



EAU LIBRE

PROGRAMME SPORTIF 2025

VERSION DU
16/04/2025

SOMMAIRE

CALENDRIER LNA 2025

REGLEMENTATION GÉNÉRALE

RAPPEL REGLEMENT NATIONAL

COUPE RÉGIONALE EAU LIBRE 2025

CHAMPIONNAT RÉGIONAL D'EAU LIBRE 2025

CRITÈRES DE SÉLECTION :

COUPE DE FRANCE DES RÉGIONS



CALENDRIER LNA 2025



COUPE RÉGIONALE LNA



COUPE DE FRANCE

| | | | | |
|------------------|--|----------------------|--|--|
| 10/05/2025 | OSEZ HOURTIN ! | LAC D'HOURTIN (33) | | |
| 01/06/2025 | 13E TROPHÉE DE LA VIENNE | L'ISLE JOURDAIN (86) | | |
| 01/06/2025 | ARTHA KATXI TOUR | ST JEAN DE LUZ (64) | | |
| 15/06/2025 | COUPE DE VENTADOUR | MARCILLAC (19) | | |
| 21/06/2025 | TRAVERSÉE DE BIARRITZ | BIARRITZ (64) | | |
| 28/06/2025 | OSEZ LIBOURNE ! | LIBOURNE (33) | | |
| 19/07/2025 | LES BOUCLES DE BERGERAC | BERGERAC (24) | | |
| 17/08/2025 | TRAVERSÉE DE BAYONNE | BAYONNE (64) | | |
| 30 ET 31/08/2025 | COUPE DU CAUSSE | LISSAC (19) | | |
| 14/09/2025 | BOUCLES DE LA JEMAYE DORDOGNE PÉRIGORD | LA JEMAYE (24) | | |
| 20 ET 21/09/2025 | COUPE DE FRANCE DES REGIONS | MONTEREAU (77) | | |
| 20 ET 21/09/2025 | FINALE DE LA CDF | MONTEREAU (77) | | |
| 21/09/2025 | OSEZ BORDEAUX ! | BORDEAUX (33) | | |
| 27/09/2025 | OSEZ HOSTENS ! | HOSTENS (33) | | |
| 28/09/2025 | CHAMPIONNAT LNA | HOSTENS (33) | | |
| 05/10/2025 | OSEZ ARCACHON ! | ARCACHON (33) | | |





RÈGLEMENTATION GÉNÉRALE

TEMPÉRATURE

Règlement AQUA sur les combinaisons des nageurs eau libre - applicable aux compétitions nationales support de sélections internationales

- La température de l'eau pour une compétition FINA en eau libre doit être au minimum de 16°C et au maximum de 31°C.
- Pour les compétitions de natation en eau libre dans une eau dont la température est inférieure à 18°C, l'utilisation de combinaisons est obligatoire. Les combinaisons ne sont pas autorisées dans les compétitions de natation en eau libre dans une eau dont la température est égale ou supérieure à 18°C, sauf si les conditions sont dangereuses pour les concurrents. Le juge arbitre en chef peut, sur recommandation de l'officiel sécurité et de l'officiel médical, déclarer les combinaisons obligatoires pour des températures allant jusqu'à 20°C.
- Les combinaisons doivent couvrir entièrement le torse, le dos et les cuisses. Les parties du corps situées après l'épaule et/ou en dessous de la cuisse ne doivent pas nécessairement être couvertes.

Règlement FFN sur les combinaisons des nageurs eau libre - applicable aux épreuves de Coupe de France, régionales et locales Exception au règlement AQUA

- La température de l'eau la plus basse possible pour une compétition FFN en Eau libre est de 14°C • Entre 14°C et 17,9°C, les combinaisons néoprène* et les bonnets sont obligatoires.
- Entre 18°C et 19,9°C, les combinaisons néoprène* sont optionnelles.
- Au-dessus de 20°C les combinaisons néoprène sont interdites.



RÈGLEMENTATION GÉNÉRALE

CATÉGORIES

Benjamins

filles et garçons de 12 et 13 ans (nés en 2013 et 2012)

Juniors 1

filles et garçons de 14 et 15 ans (nés en 2011 et 2010)

Juniors 2

filles et garçons de 16 et 17 ans (nés en 2009 et 2008)

Juniors 3

filles et garçons de 18 et 19 ans (nés en 2007 et 2006)

Seniors

20 ans et plus (nés en 2005 et avant)



 **EAU LIBRE**

RAPPEL REGLEMENT NATIONAL

QUALIFICATION CHAMPIONNATS

Critères en bassin

- Grille de qualification Championnats de France Eau Libre (bassin de 50m uniquement :

| 800 NAGE LIBRE EN BASSIN DE 50M | | | 1500 NAGE LIBRE EN BASSIN DE 50M | | |
|---------------------------------|-----------|----------------|----------------------------------|-----------|----------------|
| 14-15 ANS | 16-17 ANS | 18 ANS ET PLUS | 14-15 ANS | 16-17 ANS | 18 ANS ET PLUS |
| 10:00.00 | 9:45.00 | 9:30.00 | 18:30.00 | 17:30.00 | 17:00.00 |

Critères Eau libre

- Avoir terminé(e) en 2024 parmi : le « top 50 » des Championnats de France eau libre sur une épreuve individuelle

ou

- dans le « top 30 » du classement général final de la Coupe de France ou du Trophée de la Coupe de France.

Un nageur engagé par un club sans avoir répondu à l'un des critères de la grille de qualification en bassin, ou à l'un des critères eau libre, ou sans autorisation spécifique de participation du DTN, sera interdit de départ ou disqualifié pendant ou après la course. Le DTN se réserve le droit de répondre favorablement à des demandes de participation de la part de fédérations étrangères. Elles doivent être adressées à l'adresse suivante : eau.libre@ffnatation.fr



 **EAU LIBRE**

RAPPEL REGLEMENT NATIONAL

COUPE DE FRANCE

La Coupe de France 2025 se disputera en deux phases :

- une phase qualificative qui s'achèvera le DATE
- une phase finale : DATE. La finale comportera au minimum 2 étapes sur le même week-end avec un 10 km sur une des journées et un 5 km sur l'autre.

Les 11 ans et moins ne sont autorisés à participer qu'aux épreuves de **2 km et moins**.

Les benjamins ne sont autorisés à participer qu'aux épreuves de **5 km et moins**.

Le règlement particulier de chaque organisateur peut être plus restrictif.

Pendant la phase qualificative chaque nageur (se) cumulera les points obtenus sur les étapes auxquelles il (elle) a participé, un maximum de **18 cotations sera pris en compte**.

A la fin de la phase qualificative, les nageurs(ses) classé(e)s de la **1ère place à la 50ème** (tous les ex-æquo à la 50ème place compris) seront qualifiés pour la finale.

Compléteront cette sélection pour la finale, **les trois meilleurs nageurs de chaque Coupe Régionale** licenciés dans la région concernée, à condition que la Coupe Régionale comporte au **minimum trois étapes** et que les nageurs(ses) aient nagé au moins trois épreuves d'**une distance égale ou supérieure à 5km** au cours de la saison. Si ces nageurs(ses) sont déjà sélectionnés pour la finale, il n'y aura pas de sélection complémentaire régionale de nageurs (ses).

La liste de la sélection sera publiée au début de la semaine (mardi) précédant la finale. Les nageurs (ses) auront jusqu'au jeudi minuit pour s'engager. En cas d'absence d'engagement d'un ou de plusieurs nageurs (ses), la sélection ne sera pas complétée.



REGLEMENT RÉGIONAL

COUPE RÉGIONALE

Pour être classé, chaque nageur devra avoir participé à au moins 4 épreuves identifiées dans le calendrier, selon les modalités suivantes :

- Les benjamins ne sont classés que sur leur participation aux épreuves de 1 à 3 km (licenciés compétition)
- Les Juniors/séniors sont classés que sur leur participation aux épreuves de 3 km et plus (licenciés compétition);

Engagements :

Ils devront être faits sur la plateforme FFN - Eau Libre : <https://www.ffneaulibre.fr/>

Les non-licenciés devront s'acquitter d'une licence FFN - Eau Libre Promotionnelle au moment de leur première inscription.

Maillots et combinaisons :

Application du règlement FFN en fonction de la température de l'eau.

- Epreuves de coupe régionale :

Si, en fonction de la température de l'eau, le port de la combinaison néoprène est autorisé, tous les modèles de combinaisons néoprène sont autorisés (la combinaison doit à minima recouvrir l'intégralité des membres inférieurs et le torse du nageur, mais ne doit pas dépasser les poignets, ni couvrir le cou).

Les organisateurs pourront imposer le port d'un système de sécurité à gonflage automatique à la ceinture (type Restube). Le déclenchement de celui-ci (gonflage de la bouée) entrainera une mise hors course et l'évacuation immédiate par les embarcations de sécurité.



REGLEMENT RÉGIONAL

COUPE RÉGIONALE

- Epreuves grand public :

Les non-licenciés devront s'acquitter d'une licence FFN - Eau Libre Promotionnelle au moment de leur première inscription.

Les distances inférieures ou égales à 2000m sont à privilégier pour le grand public.

Le port de la combinaison tissu triathlon (tri-fonction) n'est autorisé que si la température de l'eau est supérieure à 18°C. L'usage de la combinaison "néoprène triathlon" est autorisée, et cela, jusqu'à une température de l'eau maximale de 24,5°C. L'organisateur peut rendre obligatoire le port d'une combinaison néoprène et cela jusqu'à une température de l'eau maximale de 24,5°C.

Classement Final et récompenses :

A l'issue de la dernière étape, le classement récompensera les 3 premières filles et 3 premiers garçons dans les catégories suivantes :

- Benjamins
- Juniors 1
- Juniors 2
- Juniors 3
- Seniors

Les 3 premières filles et les 3 premiers garçons de la coupe régionale seront qualifiés pour la finale de la coupe de France, dans la mesure où la règle exposée en page 7 est respectée.

Les récompenses seront données lors du championnat régional.

Attribution des points pour le classement de la Coupe régionale :

Les points rapportés lors de chaque étapes sont pris en compte pour le classement. Les 4 meilleures cotations seront retenues.



REGLEMENT RÉGIONAL

CHAMPIONNAT LNA

Règlement :

Il se déroule sur une seule journée. Même s'il peut attribuer des titres par catégories, c'est le classement toutes catégories qui servira à l'attribution de points pour le classement national des nageurs et des clubs.

Les résultats devront être adressés à la Fédération dans la semaine suivant l'épreuve pour pouvoir prétendre à l'attribution des bonifications (eau.libre@ffnatation.fr).

Catégories et épreuves :

- Benjamins : 2000m
- Juniors et plus : 5km ; Course Open sur 2500m
- Toutes catégories : Relais Mixte 4x500m

Critères d'accès :

- Critère eau libre :
 - Avoir participé à au moins 2 étapes de la coupe régionale sur la distance correspondant à sa catégorie.
- Critère bassin :
 - Avoir réalisé un temps de la grille en annexe durant l'année 2025, jusqu'aux championnats régionaux de sa catégorie inclus.
 - ou être dans les 2 premières au 800nl filles ou du 1500nl garçons lors des championnats régionaux d'été et participer à 1 étape de la coupe régionale sur la distance des championnats.
 - ou être dans les 2 premières au 800nl filles ou garçons lors des championnats régionaux benjamins d'été et participer à 1 étape de la coupe régionale sur la distance des championnats.

Engagements :

Ils se feront uniquement par les clubs sur <https://www.ffneaulibre.fr>



REGLEMENT RÉGIONAL

**28
SEPT
2025**
HOSTENS (33)

CHAMPIONNAT LNA

Modalités :

- **Température de l'eau :**
la réglementation FFN en vigueur sera appliquée (voir page 4 du Règlement)
- **Temps de course maximal :**
Pour le 2000m, le temps maximal de course est fixé à 1h00
Pour les 2.5 et 5 km le temps maximal de course est fixé à 2h00
Ces délais s'appliqueront afin de prendre en considération les diverses catégories présentes dans la même course. Passé ce délai, les nageurs devront monter à bord des bateaux pour être accompagnés à terre.
- **Règlement du relais :**
Une équipe est composée de 2 filles et 2 garçons du même club. Il n'est pas obligatoire d'être qualifié aux championnats pour participer au relais. Chaque nageur réalise une distance de 500 m. Les nageurs sont nominativement désignés lors de l'engagement. Le classement de l'équipe se fera au temps et sera déterminé à l'issue du parcours du dernier relayeur.
Le nombre d'équipes par club n'est pas limité. Les nageurs d'une même équipe devront porter le même bonnet de club.
Le départ sera plongé ou dans l'eau. Les passages de relais se feront dans l'eau. Les quatre nageurs devront parcourir l'intégralité de la course.
- **Maillots et combinaisons :**
Combinaisons approuvées par World Aquatics
- **Cérémonies protocolaires :**
Elles se dérouleront dès la validation des résultats. Pour chaque épreuve sera établi un classement dames et messieurs en fonction des catégories autorisées à participer dans ladite épreuve ; les trois premiers des classements recevront une médaille.



REGLEMENT RÉGIONAL

CHAMPIONNAT LNA

Grille :

| 800 NAGE LIBRE DAMES | | | | 1500 NAGE LIBRE MESSIEURS | | | |
|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 12-13 ANS | 14-15 ANS | 16-17 ANS | 18 ANS ET PLUS | 12-13 ANS (800 NL) | 14-15 ANS | 16-17 ANS | 18 ANS ET PLUS |
| 12:30,00 (50M) 12:17,10 (25M) | 12:00,00 (50M) 11:47,10 (25M) | 11:25,00 (50M) 11:12,10 (25M) | 11:00,00 (50M) 10:47,10 (25M) | 12:20,00 (50M) 12:07,10 (25M) | 20:20,00 (50M) 19:49,90 (25M) | 20:05,00 (50M) 19:34,90 (25M) | 19:45,00 (50M) 19:14,90 (25M) |

Programme :

Matin :

8h00 : Retrait des dossards et marquage 2.5 et 5km
 9h15 : Réunion technique nageurs
 9h30 : Départ 2.5 et 5km hommes
 9h40 : Départ 2.5 et 5km dames
 11h00 : Retrait des dossards et marquage 2000m
 11h45 : Podiums 2.5 et 5km
 12h30 : Réunion technique nageurs 2000m
 12h45 : Départ 2000m
 14h15 : Podiums 2000m

Après-midi :

13h30 : Retrait des dossards et marquage relais
 14h15 : Réunion technique nageurs
 14h30 : Départ relais
 15h30 : Podiums relais et coupe régionale

Récompenses :

Médaille aux 3 premières et 3 premiers par catégorie (voir page 5)



EAU LIBRE COUPE DE FRANCE DES RÉGIONS

20 & 21
SEPT
2025

MONTEREAU FAULT YONNE
(77)

CRITÈRES DE SÉLECTION

1. Responsables d'équipe : BECKMANN Grégory et LARTIGAUD Mathias

2. Epreuves au programme :

- 5 km

3. Modalités de sélection

- Critère bassin : Au ranking régional, sur la période du 1er janvier au 31 juillet 2025, seront proposées à la sélection :
 - Les 5 premières filles 14/15 ans sur 800 Nage Libre en bassin de 50m.
 - Les 5 premières filles 16/17 ans sur 800 Nage Libre en bassin de 50m.
 - Les 5 premiers garçons 14/15 ans sur 1500 Nage Libre en bassin de 50m.
 - Les 5 premiers garçons 16/17 ans sur 1500 Nage Libre en bassin de 50m.
- Critère Eau libre :
 - Seront sélectionnables les nageuses et nageurs ayant réalisé au moins 3 étapes de la coupe de Nouvelle Aquitaine, dont l'étape de la coupe de France à L'isle Joudain (86), avant le 31 juillet 2025.
 - A l'issue de cette période, seront sélectionnés, à partir des résultats sur 5km, le **meilleur fille 14/15** et la **meilleur fille 16/17**, le **meilleur garçon 14/15** et le **meilleur garçon 16/17**. Les 2e seront considérés comme réservistes.
 - Les nageuses et nageurs sélectionnés, ainsi que les réservistes, seront convoqué à un stage de préparation **du 27 au 29 Août 2025**, suivi de la participation obligatoire au étapes de la coupe de France organisées en LNA : La coupe du Causse (19) et Les boucles de la Jemaille (24), où sera remis l'équipement pour la coupe de France des régions.

4. Dispositions générales :

- Toutes les qualifications sont établies sous réserve qu'une préparation minimale soit planifiée.
- Les exemptions au processus de qualification ne pourront être accordées que par l'Equipe Technique Régionale Eau libre.