



# Programme

# Natation

# Estivale

# 2023



# Sommaire

Notions Règlementaires.....Page 3

Calendrier Estival.....Page 6

Programme des compétitions.....Page 7

## Notions réglementaires

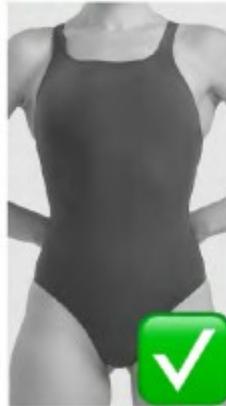
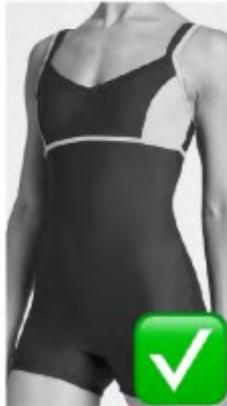
### ■ Les catégories d'âges

<b>Saison 2023 (du 1er janvier 2023 au 31 décembre 2023)</b>					
<b>Catégories</b>		<b>Dames</b>		<b>Messieurs</b>	
		<b>Âge</b>	<b>Année de naissance</b>	<b>Âge</b>	<b>Année de naissance</b>
<b>Avenirs</b>	Avenirs	11 ans et moins	2012 et après	12 ans et moins	2011 et après
<b>Benjamins</b>	Benjamin 1	12 ans	2011	13 ans	2010
	Benjamin 2	13 ans	2010	14 ans	2009
<b>Juniors</b>	J1	14 ans	2009	15 ans	2008
	J2	15 ans	2008	16 ans	2007
	J3	16 ans	2007	17 ans	2006
	J4	17 ans	2006	18 ans	2005
<b>Seniors</b>	Seniors	18 ans et plus	2005 et avant	19 ans et plus	2004 et avant

# Définition des vêtements techniques

relative au dispositif applicable aux benjamins et moins

Note de cadrage complète [ici](#)



**Coupe « maillot de bain » autorisée** sous réserve de ne pas descendre au-dessous du 1/3 de la cuisse ET si les coutures sont piquées



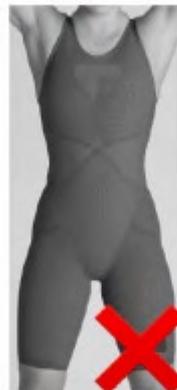
**Couture piquée =>**



**Coupes « slip de bain » et « short de bain » autorisées** sous réserve de ne pas descendre au-dessous du 1/3 de la cuisse ET si les coutures sont piquées



**Couture soudée ou collée**



**Coupe « combinaison » non autorisée**

**Interdiction de tout maillot avec coutures soudées ou collées**





### Extrait du règlement Natation Course :

Accès direct à la compétition : Les nageur(euse)s de 11 ans et plus (né(e)s en 2012 et avant), titulaires d'une licence compétition, peuvent accéder librement aux compétitions sans disposer obligatoirement au préalable des 3 tests de l'ENF actuel.

Test sécuritaire préalable à l'accès à la compétition : Les nageur(eus)es de 10 ans et moins (nées en 2013 et après) doivent préalablement disposer, à minima, du Sauv'nage avant d'accéder à la compétition. Titulaires du Sauv'nage et d'une licence compétition, ces nageurs pourront accéder librement aux compétitions sans disposer obligatoirement du Pass'sports de l'eau et du Pass'compétition.

### Règlement spécifique natation Estivale :

- Uniformisation de chaque compétition :
  - o Date de la fin des engagements : le jeudi soir (pour toute la saison)
  - o 4 nages maximum par nageur pour toutes les catégories (pour toutes les compétitions)
  - o Ouverture bassin : 9h
  - o Fin des forfaits et début de l'impression des fiches: 9h45
  - o Début compétition : 10h
  
- Rappel de la règle des engagements aux régions : Un nageur peut choisir 4 nages parmi les nages qualifiées sur des performances de la saison en cours. Si moins de 3 nages qualifiées alors le nageur peut ajouter 1 ou 2 nages non qualifiées (ne permettant pas de prétendre aux médailles) dans la limite de 3 nages pour la journée.
  
- Temps limite pour le 1500 Libre : 35' (arrêt des nageurs si le temps limite est atteint)





**Dimanche 02 Juillet : Chalonnes**

**9h Echauffement, 10h début de la compétition**

**13h30 Echauffement, 14h30 début de la compétition**

**4 nages max**

**Challenge avenir 50 brasse-libre 25 dos 100 libre 25 brasse 50 pap-dos**

Matin

100 Libre  
50 Dos  
200 Papillon  
50 Papillon  
200 Brasse  
100 4N

Après Midi

400 Libre  
50 Brasse  
200 Dos  
100 Papillon  
Entracte  
50 Libre  
200 4N

**Vendredi 07 Juillet Soirée : Rochefort sur Loire Soirée 800-1500**

**Echauffement 18h Début Compétition 19h**

**1 nage maximum**

**Temps limite de 35' (arrêt des nageurs une fois le temps limite dépassé)**

Soirée            800 Nage Libre  
                     1500 Nage Libre

**Samedi 08 Juillet : Rochefort Sur Loire**

**9h Echauffement, 10h début de la compétition**

**13h30 Echauffement, 14h30 début de la compétition**

**4 nages max**

**Challenge avenir 50 dos-brasse 25 Papillon 100 4N 25 libre 50 brasse-libre**

Matin	400 libre	Après-midi	400 4N
	50 Papillon		50 Libre
	200 Brasse		100 Dos
	50 Dos		100 Brasse
	100 4N		Entracte
			200 Pap
			50 Brasse
			200 Libre



**Lundi 17 Juillet : Meeting soiree Vern d'Anjou**

**18h00 Echauffement 18h30 début de la compétition, 3 nages max**

Soir  
800 libre  
50 Brasse  
100 libre  
50 Dos  
50 Pap  
Pause  
400 4N  
100 Dos  
50 Libre  
100 Brasse

**Samedi 22 Juillet : Vern d'Anjou**

**Programme Critérium**

**9h Echauffement, 10h début de la compétition**

**13h30 Echauffement, 14h30 début de la compétition**

**4 nages max**

**Challenge avenir 50 brasse-libre 25 dos 100 libre 25 brasse 50 pap-dos**

Matin

400 Libre  
200 Brasse  
50 Dos  
100 Libre  
Entracte  
200 4N  
100 Dos  
200 Pap

Après-midi

50 Brasse  
200 Dos  
100 Pap  
200 Libre  
Entracte  
50 Libre  
50 Pap  
100 Brasse



**Dimanche 30 Juillet : Chalonnes**  
**Finale Régionale Inter-club Toutes catégories**

Matin Ouverture bassin : 8h30                      Début compétition : 9h30

Programme clôturé à 9h15 (pas de modification possible après)

6x50 Libre

Entracte

100 Dos

200 Brasse

50 Libre

100 Papillon

200 Dos

50 Brasse

Après-midi Ouverture bassin : 13h30

Début compétition : 14h30

100 Libre

200 4N

50 Dos

100 Brasse

200 Libre

50 Papillon

Entracte

4x100 4N



**Samedi 05 et Dimanche 06 Août : La Chataigneraie**

**9h Echauffement, 10h début de la compétition (pour les 2 jours)**

**13h30 Echauffement, 14h30 début de la compétition**

**Challenge avenir Samedi 50 dos-brasse 25 Papillon 100 4N 25 libre 50 brasse-libre**

**Challenge avenir Dimanche Challenge avenir 50 brasse-libre 25 dos 100 libre 25 brasse 50 pap-dos**

Règlements pour chaque jour :

- Matin : 3 nages maximum
- Après-midi : 2 finales maximum + le 400 Libre

Finales A, B (si 12 Nageurs minimum en qualification sur la nage), C (si 17 nageurs minimum en qualification sur la nage) par catégories :

- Avenirs (seulement les 50 + 100 4N)
- Benjamins
- Juniors 1 et 2
- Juniors 3 et 4 et séniors

**Samedi**

Matin Séries	100 Brasse	Après Midi	finales Avenirs, Benjamins, Juniors 1-2, Juniors 3-4 et Séniors
	50 Dos		400 Libre
	100 Papillon		100 Brasse
	Entracte		50 Dos
	50 libre		Entracte
	200 Dos		100 Pap
	200 4N finales		50 libre
			200 Dos

**Dimanche**

Matin Séries	200 Libre	Après Midi	finales Avenirs, Benjamins, Juniors 1-2, Juniors 3-4 et Séniors
	50 Brasse		200 Libre
	100 Dos		50 Brasse
	100 4N		100 Dos
	Entracte		100 4N
	200 Brasse		Entracte
	50 Papillon		200 Brasse
	100 Libre		50 Papillon
			100 Libre

**Vendredi 11 Aout Soirée : Chemillé**

**18h30 Echauffement 19h00 début de la compétition, 3 nages max**

Soir  
200 libre  
50 Brasse  
100 dos  
50 libre  
100 4n  
Pause  
200 4n  
50 Pap  
100 Brasse  
50 Dos  
100 libre

**Samedi 19 Aout : Longué**

**Finale Régionale Individuelle, 4 nages max**

Matin Ouverture bassin : 9h00 Début compétition : 10h

Programme clôturé à 9h45 (pas de modification possible après)

400 libre  
200 Dos  
100 Brasse  
50 Papillon  
100 Libre  
Entracte  
200 Papillon  
50 Brasse  
200 4N

Après-midi Ouverture bassin : 13h30

Début compétition : 14h30

200 libre  
100 4N  
200 Brasse  
100 Dos  
50 Libre  
Entracte  
50 Dos  
100 Papillon



**Dimanche 20 Aout : Longué**

**Meeting Inter-club Toutes catégories**

2 classements (Avenirs-Benjamins, ttes catégories)

Equipes composées de 4 nageurs

Matin Ouverture bassin : 9h                      Début compétition : 10h  
Programme clôturé à 9h45 (pas de modification possible après)

50 Papillon

100 Dos

50 Brasse

100 Libre

Entracte

4x100 Libre

Après-midi Ouverture bassin : 13h30                      Début compétition : 14h30

100 Papillon

50 Dos

100 Brasse

50 Libre

Entracte

4x50 4N

**Dimanche 27 Aout : Chemillé**

**9h Echauffement, 10h début de la compétition**

**13h30 Echauffement, 14h30 début de la compétition**

**4 nages max**

**Challenge avenir 50 brasse-libre 25 dos 100 libre 25 brasse 50 pap-dos**

Matin

100 Libre

50 Dos

100 Brasse

50 Papillon

100 4N

Après Midi

50 Brasse

100 Dos

100 Papillon

Entracte

50 Libre

200 4N