



FEDERATION FRANCAISE DE NATATION

COMITE DAUPHINE - SAVOIE

Maison Départementale des Sports
7, rue de l'industrie - 38327 EYBENS CEDEX



Programme Sportif Régional Saison 2011-2012



SOMMAIRE

➡	Sommaire	P. 1
➡	Edito	P. 2
➡	Programme Sportif	P. 3
➡	Les compétitions en Natation Course	P. 4
➡	Schéma des qualifications pour les périodes des Championnats.	P. 5
➡	Règlement pour les épreuves régionales	P. 6-7
➡	Echéancier du Calendrier	P. 8
➡	Catégories d'âge	P. 9
➡	Championnats Régionaux Interclubs	P. 10-11-12
➡	Championnats Régionaux en 25m « Hiver »	P. 13
➡	Meeting Régional du NC Alp'38	P. 14-15
➡	Meeting Régional d'Aix-Les-Bains	P. 16-17
➡	Trophée Dauphiné-Savoie Natathlon	P. 18
➡	Championnats Régionaux en 50m « Eté » (Meeting de Classement)	P. 19-20-21
➡	Meeting National de Chambéry	P. 22
➡	Grille de Temps pour les Championnats Régionaux	P. 23
➡	Grille de Temps pour les Meetings Labellisés Régionaux	P. 24
➡	Annexe : Plan D'action 2011-2012 (Marc BEGOTTI)	P. 25-26

EDITO

Voilà maintenant 3 saisons que la commission sportive, sous l'impulsion des cadres techniques Marc BEGOTTI et Philippe CARRIER, a mis en place une politique sportive axée sur la formation et le maintien des compétences des entraîneurs avec l'objectif de revaloriser les performances de nos nageurs.

Ces différentes actions se sont déroulées sous forme de stages de rencontres d'un ou quelques jours, en vue de la préparation des compétiteurs au haut niveau de leur pratique.

Ce pari est gagné puisque le comité renoue avec une présence de nageur au niveau international à l'image de Mathilde CINI et de Marie WATTEL et qu'un nombre de nageurs se sont illustrés lors des rencontres nationales.

Si la route est de nouveau tracée il n'en demeure pas moins qu'il faille encore beaucoup travailler pour améliorer le potentiel régional.

Cette saison la commission sportive, avec le soutien du comité directeur, met en place un programme pour le développement des plus jeunes à savoir les benjamins et les poussins 2.

Reste le délicat problème des récompenses qui remisent lors des compétitions régionales sont toujours source de conflit.

Aussi à titre d'essai il sera proposé la mise en place d'un challenge sur l'ensemble de la saison :

Récompense de la meilleure performance

Bonus aux nageurs qualifiés au France

Bonus aux nageurs qui battent un record régional

Les modalités exactes seront étudiées lors d'une prochaine commission sportive de rentrée.

Dans la logique des plans de formation de la Natation Régionale Course, la Commission Sportive Régionale, aidée par les statistiques de la Fédération, (excellent travail de Mr GUIVARC'H) mais aussi par les réunions de concertation avec les entraîneurs, cadres techniques et membres de la Commission a élaboré une moyenne pour l'année 2011/2012.

➡ **Catégorie Poussins :**

Il est demandé aux Commissions Sportives départementales, lors de l'élaboration de leur programme, de porter une attention particulière aux épreuves pour les poussins, la 2^{ème} année étant préparatoire à la catégorie Benjamins. Epreuves des 400m NL, 200m 4 NAGES et 50m NL obligatoires avant le 01 avril 2012, en vue d'une qualification lors de la Finale du Natathlon Régional.

L'intérêt pour cette catégorie repose sur les études et statistiques de la Fédération qui nous demande de nager ces épreuves en particulier.

Une finale régionale sera organisée pour les meilleurs lors de la Finale Natathlon régional du 17 Juin 2012 à Fontaine.

➡ **Catégorie Benjamins :**

- Les dates des étapes du Natathlon sont :
 - ✓ 1^{ère} étape le 21 ou 22 Janvier 2012
 - ✓ 2^{ème} étape le 3 ou 4 Mars 2012
 - ✓ 3^{ème} étape le 24 ou 25 Mars 2012

La Commission Sportive Régionale a décidé d'inviter lors de la 3^{ème} étape du Natathlon de l'Isère les meilleurs benjamins du Comité Régional, afin qu'ils puissent se confronter pour pouvoir réaliser leur qualification pour le Trophée Lucien Zins. Le nombre de qualifiés sera indiqué lors d'une prochaine réunion de la commission sportive.

- Trophée Lucien Zins : le samedi 16 et dimanche 17 juin 2012 (sur qualification nationale)
- Finale du Natathlon Régional : le dimanche 17 juin 2012 à Fontaine. Qualification des 30 meilleurs benjamins filles et garçons (en enlevant les qualifiés au Trophée Lucien Zins)
- Finale du Natathlon Départemental : Qualification des meilleurs benjamins filles et garçons (en enlevant les qualifiés au Trophée Lucien Zins et au Natathlon Régional).
- Championnats Régionaux d'Hiver : Programme Spécifique.

Stage de formation des benjamins à la Toussaint avec les entraîneurs.

➡ **Catégories Générales :**

Trois Compétitions : Interclubs, Championnats Régionaux Hiver, Championnats Régionaux Eté.

Formation nageurs et entraîneurs :

Un document en annexe précise les options choisies par la commission sportive et le CTS (Marc BEGOTTI), pour le fonctionnement de ce projet.

La commission sportive:

Président : Denis SCHEIFFER, (remplacé temporairement par J.C DUNAND MARTIN)

Membres : Bernard BODON, Patrick RIGOUX, Lionel FRITZ, Lionel GUILLON, Jean Claude DUNAND MARTIN, Jean Sylvain KARSENTI, Olivier OSTORERO, Jean Christophe GUER, Philippe CAROUGE, Gilbert MASSET.

Les C.T.S. : Philippe CARRIER, Marc BEGOTTI.

Pour les Compétitions Régionales, il est rappelé que les jurys des Juges A sont désignés par le Responsable des juges du Comité Régional et que les Juges B et C par les départements où se situe la réunion. Ceci afin que les compétitions se déroulent correctement et dans une bonne ambiance !

LES COMPETITIONS EN NATATION COURSE

Toutes les compétitions sont classées en quatre catégories:

- 1 - Les compétitions de référence**
- 2 - Les compétitions qualificatives**
- 3 - Les compétitions d'animation**
- 4 – Les autres compétitions**

1- Les compétitions de référence

Les compétitions de référence sont des compétitions organisées en bassin de 50 m, à l'exception des compétitions de référence départementale qui peuvent être organisées en bassin de 25 et de 50 m.

- Organisée en bassin de 25 m, elles donnent la possibilité d'accéder aux seules séries départementales.
- Organisée en bassin de 50 m, elles donnent la possibilité d'accéder à une « série » nationale, interrégionale, régionale ou départementale, selon les grilles des séries correspondantes établies pour toute la durée d'une olympiade.

Les séries permettent d'attribuer des points correspondant en vue du classement national des clubs en natation course, rénové.

Une compétition de référence d'un niveau l'est, de fait, pour les niveaux sous jacents.

2 - Les compétitions qualificatives

Les compétitions qualificatives sont des compétitions permettant aux nageurs de se qualifier à la compétition de référence.

Ce sont les compétitions inscrites aux calendriers officiels de la FFN des comités régionaux, ou des comités départementaux. Elles sont programmées en période de qualification, et officialisées en début de saison sportive.

3 - Les compétitions d'animation

Toutes les compétitions, organisées avec l'accord des comités régionaux ou départementaux selon les cas et qui ne sont pas reconnues comme compétition de référence ou qualificative, sont classées comme compétitions d'animation.

Les performances réalisées dans les compétitions d'animation ne permettent pas d'accéder à une série ou de se qualifier à une épreuve de référence.

Les Championnats de France Interclubs demeurent une compétition d'animation.

4 – Les autres compétitions

Ce sont toutes les compétitions qui ne figurent pas dans les trois autres catégories précitées.

Les Qualifications sont réalisées entre le 01 janvier 2012 et le 01 avril 2012, obligatoirement en bassin de 50m. Il s'agit des meetings labellisés nationaux et régionaux qui permettent l'accès aux championnats Interrégionaux, Nationale II, Jeunes, Cadets, Minimes.

SCHEMA DES QUALIFICATIONS POUR LA PERIODE DES CHAMPIONNATS

Pour l'ensemble des compétitions qualificatives, de référence et d'animation, la règle d'un seul départ sera appliquée, que ce soit en épreuves individuelles et en relais.

Exception faite pour les compétitions des catégories avenirs et poussins, où un faux départ est autorisé quel que soit le type de compétition : animation, qualificative ou de référence. Pour les compétitions par équipe, la règle des deux départs reste valable.

De Janvier à Mars :

- Les **Meetings Régionaux Qualificatifs** servent aux qualifications pour les Championnats Interrégionaux.
- Les **Meetings Nationaux Qualificatifs** servent aux qualifications pour les Championnats Interrégionaux, Championnats de France nationale 2, Championnats de France Jeunes (50m), Championnats de France Minimes, Championnats de France Cadets.
- Les **Championnats de France nationale 2** sont qualificatifs pour les Championnats de France Elite.

En Mai :

- Les **Championnats Interrégionaux** sont qualificatifs pour les Championnats de France Minimes, Championnats de France Cadets

Fin Juin :

- Les **Championnats Régionaux Eté** sont qualificatifs pour les Championnats de France Minimes, Championnats de France Cadets

I - ENGAGEMENTS

1- Meetings Régionaux.

Les nageurs ne peuvent s'engager que sur les épreuves auxquelles ils auront réalisé les temps de la grille d'accès spécifique régionale de leurs catégories, (voir annexe) lors des meetings départementaux, et validés dans Extranat.

Modalités:

Les clubs feront parvenir au Comité la liste de leurs nageurs participant à la compétition. Les engagements se feront par Extranat (soit en ligne, soit au format PCE extranat envoyé par mail).

Vu la brièveté des délais, **veillez au respect des dates limites.**

Pour chaque liste d'engagements, et des forfaits, il sera envoyé une facture correspondant aux droits d'engagements et amendes.

3,5 Euros par épreuve individuelle

5 Euros par relais

2- Interclubs

Les engagements des équipes proposées (**Idem que ci-dessus**).

II - VALIDITE ET TRANSMISSION DES PERFORMANCES

Classement des clubs :

Chaque niveau de série atteint par chaque nageur à l'issue de la saison sportive attribue un nombre de points. Seul le meilleur classement (dans la série la plus élevée) par nageur est comptabilisé.

Les points obtenus par chaque nageur s'ajoute pour donner un total de points au club.

Les compétitions suivantes permettront de prendre en compte les performances des nageurs (ses) :

- Championnats Régionaux « hiver » et « été » : à la date prévue par le comité régional, **aucune autre compétition ne pourra être organisée dans la région.**

- Toutes compétitions reconnues de référence ou qualificative par le Comité Régional et les Comités Départementaux. Une liste sera établie en début de saison, communiquée à l'ensemble des clubs et à la F.F.N.

- Compétitions inscrites au calendrier de la F.F.N., L.E.N. et F.I.N.A.

- Les compétitions organisées par les Fédérations avec lesquelles la F.F.N. a signé une convention

- Toutes les compétitions d'animation organisées au niveau régional et départemental.

III - FORFAITS

▪ Individuels (Par engagement)

Déclarés: - **AVANT L'EDITION DU PROGRAMME** : GRATUIT (2 jours avant la compétition)
 - **APRES L'EDITION DU PROGRAMME** : 8 Euros sauf production d'un certificat médical.
 - **NON DECLARES AVANT LA COURSE** : 10 Euros sauf production d'un certificat médical.

Absence sur le plot de départ en finale: 77 Euros par épreuve.

Il est précisé qu'un forfait dans une épreuve n'entraîne plus un forfait général pour les autres épreuves de la même réunion.

Pour les qualifications en finales, seuls les forfaits doivent obligatoirement être déclarés, au plus tard, dans les 30 minutes qui suivent la dernière épreuve qui donne lieu à une finale dans la réunion. Toute transgression à cette règle à l'exception de raisons médicales ou d'autorisation du Juge Arbitre de la compétition, entraînera la pénalité financière prévue à cet effet.

▪ **2- Equipe**

Amende égale à 77 Euros, si le forfait n'est pas déclaré le mardi précédant la première journée de la compétition.

IV - PRESENTATION DES RESULTATS

1- Compétitions dites qualificatives (Q)

Les Comités Départementaux transmettront la sauvegarde de la compétition par Internet (Email : ffn-cr10@akeonet.com) pour le mardi matin suivant les compétitions **et les résultats écrits de chaque réunion** (indispensable en cas de problème), comprenant la composition du jury, dans les dix jours suivant les compétitions.

Aucune compétition ne sera transmise à la fédération, si la feuille de jury n'est pas validée par le responsable départemental des officiels.

2- Autres compétitions (A)

Les Comités Départementaux transmettront la sauvegarde des compétitions par Internet pour le mardi suivant la compétition.

Aucune compétition ne sera transmise à la fédération, si la feuille de jury n'est pas validée par le responsable départemental des officiels.

PARTICIPATION A DES EPREUVES HORS COMITE

Les clubs feront parvenir au Comité Dauphiné Savoie (avec copie au département) les résultats des nageurs de leur club, présentés comme les engagements, ainsi que les résultats complets de la compétition. (Sans oublier d'indiquer: **le lieu - la date - le type de bassin**).

Il appartient aux clubs de s'assurer que les résultats ont bien été enregistrés sur l'ordinateur du Comité Régional avant la date limite. Pour les compétitions hors du territoire français, une demande de sortie du territoire est obligatoire, ainsi que les résultats papiers qui doivent être remis au comité régional.

V - RECORDS ET MEILLEURES PERFORMANCES

Pour pouvoir mettre à jour les records et les meilleures performances par année d'âge, pour chaque épreuve, en bassin de 50 m. ainsi que les records en bassin de 25 m. **vous devez nous signaler toutes améliorations pour vérification.**

Pour les épreuves hors Comité, les clubs doivent faire établir la fiche de record ou de meilleure performance par le Comité organisateur.

ECHEANCIER DU CALENDRIER REGIONAL

<u>EPREUVES</u>	<u>LIEU</u>	<u>DATE</u>	<u>ENGAGEMENTS</u>
INTERCLUBS TOUTES CATEGORIES	SEYNOD	5 Novembre 2011	*01 Novembre 2011
Chp. REGIONAL 25m HIVER	MONTELIMAR	3&4 Décembre 2011	29 Novembre 2011
MEETING REGIONAL NC ALPES'38	CAMPUS	4&5 Février 2012	31 Janvier 2012
MEETING REGIONAL	AIX LES BAINS	17&18 Mars 2012	13 Mars 2012
FINALE NATATHLON	FONTAINE	17 Juin 2012	12 juin2012
Chp. REGIONAL 50m ETE	CHAMBERY	30/6 & 1/07/2012	26 Juin 2012

MEETING NATIONAL

MEETING NATIONAL	CHAMBERY	10&11Février 2012	Voir Club
------------------	----------	-------------------	-----------

MEETINGS CLUBS

MEETING DE SEYNOD	SEYNOD	5 & 6 Mai 2012	Voir Club
MEETING DE MONTELIMAR	MONTELIMAR	?	Voir Club

* DÉCLARATION DES ÉQUIPES FORFAITS AVANT LE **11 OCTOBRE 2011**

CATEGORIES D'AGES

Saison 2011-2012 (du 16 septembre 2011 au 15 septembre 2012)		
AVENIR	9 ans et moins	2003 et après
POUSSIN	10-11 ans	2002-2001
BENJAMIN	12-13 ans	2000-1999
MINIME	14-15 ans	1998-1997
CADET	16-17 ans	1996-1995
JUNIOR	18-19-20 ans	1994,1993 et 1992
SENIOR	21 ans et plus	1991 et avant

CHAMPIONNATS REGIONAUX INTERCLUBS

5 Novembre 2011

SEYNOD - 25 m - 8 Lignes

ORGANISATION

Equipes DAMES qualifiées

NC ALP'38 (1)
STADE OLYMPIQUE CHAMBERY (1)
DAUPHINS D' ANNECY (1)
NC ALP'38 (2)
US ST. EGREVE (1)
C.NAUTIQUE DU GRESIVAUDAN (1)
GRENOBLE NAT. (1)
SEYNOD NATATION (1)
MONT BLANC NATATION (1)
C.S. BOURGOIN JALLIEU (1)
ANNEMASSE NATATION (1)
C.N. AIX LES BAINS (1)
AS FONTAINE NATATION (1)
DAUPHINS ROMANS PEAGOIS (1)
C.A. PIERRELATTE ASCEAC (1)
STADE OLYMPIQUE CHAMBERY (2)

Equipes Remplaçantes

Rhodia Club Natation (1)
Enfants du Rhône de Valence (1)
Valence Triathlon (1)
Montélimar Nautic Club (1)
Dauphins de Guilhaud Granges (1)
CA Pierrelatte ASCEA (2)
CN Thonon-les-Bains (1)
Seynod Natation (2)

Equipes MESSIEURS qualifiées

NC ALP'38 (1)
STADE OLYMPIQUE CHAMBERY(1)
NC ALP'38 (2)
US ST. EGREVE (1)
NAT. SASSENAGE SEYSSINET (1)
C.S.BOURGOIN JALLIEU (1)
C.NAUTIQUE DU GRESIVAUDAN (1)
ENFANTS DU RHONE VALENCE (1)
AS FONTAINE NATATION (1)
C.A. PIERRELATTE ASCEAC (1)
MONTELMAR NAUTIC CLUB (1)
C.N THONON LES BAINS (1)
C.N. AIX LES BAINS (1)
ANNEMASSE NATATION (1)
RHODIA CLUB NATATION (1)
SEYNOD NATATION (1)

Equipes Remplaçantes

Valence Triathlon (1)
Dauphins Annecy (1)
Dauphins de Guilhaud Granges (1)
Mont Blanc Natation (1)
CN Moirans (1)
Grenoble Natation (1)
CS Chamonix (1)
CN Tricastin (1)

PROGRAMME

1 ERE REUNION - 8H00 pour 9H 30

RELAIS :

10 x 100 Nage Libre Dames
10 x 100 Nage Libre Messieurs

400 Nage Libre Dames
100 Dos Messieurs
200 Dos Dames
1500 Nage Libre Messieurs
50 Nage Libre Dames
100 Brasse Messieurs
200 Brasse Dames
100 Nage Libre Messieurs
200 Nage Libre Dames
100 Papillon Messieurs
200 Papillon Dames
200 4 Nages Messieurs
400 4 Nages Dames

2 EME REUNION - 14H00 pour 15H30

400 Nage Libre Messieurs
100 Dos Dames
200 Dos Messieurs
800 Nage Libre Dames
50 Nage Libre Messieurs
100 Brasse Dames
200 Brasse Messieurs
100 Nage Libre Dames
200 Nage Libre Messieurs
100 Papillon Dames
200 Papillon Messieurs
200 4 Nages Dames
400 4 Nages Messieurs

Pause 15'

RELAIS :

4 x 100 4 Nages Dames
4 x 100 4 Nages Messieurs

ENGAGEMENTS

Les forfaits sont à déclarer avant le 11 octobre 2011, afin de prévenir les équipes remplaçantes.

Les engagements se feront par Extranat (soit en ligne, soit au format PCE extranat envoyé par mail) avant le 1^{er} novembre.

50 € par équipe (facture envoyée au semestre)

DISPOSITIONS PARTICULIERES :

Pour être classé, un club doit obligatoirement disputer la compétition dans sa région.

De plus, chaque équipe sera composée de dix nageurs et toutes les épreuves inscrites au programme doivent être « nagées » (voir annuel règlement p 111). Les équipes qui ne respectent pas ces deux critères ne peuvent pas être classées.

En cas de blessure d'un membre de l'équipe, et jusqu'à un quart d'heure précédent le départ du 10 x 100 NL, il peut être fait appel à un remplaçant. Il ne peut plus y avoir de modification dans les engagements individuels après le relais 10 x 100 NL.

MODE DE PARTICIPATION

Chaque équipe sera composée de dix nageurs (trois nageurs, au maximum, pouvant participer à deux épreuves individuelles seulement). Lorsque les titulaires du relais 10 x 100 NL ont nagé, aucun remplaçant ne peut se substituer dans les autres courses.

Pour les différentes poules, 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.

Tout nageur transféré ou nouvellement licencié de niveau de la série Elite, quel que soit son statut ou sa nationalité, non répertorié sur les grilles des séries, ne peut participer aux interclubs que s'il s'est fait connaître auprès de la commission des séries et du cadre technique référent de la région d'origine de la demande afin d'obtenir son intégration à la date du 31 octobre de la saison en cours dans les grilles de séries de la FFN.

Pour les championnats interclubs départementaux, régionaux et nationaux, chaque équipe masculine ou

féminine de club ne pourra pas avoir dans sa composition plus de deux nageurs transférés ou nouveaux licenciés, quelle que soit leur nationalité, inscrits sur les listes de haut niveau ou ayant réalisé la saison précédente une performance correspondant aux grilles des collectifs internationaux Olympique, Mondial et Européen ou de série nationale seniors (SN), en vigueur dans les règlements sportifs.

N.B.: Les nageurs doivent être en possession de leur licence pour participer aux épreuves régionales.

Classement National des clubs « classement des compétitions par équipes »

Afin d'inciter les clubs à prendre part aux trois interclubs institutionnels (benjamins, minimes et toutes catégories), les points obtenus à partir du classement national de chacun de ces championnats ne pourront être cumulés pour émarger au classement global que dans la mesure où ils auront participé à chacune de ces compétitions selon l'ordre croissant : benjamins, minimes et toutes catégories. En l'absence de la présence d'au moins une équipe aux interclubs benjamins, aucune équipe de niveau supérieur ne sera prise en compte.

Pour chacun des niveaux, on additionne les points obtenus par l'ensemble des équipes d'un club et ce, quels que soient le sexe et le territoire géographique (région, département). Les points obtenus par chacune des équipes doivent répondre aux règles spécifiques de chacun des interclubs.

Une équipe déclassée qui ne marque pas de point pourra tout de même à prétendre à entrer dans le calcul du classement des clubs, elle fait obligatoirement partie d'un niveau de référence énoncé ci-dessus.

Jury : Les officiels A sont désignés par le responsable Régional. Les Juges B et C sont désignés par le département recevant la compétition.

Forfaits: **Equipe** : Amende égale à 77 Euros, si le forfait n'est pas déclaré le mardi précédant la première journée de la compétition.

CLASSEMENT

Le classement s'effectue à l'aide de la table de cotation fédérale informatique.

La cotation des relais n'est plus doublée.

RECOMPENSES

Les équipes « Dames » et « Messieurs » classées premières recevront chacune une coupe.

Les équipes classées 2ème et 3ème recevront une plaquette.

Les coupes porteront l'inscription « CHALLENGE SILVESTRI » et seront offertes par la fondation portant son nom.

CHAMPIONNATS REGIONAUX 25m « HIVER »
03 & 04 Décembre 2011

MONTELIMAR - 25 M - 8 COULOIRS

Qualificatif aux meetings labellisés, Nationaux et Régionaux

Jury : Les officiels A sont désignés par le responsable Régional. Les Juges B et C sont désignés par le département recevant la compétition.

Forfaits: - **AVANT L'ÉDITION DU PROGRAMME** : GRATUIT (2 jours avant la compétition)
 - **APRÈS L'ÉDITION DU PROGRAMME** : 8 € sauf production d'un certificat médical.
 - **NON DECLARES AVANT LA COURSE** : 10 € sauf production d'un certificat médical

CONDITIONS D'ACCES

1. Les nageurs dont le niveau est supérieur à la série régionale accèdent directement. Ils sont autorisés à participer à deux épreuves maxi par réunion.
2. Les nageurs de série départementale devront avoir réalisé les temps de la grille « des Championnats régionaux » (grille en annexe), lors des meetings départementaux. Ils seront autorisés à participer au maximum à deux épreuves par réunion.
3. Pour les nageurs de série internationale ou collectifs nationaux, le nombre d'épreuve n'est pas limité.
4. Pour les épreuves de demi-fond (trois séries au maximum), les nageurs devront justifier d'une performance de la grille « Championnats régionaux », lors de la saison 2010-2011 ou 2011-2012.
5. Programme spécifique des benjamins : 200 NL, 200 DOS, 200 BRASSE, 200 PAPILLON, 200 4 NAGES. Qualification des benjamins sur la réalisation d'au moins un temps de la grille 14 ans dans la saison 2011-2012, dans une des courses du programme « spécifié benjamins », pour pouvoir participer à ces épreuves.

PROGRAMME

SAMEDI MATIN / 8H00 pour 9h15	SAMEDI AP MIDI : 14H30 pour 16H00
200m 4 Nages (Dames, Messieurs)	200m Nage libre (Dames, Messieurs)
800m Nage Libre (Dames, Messieurs)	100m Brasse (Dames, Messieurs)
50m Brasse (Dames, Messieurs)	400m 4 Nages (Dames, Messieurs)
100m Dos (Dames, Messieurs)	50m Dos (Dames, Messieurs)
	200m Papillon (Dames, Messieurs)
DIMANCHE MATIN : 7H30 pour 9H00	DIMANCHE AP MIDI : 14H00 pour 15H00
50m Nage libre (Dames, Messieurs)	50m papillon (Dames, Messieurs)
1500m Nage Libre (Dames, Messieurs)	400m Nage Libre (Dames, Messieurs)
100m papillon (Dames, Messieurs)	200m Dos (Dames, Messieurs)
200m Brasse (Dames, Messieurs)	100m Nage Libre (Dames, Messieurs)

ENGAGEMENTS :

Les engagements se feront par Extranat (soit en ligne, soit au format PCE extranat envoyé par mail)
3,50€ l'engagement (Facture envoyée au semestre)
Aucun changement sur le bord du bassin ne sera autorisé.

RECOMPENSES

Voir dans l'édition le règlement du Challenge

MEETING REGIONAL DU NC ALP'38
4 & 5 Février 2012

CAMPUS - 50 M - 6 COULOIRS

Meeting Qualificatif aux Championnats Interrégionaux

Jury : Les officiels A sont désignés par le responsable Régional. Les Juges B et C sont désignés par le département recevant la compétition.

Forfaits:

- **AVANT L'ÉDITION DU PROGRAMME** : GRATUIT (2 jours avant la compétition)
- **APRÈS L'ÉDITION DU PROGRAMME** : 8 € sauf production d'un certificat médical.
- **NON DECLARES AVANT LA COURSE** : 10 € sauf production d'un certificat médical

CONDITIONS D'ACCES :

Meeting réservé aux nageurs minimes et plus, les benjamins n'ont pas accès à cette compétition.

Les nageuses et nageurs devront avoir réalisé lors des meetings départementaux les temps de la grille d'accès « meeting régional » par catégories. Ils sont autorisés à participer à 2 épreuves maxi par réunion. Pour les épreuves de ½ fond 3 séries maximums.

PROGRAMME :

SAMEDI MATIN : 7H30 pour 9H00	SAMEDI AP MIDI : 14H30 pour 16H00
50m Nage libre Messieurs (Séries)	50m Nage libre Messieurs (Finales ABC)
50m Dos Dames (Séries)	50m Dos Dames (Finales ABC)
50m Brasse Messieurs (séries)	50m Brasse Messieurs (Finales ABC)
50m Papillon Dames (Séries)	50m Papillon Dames (Finales ABC)
1500m Nage libre Dames (séries lentes)	1500m Nage libre Dames (série rapide)
1500m Nage libre Messieurs (séries lentes)	1500m Nage libre Messieurs (série rapide)
400m Nage libre Dames (séries lentes)	400m Nage libre Dames (série rapide)
100m Papillon Messieurs (séries)	100m Papillon Messieurs (Finales ABC)
200m Papillon Dames (Clt au Temps)	200m Dos Dames (Clt au Temps)
100m Dos Messieurs (séries)	100m Dos Messieurs (Finales ABC)
100m Brasse Dames (Séries)	100m Brasse Dames (Finales ABC)
200m Brasse Messieurs (Clt au Temps)	200m Nage libre Messieurs (Clt au Temps)
100m Nage libre Dames (Séries)	100m Nage libre Dames (Finales ABC)
400m 4 Nages Messieurs (séries lentes)	400m 4 Nages Messieurs (série rapide)
200m 4 Nages Dames (Clt au Temps)	

DIMANCHE MATIN : 7H30 pour 9H00	DIMANCHE AP MIDI : 14H00 pour 15H30
50m Nage libre Dames (Séries)	50m Nage libre Dames (Finales ABC)
50m Dos Messieurs (séries)	50m Dos Messieurs (Finales ABC)
50m Brasse Dames (Séries)	50m Brasse Dames (Finales ABC)
50m Papillon Messieurs (séries)	50m Papillon Messieurs (Finales ABC)
800m Nage libre Messieurs (séries lentes)	800m Nage libre Messieurs (série rapide)
800m Nage libre Dames (séries lentes)	800m Nage libre Dames (série rapide)
400m Nage libre Messieurs (séries lentes)	400m Nage libre Messieurs (série rapide)
100m Papillon Dames (Séries)	100m Papillon Dames (Finales ABC)
200m Papillon Messieurs (Clt au Temps)	200m Dos Messieurs (Clt au Temps)
100m Dos Dames (Séries)	100m Dos Dames (Finales ABC)
100m Brasse Messieurs (séries)	100m Brasse Messieurs (Finales ABC)
200m Brasse Dames (Clt au Temps)	200m Nage libre Dames (Clt au Temps)
100m Nage libre Messieurs (séries)	100m Nage libre Messieurs (Finales ABC)
400m 4 Nages Dames (séries lentes)	400m 4 Nages Dames (série rapide)
200m 4 Nages Messieurs (Clt au Temps)	

ENGAGEMENTS :

Les engagements seront par Extranat (soit en ligne, soit au format PCE extranat envoyé par mail)
5,00€ l'engagement (Facture envoyée au semestre)
Aucun changement sur le bord du bassin ne sera autorisé.

RECOMPENSES

Voir Plaquette Club.

MEETING REGIONAL D'AIX-LES-BAINS

17 & 18 Mars 2012

AIX-LES-BAINS - 50 M - 8 COULOIRS

Meeting Qualificatif aux Championnats Interrégionaux

Jury : Les officiels A sont désignés par le responsable Régional. Les Juges B et C sont désignés par le département recevant la compétition.

Forfaits:

- **AVANT L'ÉDITION DU PROGRAMME** : GRATUIT (2 jours avant la compétition)
- **APRÈS L'ÉDITION DU PROGRAMME** : 8 € sauf production d'un certificat médical.
- **NON DECLARES AVANT LA COURSE** : 10 € sauf production d'un certificat médical

CONDITIONS D'ACCES :

Meeting réservé aux nageurs minimes et plus, les benjamins n'ont pas accès à cette compétition.

Les nageuses et nageurs devront avoir réalisé lors des meetings départementaux les temps de la grille d'accès « meeting régional » par catégories. Ils sont autorisés à participer à 2 épreuves maxi par réunion. Pour les épreuves de ½ fond 3 séries maximums.

PROGRAMME :

SAMEDI MATIN : 7H30 pour 9H00	SAMEDI AP MIDI : 14H00 pour 15H30
50m Nage libre Dames (Séries)	50m Nage libre Dames (Finales ABC)
50m Dos Messieurs (séries)	50m Dos Messieurs (Finales ABC)
50m Brasse Dames (Séries)	50m Brasse Dames (Finales ABC)
50m Papillon Messieurs (séries)	50m Papillon Messieurs (Finales ABC)
800m Nage libre Messieurs (séries lentes)	800m Nage libre Messieurs (série rapide)
800m Nage libre Dames (séries lentes)	800m Nage libre Dames (série rapide)
400m Nage libre Messieurs (séries lentes)	400m Nage libre Messieurs (série rapide)
100m Papillon Dames (Séries)	100m Papillon Dames (Finales ABC)
200m Papillon Messieurs (Clt au Temps)	200m Dos Messieurs (Clt au Temps)
100m Dos Dames (Séries)	100m Dos Dames (Finales ABC)
100m Brasse Messieurs (séries)	100m Brasse Messieurs (Finales ABC)
200m Brasse Dames (Clt au Temps)	200m Nage libre Dames (Clt au Temps)
100m Nage libre Messieurs (séries)	100m Nage libre Messieurs (Finales ABC)
400m 4 Nages Dames (séries lentes)	400m 4 Nages Dames (série rapide)
200m 4 Nages Messieurs (Clt au Temps)	

DIMANCHE MATIN : 7H30 pour 9H00	DIMANCHE AP MIDI : 14H30 pour 16H00
50m Nage libre Messieurs (Séries)	50m Nage libre Messieurs (Finales ABC)
50m Dos Dames (Séries)	50m Dos Dames (Finales ABC)
50m Brasse Messieurs (séries)	50m Brasse Messieurs (Finales ABC)
50m Papillon Dames (Séries)	50m Papillon Dames (Finales ABC)
1500m Nage libre Dames (séries lentes)	1500m Nage libre Dames (série rapide)
1500m Nage libre Messieurs (séries lentes)	1500m Nage libre Messieurs (série rapide)
400m Nage libre Dames (séries lentes)	400m Nage libre Dames (série rapide)
100m Papillon Messieurs (séries)	100m Papillon Messieurs (Finales ABC)
200m Papillon Dames (Clt au Temps)	200m Dos Dames (Clt au Temps)
100m Dos Messieurs (séries)	100m Dos Messieurs (Finales ABC)
100m Brasse Dames (Séries)	100m Brasse Dames (Finales ABC)
200m Brasse Messieurs (Clt au Temps)	200m Nage libre Messieurs (Clt au Temps)
100m Nage libre Dames (Séries)	100m Nage libre Dames (Finales ABC)
400m 4 Nages Messieurs (séries lentes)	400m 4 Nages Messieurs (série rapide)
200m 4 Nages Dames (Clt au Temps)	

ENGAGEMENTS :

Les engagements seront par Extranat (soit en ligne, soit au format PCE envoyé par mail)
5,00€ l'engagement (Facture envoyée au semestre)
Aucun changement sur le bord du bassin ne sera autorisé.

RECOMPENSES

Voir Plaquette Club.

TROPHEE DAUPHINE SAVOIE DU NATATHLON

17 Juin 2012

FONTAINE - 25 M - 6 COULOIRS

Jury : Les officiels A sont désignés par le responsable Régional. Les Juges B et C sont désignés par le département recevant la compétition.

Forfaits :

- **Le Mardi Précédent la compétition** : Gratuit
- **AVANT L'ÉDITION DU PROGRAMME** : 5€ (2 jours avant la compétition)
- **APRÈS L'ÉDITION DU PROGRAMME** : 15 € sauf production d'un certificat médical.
- **NON DECLARES AVANT LA COURSE** : 50 € sauf production d'un certificat médical.

CONDITIONS D'ACCES

A l'issue des étapes du Natathlon

- 1^{ère} étape le 21 ou 22 Janvier 2012
- 2^{ème} étape le 3 ou 4 Mars 2012
- 3^{ème} étape le 24 ou 25 Mars 2012

La commission sportive régionale a décidé d'inviter lors de la 3^{ème} étape du natathlon de l'Isère, les meilleurs benjamins du Comité Régional, afin qu'ils puissent se confronter et réaliser une qualification pour le trophée Lucien ZINS.

A l'issue des étapes du Natathlon et après les qualifications au Trophée Lucien Zins, le Comité qualifiera les 30 meilleurs benjamines et benjamins.

De plus, le Comité Régional sélectionnera les meilleurs poussines et poussins 2^{ème} année, pour participer au 400m NL, 200m 4 NAGES et 50m NL

REGLEMENT :

Les benjamines et benjamins participeront à toutes les épreuves suivantes : 400 NL, 200 4 NAGES, 100 NL, 50 DOS, 50 BRASSE et 50 PAPILLON

Les poussines et poussins participeront à toutes les épreuves suivantes : 400 NL, 200 4 NAGES et 50 NL

Les temps des engagements resteront les mêmes que ceux réalisés lors des étapes du Natathlon. (Ex : le temps réalisé au 800 NL, sera celui de l'engagement du 400 NL pour la Finale Régionale du Natathlon)

PROGRAMME :

DIMANCHE MATIN : 8H00 pour 9H30	DIMANCHE AP MIDI : 14H00 pour 15H30
400m Nage libre Dames (Benjamines)	400m Nage libre Messieurs (Benjamins)
400m Nage libre Dames (Poussines)	400m Nage libre Messieurs (Poussins)
200m 4 Nages Messieurs (Benjamins)	200m 4 Nages Dames (Benjamines)
200m 4 Nages Messieurs (Poussins)	200m 4 Nages Dames (Poussines)
50m papillon Dames (Benjamines)	50m papillon Messieurs (Benjamins)
50m Dos Messieurs (Benjamins)	50m Dos Dames (Benjamines)
50m Brasse Dames (Benjamines)	50m Brasse Messieurs (Benjamins)
100m Nage Libre Messieurs (Benjamins)	100m Nage Libre Dames (Benjamines)
50m Nage Libre Messieurs (Poussins)	50m Nage Libre Dames (Poussines)

ENGAGEMENTS :

Les engagements seront par Extranat (soit en ligne, soit au format PCE envoyé par mail)

15€ par nageur engagé (Facture au semestre)

8€ par nageur engagé (poussin)(Facture au semestre)

Aucun changement sur le bord du bassin ne sera autorisé.

RECOMPENSES

Les trois premières benjamines et benjamins par année d'âge au total des points des 6 épreuves seront récompensés. Les trois premières poussines et poussins au total des points des 3 épreuves seront récompensés.

CHAMPIONNATS REGIONAUX D'ETE « 50m »

Meeting de Classement

30 Juin & 1 Juillet 2012

CHAMBERY - 50 M - 6 COULOIRS

Compétition Qualificative aux Championnats de France Minimes et Cadets

Jury : Les officiels A sont désignés par le responsable Régional. Les Juges B et C sont désignés par le département recevant la compétition.

Forfaits: - **AVANT L'EDITION DU PROGRAMME** : GRATUIT (2 jours avant la compétition)
 - **APRES L'EDITION DU PROGRAMME** : 8 € sauf production d'un certificat médical.
 - **NON DECLARES AVANT LA COURSE** : 10 € sauf production d'un certificat médical

CONDITIONS D'ACCES :

1. Les nageurs dont le niveau est supérieur à la série régionale accèdent directement.
2. Les nageurs de série départementale devront avoir réalisé les temps de la grille « meetings régionaux » (grille en annexe).
3. Les benjamins ne sont pas autorisés à participer à la compétition.
4. Les nageurs doivent concourir dans la région correspondant à leurs licences.
5. Pour les épreuves de ½ fond 3 séries maximum

PROGRAMME :

SAMEDI MATIN : 7H30 pour 9H00		SAMEDI AP MIDI : 15H00 pour 16H30	
200m 4 Nages	Dames(Séries)	200m 4 Nages	Finale A et B Minimes Dames
200m 4 Nages	Messieurs (séries)	200m 4 Nages	Finale A et B Cadettes Dames
200m Nage libre	Dames(Séries)	200m 4 Nages	Finale A Juniors/Seniors Dames
200m Nage libre	Messieurs (séries)	200m 4 Nages	Finale A et B Minimes Messieurs
200m Dos	Dames(Séries)	200m 4 Nages	Finale A et B Cadets Messieurs
200m Dos	Messieurs (séries)	200m 4 Nages	Finale A Juniors/Seniors Messieurs
100m Brasse	Dames (Séries)	200m Nage libre	Finale A et B Minimes Dames
100m Brasse	Messieurs (Séries)	200m Nage libre	Finale A et B Cadettes Dames
1500m Nage libre	Dames (séries Lentes)	200m Nage libre	Finale A Juniors/Seniors Dames
1500m Nage libre	Messieurs (séries Lentes)	200m Nage libre	Finale A et B Minimes Messieurs
100m Papillon	Dames (séries)	200m Nage libre	Finale A et B Cadets Messieurs
100m Papillon	Messieurs (séries)	200m Nage libre	Finale A Juniors/Seniors Messieurs
50m Nage libre	Dames (Séries)	200m Dos	Finale A et B Minimes Dames
50m Nage libre	Messieurs (Séries)	200m Dos	Finale A et B Cadettes Dames
400m 4 Nages	Dames (séries Lentes)	200m Dos	Finale A Juniors/Seniors Dames
400m 4 Nages	Messieurs (séries Lentes)	200m Dos	Finale A et B Minimes Messieurs
		200m Dos	Finale A et B Cadets Messieurs
		200m Dos	Finale A Juniors/Seniors Messieurs
		100m Brasse	Finale A et B Minimes Dames
		100m Brasse	Finale A et B Cadettes Dames
		100m Brasse	Finale A Juniors/Seniors Dames
		100m Brasse	Finale A et B Minimes Messieurs
		100m Brasse	Finale A et B Cadets Messieurs
		100m Brasse	Finale A Juniors/Seniors Messieurs
		1500m Nage libre	Dames (série Rapide)
		1500m Nage libre	Messieurs (série Rapide)

SAMEDI AP MIDI : 15H00 pour 16H30		
100m Papillon	Finale A et B	Minimes Dames
100m Papillon	Finale A et B	Cadettes Dames
100m Papillon	Finale A Juniors/Seniors	Dames
100m Papillon	Finale A et B	Minimes Messieurs
100m Papillon	Finale A et B	Cadets Messieurs
100m Papillon	Finale A Juniors/Seniors	Messieurs
50m Nage libre	Finale A et B	Minimes Dames
50m Nage libre	Finale A et B	Cadettes Dames
50m Nage libre	Finale A Juniors/Seniors	Dames
50m Nage libre	Finale A et B	Minimes Messieurs
50m Nage libre	Finale A et B	Cadets Messieurs
50m Nage libre	Finale A Juniors/Seniors	Messieurs
400m 4 Nages	Dames (série Rapide)	
400m 4 Nages	Messieurs (série Rapide)	

DIMANCHE MATIN : 7H30 pour 9H00	DIMANCHE AP MIDI : 14H00 pour 15H30
800m Nage libre Dames (séries Lentes)	800m Nage libre Dames (série Rapide)
800m Nage libre Messieurs (séries Lentes)	800m Nage libre Messieurs (série Rapide)
200m Brasse Dames (Séries)	200m Brasse Finale A et B Minimes Dames
200m Brasse Messieurs (Séries)	200m Brasse Finale A et B Cadettes Dames
100m Nage libre Dames (Séries)	200m Brasse Finale A Juniors/Seniors Dames
100m Nage libre Messieurs (Séries)	200m Brasse Finale A et B Minimes Messieurs
200m Papillon Dames (séries)	200m Brasse Finale A et B Cadets Messieurs
200m Papillon Messieurs (séries)	200m Brasse Finale A Juniors/Seniors Messieurs
100m Dos Dames(Séries)	100m Nage libre Finale A et B Minimes Dames
100m Dos Messieurs (séries)	100m Nage libre Finale A et B Cadettes Dames
50m Brasse Dames (Séries)	100m Nage libre Finale A Juniors/Seniors Dames
50m Brasse Messieurs (Séries)	100m Nage libre Finale A et B Minimes Messieurs
50m Dos Dames (Séries)	100m Nage libre Finale A et B Cadets Messieurs
50m Dos Messieurs (Séries)	100m Nage libre Finale A Juniors/Seniors Messieurs
50m Papillon Dames (Séries)	200m Papillon Finale A et B Minimes Dames
50m Papillon Messieurs (Séries)	200m Papillon Finale A et B Cadettes Dames
400m Nage libre Dames (séries Lentes)	200m Papillon Finale A Juniors/Seniors Dames
400m Nage libre Messieurs (séries Lentes)	200m Papillon Finale A et B Minimes Messieurs
	200m Papillon Finale A et B Cadets Messieurs
	200m Papillon Finale A Juniors/Seniors Messieurs
	100m Dos Finale A et B Minimes Dames
	100m Dos Finale A et B Cadettes Dames
	100m Dos Finale A Juniors/Seniors Dames
	100m Dos Finale A et B Minimes Messieurs
	100m Dos Finale A et B Cadets Messieurs
	100m Dos Finale A Juniors/Seniors Messieurs
	50m Brasse Finale A et B Minimes Dames
	50m Brasse Finale A et B Cadettes Dames
	50m Brasse Finale A Juniors/Seniors Dames
	50m Brasse Finale A et B Minimes Messieurs
	50m Brasse Finale A et B Cadets Messieurs
	50m Brasse Finale A Juniors/Seniors Messieurs

DIMANCHE AP MIDI : 14H00 pour 15H30	
50m Dos	Finale A et B Minimes Dames
50m Dos	Finale A et B Cadettes Dames
50m Dos	Finale A Juniors/Seniors Dames
50m Dos	Finale A et B Minimes Messieurs
50m Dos	Finale A et B Cadets Messieurs
50m Dos	Finale A Juniors/Seniors Messieurs
50m Papillon	Finale A et B Minimes Dames
50m Papillon	Finale A et B Cadettes Dames
50m Papillon	Finale A Juniors/Seniors Dames
50m Papillon	Finale A et B Minimes Messieurs
50m Papillon	Finale A et B Cadettes Messieurs
50m Papillon	Finale A Juniors/Seniors Messieurs
400m Nage libre Dames (série Rapide)	
400m Nage libre Messieurs (série Rapide)	

ENGAGEMENTS :

Les engagements se feront par Extranat (soit en ligne, soit au format PCE envoyé par mail)

3,50€ l'engagement (Facture au semestre)

Aucun changement sur le bord du bassin ne sera autorisé.

RECOMPENSES

Voir dans l'édito le règlement du Challenge

8^{ème} MEETING NATIONAL DU SOC CHAMBERY
10 & 11 Février 2012

CHAMBERY - 50 M - 6 COULOIRS

Qualificatif aux championnats de France NII, Interrégionaux, Jeunes, Cadets, Minimes,

Organisation : Voir Plaquette du Meeting

GRILLE DE TEMPS QUALIFICATIFS POUR CHAMPIONNATS REGIONAUX HIVER ET ETE

MESSIEURS	Seniors 1991 et -	Juniors 1992,93,94	Cadets 2 1995	Cadets 1 1996	Minimes 2 1997	Minimes 1 1998
50m Nage libre	0.2659	0.2708	0.2792	0.2842	0.2900	0.3009
100m Nage libre	0.5874	0.5982	1.0169	1.0279	1.0408	1.0648
200m Nage libre	2.0954	2.1192	2.1604	2.1846	2.2131	2.2661
400m Nage libre	4.3539	4.4045	4.4922	4.5437	5.0041	5.1169
800m Nage libre	9.3285	9.4338	10.0162	10.1233	10.2490	10.4837
1500m Nage libre	18.1449	18.3461	19.0945	19.2991	19.5394	20.3878
50m Dos	0.3082	0.3139	0.3237	0.3295	0.3363	0.3489
100m Dos	1.0671	1.0794	1.1006	1.1131	1.1277	1.1550
200m Dos	2.2594	2.2862	2.3327	2.3600	2.3920	2.4518
50m Brasse	0.3388	0.3450	0.3558	0.3621	0.3696	0.3835
100m Brasse	1.1498	1.1636	1.1874	1.2014	1.2179	1.2486
200m Brasse	2.4275	2.4574	2.5092	2.5396	2.5753	3.0420
50m Papillon	0.2896	0.2950	0.3042	0.3096	0.3160	0.3278
100m Papillon	1.0491	1.0610	1.0817	1.0938	1.1081	1.1346
200m Papillon	2.2426	2.2691	2.3150	2.3420	2.3737	2.4328
200m 4 Nages	2.2704	2.2975	2.3443	2.3718	2.4041	2.4643
400m 4 Nages	5.1386	5.1963	5.2962	5.3548	5.4238	5.5523

DAMES	Seniors 1991 et -	Juniors 1992,93,94	Cadets 2 1995	Cadets 1 1996	Minimes 2 1997	Minimes 1 1998
50m Nage libre	0.3041	0.3130	0.3161	0.3207	0.3234	0.3292
100m Nage libre	1.0638	1.0832	1.0901	1.1001	1.1060	1.1187
200m Nage libre	2.2380	2.2801	2.2950	2.3167	2.3295	2.3569
400m Nage libre	5.0107	5.0989	5.1301	5.1755	5.2023	5.2598
800m Nage libre	10.2016	10.3832	10.4474	10.5411	10.5963	11.1146
1500m Nage libre	19.4839	20.2319	20.3549	20.5345	21.0402	21.2670
50m Dos	0.3528	0.3631	0.3668	0.3721	0.3752	0.3820
100m Dos	1.1574	1.1796	1.1874	1.1988	1.2056	1.2200
200m Dos	2.4194	2.4668	2.4835	2.5080	2.5224	2.5533
50m Brasse	0.3897	0.4011	0.4052	0.4111	0.4145	0.4220
100m Brasse	1.2504	1.2753	1.2841	1.2969	1.3045	1.3207
200m Brasse	3.0213	3.0747	3.0935	3.1210	3.1372	3.1720
50m Papillon	0.3280	0.3377	0.3410	0.3460	0.3489	0.3552
100m Papillon	1.1327	1.1541	1.1617	1.1728	1.1793	1.1933
200m Papillon	2.4109	2.4581	2.4748	2.4991	2.5134	2.5442
200m 4 Nages	2.4538	2.5022	2.5193	2.5443	2.5590	2.5905
400m 4 Nages	5.4675	5.5690	6.0049	6.0573	6.0881	6.1543

GRILLE DE TEMPS QUALIFICATIFS POUR LES MEETINGS REGIONAUX

MESSIEURS	Seniors 1991 et -	Juniors 1992,93,94	Cadets 2 1995	Cadets 1 1996	Minimes 2 1997	Minimes 1 1998
50m Nage libre	27.50	27.78	28.55	29.38	30.07	30.80
100m Nage libre	1.00.56	1.01.18	1.02.86	1.03.57	1.05.21	1.07.82
200m Nage libre	2.13.29	2.14.66	2.18.47	2.19.91	2.20.52	2.25.28
400m Nage libre	4.44.31	4.47.21	4.50.12	4.53.20	4.55.77	5.18.37
800m Nage libre	9.50.43	9.56.47	10.02.56	10.08.16	10.12.34	10.52.38
1500m Nage libre	18.45.63	18.57.15	19.13.43	19.25.48	19.34.30	21.00.46
50m Dos	32.00	32.34	33.40	33.78	35.18	36.06
100m Dos	1.08.19	1.09.60	1.10.79	1.12.59	1.14.22	1.16.39
200m Dos	2.27.88	2.29.40	2.33.46	2.35.25	2.38.22	2.45.68
50m Brasse	34.64	34.99	36.15	36.55	38.31	39.00
100m Brasse	1.15.76	1.17.54	1.18.98	1.19.96	1.21.93	1.24.84
200m Brasse	2.44.03	2.47.70	2.51.18	2.53.09	2.53.65	3.03.60
50m Papillon	29.62	30.22	31.12	32.26	33.37	34.26
100m Papillon	1.05.41	1.06.09	1.08.30	1.09.06	1.12.08	1.13.30
200m Papillon	2.26.10	2.27.60	2.31.69	2.33.40	2.36.25	2.43.73
200m 4 Nages	2.29.03	2.32.68	2.34.86	2.36.60	2.38.09	2.48.18
400m 4 Nages	5.18.03	5.21.30	5.24.98	5.27.70	5.30.76	5.56.18

DAMES	Seniors 1991 et -	Juniors 1992,93,94	Cadettes 2 1995	Cadettes 1 1996	Minimes 2 1997	Minimes 1 1998
50m Nage libre	31.66	32.33	32.80	33.39	34.34	34.99
100m Nage libre	1.08.38	1.09.82	1.10.21	1.11.85	1.13.20	1.14.42
200m Nage libre	2.27.16	2.30.29	2.31.11	2.32.56	2.34.89	2.39.02
400m Nage libre	5.09.69	5.14.61	5.18.07	5.19.82	5.21.89	5.32.67
800m Nage libre	10.37.98	10.48.11	10.55.22	10.56.83	10.57.99	11.24.29
1500m Nage libre	20.11.31	20.37.13	20.37.27	20.44.05	21.00.36	21.33.75
50m Dos	36.28	37.04	37.25	37.86	39.20	39.97
100m Dos	1.16.92	1.18.16	1.18.59	1.20.01	1.22.12	1.23.18
200m Dos	2.43.39	2.47.01	2.47.93	2.49.85	2.52.78	2.55.63
50m Brasse	39.57	40.41	40.66	41.85	43.62	44.50
100m Brasse	1.26.21	1.27.58	1.28.05	1.29.54	1.32.66	1.34.09
200m Brasse	3.06.92	3.09.89	3.10.92	3.11.97	3.15.96	3.20.62
50m Papillon	33.61	34.33	34.52	35.71	37.00	38.11
100m Papillon	1.14.28	1.15.47	1.15.88	1.17.30	1.19.64	1.21.37
200m Papillon	2.42.94	2.45.56	2.46.47	2.48.39	2.50.31	2.58.12
200m 4 Nages	2.47.36	2.50.02	2.50.96	2.52.49	2.53.68	3.03.78
400m 4 Nages	5.53.88	5.59.52	6.01.49	6.02.47	6.02.81	6.11.20

Plan d'actions 2011 – 2012 Politique sportive de Marc BEGOTTI

Les quatre types d'actions ci-dessous s'inscrivent dans le plan de politique sportive décidé par le comité directeur en 2009. Elles s'enrichissent de l'expérience des années 2009 et 2010, font suite au travail engagé avec la commission sportive régionale et prennent en compte l'étude réalisée par la FFN dans le document « Analyses des spécificités régionales ».

- ❖ « **Les journées départementales** » doivent nous servir à initier une réflexion sur les programmes départementaux de compétitions pour les 11 ans et moins qui ne sont toujours pas en cohérence avec le programme Natathlon à venir l'année suivante.
- ❖ « **Les stages d'entraînement / formation** » qui sont mis en œuvre depuis 2009 poursuivent 3 buts :
 - *Ils doivent nous permettre de mieux former les entraîneurs en abordant la formation par le biais de la pratique.
 - *Ils nous permettent de créer une dynamique régionale en réunissant plusieurs fois par an les nageurs régionaux.
 - *Ils permettent les échanges entre entraîneurs et notamment ceux des petites et des grosses structures
- ❖ « **Les journées de formation** » ont pour ambition de relier la théorie et la pratique. Le matin : échanges théoriques en salle, l'après-midi : pratique sur le terrain avec des nageurs.
- ❖ « **L'accompagnement individuel** » des binômes entraîneur / nageur à fort potentiel doit permettre un cheminement accompagné vers la haute performance .

Journées départementales

- 1 journée passée dans chaque département pour échanger et pour vivre une situation d'entraînement avec des nageurs poussins et benjamins et leurs entraîneurs. L'organisation du rassemblement incombe à la commission sportive départementale qui définit les dates souhaitées avant fin septembre.

L'objectif est de sensibiliser les membres de la commission sportive et les entraîneurs de poussins et Benjamins dans les départements sur l'importance de « faire aimer la natation », « de bien nager dans les 4 style de nages » et de « pouvoir nager longtemps » Organisation souhaitée : le matin échanges en salle et l'après-midi entraînement à la piscine

3 stages d'entraînement/formation

- Stage de formation d'entraîneurs du lundi 24 octobre au samedi 29 octobre pendant les vacances de Toussaint à Aix les bains.
Le stage est ouvert à 20 entraîneurs mais 10 places sont réservées aux entraîneurs du comité Dauphiné-Savoie. Encadrement Raymond CATTEAU et Marc BEGOTTI. 20 nageurs benjamins de notre comité seront conviés.
- Stage d'entraînement bassin de 50m, 2^{ème} semaine des vacances de Pâques du lundi 16 avril au samedi 21 avril.
Le lieu est à déterminer (Montélimar où Oyonnax) 20 places réservées aux nageurs de niveau national (qualifiés ou en mesure de se qualifier). 4 entraîneurs sont conviés (formation continue + encadrement)
- Stage d'été de préparation aux épreuves nationales, bassin de 50m du 5 au 14 juillet.
Lieu Megève. Autant de places que de nageurs qualifiés aux épreuves nationales.

5 journées d'échanges et de formation continue

- Le samedi à Chambéry de 9 h à 12 h en salle et de 13 h30 à 16 h à la piscine
Les 15 octobre – 26 novembre – 10 décembre – 14 janvier – 3 mars)

Les thèmes développés seront choisis par les entraîneurs qui me feront des propositions avant octobre, sinon je choisirai les thèmes de nos échanges.

Accompagnement individuel

- Accompagnement individuel du binôme entraîneur/nageur dans son cheminement vers la haute performance. Faire profiter d'une expérience internationale riche d'entraîneur (5 jeux Olympiques, de nombreuses médailles JO, championnats du Monde et Europe) et de la formation INSEP
« d'accompagnateur des acteurs du sport de haut niveau »

Frais de déplacement à la charge des clubs avec demande au comité régional.