N, à un 50m et aux 2 relais

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.