

Comité départemental des Côtes d'Armor de Natation

SPÉCIAL RÈGLEMENTS 2021/2022

Sommaire

1. Tableau des modifications	2
2. Règlement financier	3
3. Organisation des compétitions	6
4. Les engagements aux compétitions	8
5. Les Officiels	9
6. Organisations départementales spécifiques aux Catégories	12
7. Programme sportif	13 - 48

1. TABLEAU DES MODIFICATIONS SUR LE SPECIAL REGLEMENT

Les modifications sont signalées en jaune dans le document

Dates de modifications	Dates compét.	Lieu	Désignation	Pages
19.03	10/09/2022	Iannion	Erreur de nom et de date	48
20.03			Obligation feuille inventaire matériel	6
20.03			Mise à jour règle facturation	5
			Ajout Présence secrétariat	
31.05	18/06	Léhon	Mise à jour règlement et classements/récompenses	43
			Mise à jour programme	44
31.05	26/06	Guingamp	Suppression de la compétition	46

2. RÈGLEMENT FINANCIER

a. Règles Générales

Tarifs Saison 2021-2022	
Validation lors de l'A.G. du comité départemental du 09/10/2021 à Paimpol	
Participation des clubs du 22 au fonctionnement du Comité Départemental (Soutien exceptionnelle aux clubs pour la saison 2021-2022 : ramené à 1€ symbolique)	300€ 1 €
Indemnisation encadrement technique	
Prestation versée au club pour mise à disposition d'un BEESAN 1er degré ou d'un DEJEPS	135 €
Rémunération nette d'un BEESAN 1er degré ou d'un DEJEPS non salarié	75 €
Rémunération nette d'un BEESAN 2ème degré non salarié	95 €
Rémunération d'une personne non salariée ou stagiaire ou BP+BF3 avec livret de formation	45 €
Indemnités BEESAN salarié responsable du stage par jour (limité à 5 jours)	50 €
Indemnités BEESAN salarié ou non salarié par nuitée	33 €
-Indemnités d'une personne non salariée ou stagiaire ou BP+BF3 avec livret de formation	16,50 €
Indemnités kilométriques/km. Le covoiturage est encouragé	0,36 €
Secrétariat	
Défraiement de la secrétaire : décision prise lors du C.A. du 13/11/2015 En cas de besoin, la mise à disposition du matériel informatique et de la secrétaire du comité est possible pour le traitement de certaines compétitions et celles par districts. Cela devra faire l'objet d'une demande écrite au préalable au moins 1 mois à l'avance.	150 €

La secrétaire ne sera plus sur toutes les compétitions départementales. Merci de prendre connaissance du planning des présences.

Une formation est nécessaire pour l'utilisation du logiciel du traitement des compétitions (prendre contact avec le Comité pour une proposition de date, il est fortement conseillé qu'au moins 2 personnes par club soient présentes)

b. Natation Course

Les pourcentages représentent la part facturée au club d'appartenance du nageur.

Tarifs Saison 2021-2022	
Validation lors de l'A.G. du comité départemental du 09/10/2021 à Paimpol	
Conditions financières des Nageurs TEAM/CLE	
Frais d'adhésion CLE facturés au club situé dans le 22	200€
Frais d'adhésion CLE facturés au club situé hors 22	400€
Stages	
Nuitée de stage : - Parcours 1 (TEAM) - Parcours 2 et 3 - Nageurs	50% 70% Frais Réels
Rassemblement Juniors et +	Idem
Journée intégration TEAM/CLE	0%
Compétitions retenues par l'ETD et le CD 22	
Nuitée de Compétition : - Parcours 1 (TEAM) - Parcours 2 et 3 - Nageur - Entraîneur : Encadrant	30€ 30€ Frais Réels Frais Réels
Engagements (Niveau N2 et Championnats de France) : - Parcours 1, 2 et 3 - Nageur	0% Frais Réels
Soutien Financier aux Nageurs	
Soutien financier annuel - Nageur CAF ou CNE - Frais médicaux sur une saison	300€ 100€
Actions CD22 pour les catégories Avenirs et Jeunes	
Regroupement (sans nuitée)	10€

Meetings et sélections (par nuitée)	30€
Stages (par nuitée)	60€
Droits d'engagements aux compétitions	
Épreuves individuelles	2 €
Relais	Gratuit
Majoration de 50% par épreuves ajoutées après la période d'engagements. Les rajouts ne seront possibles qu'après accord du secrétariat	3 €
Amende pour dépassement de temps	3 €
Forfaits déclaré à partir du jeudi précédant la compétition sans certificat médical (Le certificat médical doit arriver, impérativement le vendredi qui suit la compétition, au Comité départemental)	3 €
Non validation des engagements dans les délais sur extranat.fr :80€	80 €
Amende par réunion pour non-présentation d'un officiel A par le club organisateur et/ou pour non-présentation du quota d'officiels B ou C par réunion. Pour toutes compétitions, le club organisateur est tenu de fournir un officiel A. Le calendrier sera établi par le responsable des officiels en début de saison. A chaque officiel A, de se rendre disponible ou de se faire remplacer sur les compétitions où il est sollicité. Officiels B ou C : - 1 officiel minimum pour 1 à 3 nageurs. - 2 officiels minimum pour 4 à 10 nageurs. - 3 officiels minimum pour 11 à 19 nageurs - 4 officiels minimum à partir de 20 nageurs - un officiel en plus par dizaines supplémentaires. Attention le nombre peut varier en fonction du protocole sanitaire des compétitions.	30 €

3. ORGANISATION DES COMPÉTITIONS

Le comité départemental définit un calendrier pour la saison sportive. Les clubs sont les organisateurs des compétitions. Il leur appartient de faire la demande de mise à disposition du bassin. Le comité départemental ne reste que le support informatique pour traiter la compétition

CAHIER DES CHARGES

Le cahier des charges est mis en place à titre indicatif. Chaque club devra essayer de s'en approcher le plus possible et tendre vers ce genre d'organisation pour le futur.

LE CLUB ORGANISATEUR S'ENGAGE À PRÉVOIR (à modifier en fonction des conditions sanitaires) :

- **PERSONNEL**

Un responsable COVID 19

1. Secrétariat : 1 personne minimum si présence du secrétariat ou 2 personnes,
2. Chambre d'appel : 2 personnes ; Ramassage des fiches de courses : 1 ou 2 personnes,
3. Les officiels à fournir par chaque club (avec leur chrono, stylo et plaquette)
4. Ne pas oublier de faire le procès-verbal de la compétition sur Extranat Pocket dans le traitement de la compétition

- **MATÉRIEL**

1. Les lignes d'eau posées et tendues (en prévoir une afin d'un remplacement éventuel),
2. Une ligne de faux départ.
3. Deux lignes de virages.
4. Chaises ou bancs pour les chronométreurs et officiels (starter, virages + faux départ).
5. Une chaise par nageur derrière les plots.
6. Une plaquette et un stylo par ligne apportés par l'officiel.
7. Un podium.
8. Une bonne sonorisation avec un micro.
9. Le matériel nécessaire au protocole sanitaire.

- **CHRONOMÉTRAGE ÉLECTRONIQUE.**

Le chronométrage électronique est à installer par le club recevant.

Il sera mis en place par le secrétariat un planning.

Le matériel est à venir chercher et à ramener à la maison des sports par le club organisateur (location et défraiement kilométrique pris en charge par le comité)

LA FEUILLE D'INVENTAIRE DU MATERIEL EST A REMPLIR OBLIGATOIREMENT AU RETRAIT ET AU RETOUR DES EQUIPEMENTS.

- **GESTION INFORMATIQUE DE LA COMPÉTITION**

Le comité départemental définit un calendrier des compétitions avec traitement informatique par les clubs ou non. Mais aussi avec la présence ou non du matériel électronique de chronométrage.

Merci d'en prendre note et de vous rapprocher du secrétariat quand les clubs doivent traiter informatiquement les compétitions.

Lorsque le chronométrage électronique sera mis en place, l'ordinateur des compétitions du comité sera proposé aux clubs. La préparation de la compétition pourra se faire par la secrétaire sur cet ordinateur si l'organisation le permet.

Pour cela, les clubs devront transmettre avant la fin des engagements un accès à extranet Pocket du club gestionnaire et s'engagent à déposer l'ordinateur à la secrétaire le lundi suivant la compétition.

Dans le cas où le secrétariat est présent sur la compétition, l'édition des fiches de course sera effectuée par le comité départemental (le programme sera disponible sur le live FFN). Le Club doit prévoir une personne pour la gestion extranat en plus du secrétariat.

Dans le cas contraire, le comité transmettra, au club gestionnaire, la compétition au plus tard le jeudi après-midi. **Les fiches de course seront à imprimer par le club gestionnaire. Le club s'engage à faire remonter les résultats de la compétition avant la date limite et à transmettre par mail dès la fin de la compétition au secrétariat les éléments demandés (les résultats globaux, ajouts, forfaits, répartition des nageurs par structure, liste du jury, certificats médicaux...).** Pour faciliter l'organisation d'une compétition comportant des 25m (dans un bassin de 25m) ou des 50m (dans un bassin de 50m) il est souhaitable d'éditer les feuilles de chronométrage en plus des fiches de course.

Nouveauté : il existe une version « recto » des fiches de courses pour les longueurs de 800m et de 1500m à utiliser de préférence à celles de la FFN qui ne prévoient des cases d'inscription des temps intermédiaires que pour les bassins de 50m : voir auprès du secrétariat du CD.

- DIFFUSION DES RÉSULTATS : à la presse et FFN

Expédier directement la compétition sur le serveur de la FFN et expédier rapidement les résultats au secrétariat administratif, qui se chargera de diffuser les résultats aux clubs.

Le Procès-verbal de la compétition et les feuilles de chronométrage doivent être expédiés au plus vite au secrétariat administratif.

RAPPEL

Tout courrier administratif destiné au Comité Départemental de Natation sera adressé à :

COMITE DES COTES D'ARMOR DE NATATION
Maison départementale des sports
18 rue pierre de Coubertin
22200 Ploufragan
Tél : 07.84.50.43.13
E-mail : cdnatation22@outlook.fr

4. LES ENGAGEMENTS

Les engagements se feront via extranat 3.0.

La validation des engagements est à faire au plus tard le mardi précédant la compétition (sauf exception comme pour les interclubs toutes catégories). Tous les ajouts ou modifications d'engagements demandés après le mercredi soir seront facturés au tarif majoré

En cas d'impossibilité de transmission des engagements selon la procédure ci-dessus, les clubs devront prendre contact avec le secrétariat en respectant les délais fixés pour chaque compétition.

Les clubs ne participant pas à la compétition en informent le secrétariat, ceci dans les meilleurs délais.

5. LES OFFICIELS

NUL NE PEUT ÊTRE OFFICIEL, NI SE PRÉSENTER AUX EXAMENS SANS ÊTRE LICENCIÉ

Pour chaque compétition, il est souhaitable que les officiels s'enregistrent sur EXTRANAT 3.0 en se connectant avec leur login personnel (c'est l'adresse électronique donnée lors de la prise de licence FFN et le mot de passe transmis par la FFN). Ouvrir la fenêtre **Informations** et cliquer sur **Propositions sur les compétitions**



Nouvelle fenêtre :

Dae An Arvor 1 - Automne	LANNION	09/10/2021	09/10/2021	07/10/2021	
DEMI-FOND	QUINTIN (FRA)	17/10/2021	17/10/2021	15/10/2021	

Affichage de l'élément 1 à 8 sur 8 éléments

Précédent 1 Suivant

Choisir une compétition encore ouverte

Fermée Ouverte Cliquer sur le bouton

Dans la nouvelle fenêtre faites votre choix : toutes les réunions ou réunion par réunion.

● FORMATION DES OFFICIELS :

Il est important d'inciter les parents à s'investir dans l'organisation des compétitions, vous connaissez tous l'importance du jury pour permettre le bon déroulement des compétitions.

Depuis le 1^{er} septembre 2020 la commission fédérale des juges et arbitre a proposé une nouvelle réforme qui remplace les anciens niveau C, B et A par les niveaux 1, 2 et 3 qui correspondent basés sur les critères de connaissance du règlement FINA et les compétences requises.

Résumé dans le tableau ci-dessous :

Niveau	Critère de connaissance du règlement FINA	Compétences requises
1	Réduite (niveau d'entrée)	Pas de compétence spécifique
2	Partielle : limitée au champ d'intervention de l'officiel	Capacité à identifier des fautes, proposer et formaliser une disqualification
3	Totale : garantir le respect du règlement FINA dans son ensemble, ainsi que des autres règlements spécifiques	Capacité à manager une équipe Capacité à décider d'une disqualification Capacité à traiter une réclamation Capacité à superviser le chronométrage.

Partant de cette segmentation, le système des « officiels Natation Course » est structuré comme suit :

Chronométreur : C'est le premier niveau, il permet de chronométrer et d'être juge à l'arrivée.

Après une première partie théorique, la formation est individuelle. La personne devra chronométrer lors d'une compétition officielle désignée, sous le contrôle d'un Juge Arbitre désigné. Age minimum requis 14 ans.

Juge : en plus de chronométrer et d'être juge à l'arrivée, il sera juge de virages et juge de nage.

La formation porte sur les règles des différentes nages et sera suivi d'un examen écrit. La formation et l'examen se déroulent dans le département sur une soirée. Age minimum requis 16 ans.

Starter : en plus de chronométrer et d'être juge il aura une qualification qui fait appel à des compétences spécifiques pour le départ (maîtrise de soi, technicité...).

Juge Arbitre : c'est le troisième niveau de juge national, en plus des rôles de chronométreur, de juge et de starter, il gère la compétition dans son ensemble. Il est le garant du respect du règlement. Il anime le jury, le gestionnaire de la compétition, le superviseur.

Il est indispensable d'avoir déjà une pratique régulière de juge (2 années minimum).

L'examen comporte comme pour le juge une épreuve écrite sur les connaissances des règlements. Des épreuves pratiques où le candidat devra passer dans chaque future fonction qu'il pourrait être amené à exercer. La formation est dispensée au niveau régional. Age minimum requis 18 ans.

- CALENDRIER DES FORMATIONS ET EXAMENS :

- Formation sur une soirée : chronométreur et le passage d'officiel B à juge répartie sur 2 sites dans le département :

à Guingamp le vendredi 12 novembre à 19h00
au **Club House**
Parc des expositions de Kergoz
Rue du Prieuré
22200 PABU

à Saint-Brieuc le vendredi 19 novembre à 19h00
la Halle Maryvonne Dupureur
67 bd rue Théodule Ribot
22000 SAINT BRIEUC

- FOURNITURE DES OFFICIELS POUR LES COMPETITIONS :

Les officiels doivent apporter leur matériel : stylo, porte bloc-notes et chronomètre
Les officiels Juge, Starter et Juge arbitre doivent se munir d'un sifflet.

- INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES SUR LE SITE DU CD22

- Rèlements/Docs

<https://www.cdnatation22.fr/page/980075-reglements-docs>

- Devenir officiel en natation course

<https://www.cdnatation22.fr/page/980078-devenir-officiel>

6. ORGANISATION DÉPARTEMENTALE SPÉCIFIQUE AUX CATÉGORIES

Catégorie d'âge jusqu'au 31/12/21		
	Dames	Messieurs
Avenirs	2011 et après	2010 et après
Jeunes	2010-2009-2008	2009-2008-2007
Juniors	2007-2006-2005-2004	2006-2005-2004-2003
Seniors	2003 et avant	2002 et avant
Maîtres	1996 et avant	
Catégorie d'âge à partir du 1/01/22 jusqu'au 31/12/22		
Avenirs	2012 et après	2011 et après
Jeunes	2011-2010-2009	2010-2009-2008
Juniors	2008-2007-2006-2005	2007-2006-2005-2004
Seniors	2004 et avant	2003 et avant
Maîtres	1997 et avant	

L'ENF et le challenge avenir : se référer au programme fédéral

Les tenues en compétition pour les catégories Avenir et Jeunes :

Après accord de la majorité de l'équipe technique départementale, le port des combinaisons n'est pas toléré pour ces catégories.

A travers cette contrainte, nous avons souhaité mettre en avant plusieurs objectifs importants :

Rappeler les fondamentaux de la formation des nageurs dont le travail de gainage, la technique et la position du corps doivent permettre de « transpercer » l'eau.

Préserver les jeunes nageurs de l'iniquité économique entre les familles.

Conserver une cohérence avec l'édition du « Guide du Parent » disponible dans tous les clubs et dans lequel nous mettons en avant la nécessité d'investir dans une alimentation adaptée à la croissance et à l'effort de ces jeunes sportifs.

Les nageurs ne respectant pas ces dispositions ne pourront pas prétendre à une sélection départementale avec les temps réalisés.

ACTIONS DÉPARTEMENTALES : cf projet sportif saison 2021-2022

7. Programme sportif : saison 2021-2022

Date	Compétition	Lieux	Catégories			
			Avenirs	Jeunes	Juniors	Maîtres
Octobre						
09/10/21	DAE AN ARVOR 1	Lannion (9) /St Brieuc (10)	X enf3	x	x	
17/10/21	Demi-fond	Quintin		X	x	
Novembre						
11/11/21	Interclub phase départementale	Lannion /Loudéac	x enf 3	x	x	X
14/11/21	Interclub avenir départementaux	St Brieuc (Aquaval)	X enf3			
14/11/21	Interclub jeunes départementaux	St Brieuc (Aquaval)		X		
20 et 21/11/21	CD 22 hiver élite	Loudéac		X	x	
26/11/21	Nocturne Maîtres 1	St Brieuc				X
Décembre						
11/12/21	District avenir		X	x ne faisant pas le circuit des plots yaouank		
12/12/21	CD 22 Jeunes	Guingamp		x		

DAE AN ARVOR - AUTOMNE

DATE : 09 ou 10 Octobre 2021

LIEUX : Lannion (CN Paimpol, Lannion Natation, CN Guingamp, ATN) et St Brieuc (CN St Brieuc, CNP Loudéac, CN St Cast Le Guildo, CN Lamballe, Dinan Natation Sauvetage)

ENGAGEMENTS :

- Sur Extranat jusqu'au 07/10/21. Attention à valider vos licences au moins une semaine avant la date de fin de période des engagements

CATÉGORIES :

- Avenirs titulaires de l'ENF 3 et +

RÈGLEMENTS :

- Les nageurs seront limités à 3 épreuves

CLASSEMENTS-RÉCOMPENSES :

- Classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie.

PROGRAMME :

DATE	09 ou 10 Octobre 2021
Lieux	Lannion (09)/ST BRIEUC Aquaval (10)
Ouverture bassin	Lannion 18h/ST Brieuc 9h
Officiels	Lannion 18h/ST Brieuc 9h
Début des épreuves	Lannion 18h45/ST Brieuc 9h45
PROGRAMME	50m pap 100m papillon 50m dos 100m dos 50m brasse 100m brasse 50m nl 100m nl

DEMI-FOND

DATE : 17 Octobre 2021

LIEUX : Quintin

ENGAGEMENTS :

- Sur Extranat jusqu'au 14/10/21. Attention à valider vos licences au moins une semaine avant la date de fin de période des engagements

CATÉGORIES :

- Jeunes/Juniors et + réalisant les temps de la grille départementale

RÈGLEMENTS :

- Les nageurs seront limités à 1 épreuve

CLASSEMENTS-RÉCOMPENSES :

- Classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie.

PROGRAMME :

DATE	17 Octobre 2021
Lieux	Quintin
Ouverture bassin	13h30
Officiels	13h30
Début des épreuves	14h15
PROGRAMME	800m nl
	1500m nl

Championnats Départementaux Interclubs

DATE : 11 NOVEMBRE 2021

LIEU :

- Loudéac (pour les clubs de Dinan, Lamballe, St Cast, Loudéac)
- Lannion (pour les clubs de Guingamp, Lannion, Paimpol, St Brieuc et Tréguier)

ENGAGEMENTS :

- Sur extranat jusqu'au 08/11/21.

CATÉGORIES :

- Toutes Catégories.
- Obligation d'avoir l'ENF 3 pour y participer

RÈGLEMENTS :

- CF : Règlement fédéral. Selon la durée de la compétition, possibilité de doubler les épreuves de nl.
Se référer au protocole sanitaire de la compétition.

CLASSEMENTS-RÉCOMPENSES :

- Coupe aux 3 premières équipes dames et messieurs.

PROGRAMME :

DATE	11 NOVEMBRE 2021	
LIEUX	Lannion/Loudéac	
Ouverture bassin	8H00	13H30
Officiels	8H00	13H30
Début des épreuves	8H45	14H15
PROGRAMME	10X50 NL DAMES 10X50 NL MESSIEURS 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 4X200 NL D 4X200 NL M	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 4X100 4N DAMES 4X100 4N MESSIEURS

CHAMPIONNATS DES CÔTES D'ARMOR INTER CLUB AVENIRS

Date : 14 NOVEMBRE 2021

LIEU : ST BRIEUC (AQUAVAL)

ENGAGEMENTS

- Sur Extranat jusqu'au 11/11/21

CATÉGORIES :

- Avenirs titulaire PASS COMPETITION.

RÈGLEMENTS :

- Cf règlement FFN

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :

- Coupe aux 3 premières équipes dames et messieurs

PROGRAMME :

DATE	14/11/21
Lieux	St Brieuc Aquaval
Ouverture des bassins	13H30
Officiels	13H30
Début des épreuves	14H15
PROGRAMME	4*50m nl <i>Epreuves IC jeunes 100 brasse</i> 100 4n <i>Epreuves IC jeunes 100 nl</i> 50 pap 50 dos 50 brasse 50 nl <i>Epreuves IC jeunes 4*100 4n ind</i> 4*50 4n

CHAMPIONNATS DES CÔTES D'ARMOR INTER CLUB JEUNES

Date : 14 NOVEMBRE 2021

LIEU : ST BRIEUC (AQUAVAL)

ENGAGEMENTS

- Sur Extranat jusqu'au 11/11/21
-

CATÉGORIES :

- Jeunes

RÈGLEMENTS :

- Cf règlement FFN

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :

- Coupe aux 3 premières équipes dames et messieurs

PROGRAMME :

DATE	14/11/21	
Lieux	St Brieuc Aquaval	
Ouverture des bassins	9H00	13H30
Officiels	9H00	13H30
Début des épreuves	9H45	14H15
PROGRAMME	4*200 NL 100 pap 100 dos	<i>Epreuve IC avenirs 4*50 nl/100 4n</i> 100 Brasse <i>Epreuves IC avenirs 50 pap/50 dos</i> 100 nl <i>Epreuves IC avenirs 50 brasse/50 nl</i> 4*(100 4n ind) <i>Epreuves IC avenirs 4*50 4n</i>

CHAMPIONNATS DES CÔTES D'ARMOR ELITE « HIVER »

Date : 20 et 21 NOVEMBRE 2021

LIEU : Loudéac

ENGAGEMENTS

- Sur Extranat jusqu'au 18/11/20
- Sur demande écrite exceptionnelle, il est possible de faire participer des nageurs licenciés dans d'autres clubs du département

CATÉGORIES :

- Jeunes réalisant les temps de qualifications, Juniors et + (ouvert à tous sur les 50 et 100m. Sur les épreuves).

RÈGLEMENTS :

- Cette compétition est ouverte à tous les nageurs Jeunes réalisant les temps de qualifications de la grille ci-jointe.
- Pour les Juniors et plus, c'est ouvert à tout le monde sur les épreuves de 50 et 100m. Pour les épreuves de 200m et +, ils doivent avoir réalisé les temps de qualification de la grille ci-jointe.
- Les performances sont prises en compte sur toutes saisons confondues.
- 2 épreuves individuelles maxi par nageur et par ½ journée.
- Selon la durée de la compétition, possibilité de doubler les épreuves de 400m nl et +.
- Les séries se nageront en toutes catégories
- Une finale, toutes catégories confondues, sera réalisée le dimanche après-midi pour tous les 50 mètres. 1 seul relais par club et par sexe sera retenu.

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :

- Classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie (Jeunes, Juniors 1/2 et Juniors 3 et +).
- 1 médaille aux trois premiers de chaque épreuve par catégorie d'âge (Jeunes-Ju1-Ju2/Ju3 et +)
- Les nageurs étrangers au département figurent en doublon au titre open sur le podium des épreuves individuelles et reçoivent une médaille.
- Le premier de chaque finale sera récompensé.
- 1 coupe aux trois premiers relais toutes catégories confondues

PROGRAMME :

DATE	20/11/21	21/11/21	
Lieu	LOUDEAC		
Ouverture des bassins	14H00	9H00	13H30
Officiels	14H00	9H00	13H30
Début des épreuves	14H45	9H45	14H15
PROGRAMME	SERIE(S) HANDISPORT 50 BRASSE 100 PAP 200 NL 100 DOS 200 BRASSE 50 NL 800/1500 NL 4X50 4N	SERIE(S) HANDISPORT 200 4N 400 NL 200 PAP 50 DOS 100 4N 50 PAP	SERIE(S) HANDISPORT 400 4N 100 BRASSE 200 DOS 100 NL FINALES : 50P-50D-50B-50NL

TEMPS LIMITE D'ENGAGEMENTS CHAMPIONNATS DES CÔTES D'ARMOR ÉLITE

Grilles Championnat départemental élite hiver Dames 2021						
ÉPREUVES	Jeunes 2008 et +	Juniors 1 2007	Juniors 2 2006	Juniors 3 2005	Juniors 4 2004	Séniors 2003
50 nage libre	00'33"92	00'37"00	00'36"50	00'36"00	00'35"50	00'35"00
100 nage libre	01'13"93	01'20"00	01'19"00	01'18"00	01'17"00	01'16"00
200 nage libre	02'40"59	02'52"00	02'50"00	02'48"00	02'46"00	02'44"00
400 nage libre	05'36"62	06'03"00	05'59"00	05'55"00	05'51"00	05'47"00
800 nage libre	11'28"83	12'30"00	12'22"00	12'14"00	12'06"00	11'58"00
1500 nage libre	22'31"16	02'00"00	23'45"00	23'30"00	23'15"00	23'00"00
50 dos	00'38"67	00'42"00	00'41"50	00'41"00	00'40"50	00'40"00
100 dos	01'23"41	01'31"00	01'30"00	01'29"00	01'28"00	01'27"00
200 dos	03'02"43	03'14"00	03'12"00	03'10"00	03'08"00	03'06"00
50 brasse	00'43"11	00'46"00	00'45"50	00'45"00	00'44"50	00'44"00
100 brasse	01'34"32	01'42"00	01'41"00	01'40"00	01'39"00	01'38"00
200 brasse	03'23"59	03'36"00	03'34"00	03'32"00	03'30"00	03'28"00
50 papillon	00'36"15	00'41"00	00'40"50	00'40"00	00'39"50	00'39"00
100 papillon	01'21"59	01'29"00	01'28"00	01'27"00	01'26"00	01'25"00
200 papillon	03'04"49	03'14"00	03'12"00	03'10"00	03'08"00	03'06"00
100 4 nages	01'32"00	01'32"00	01'31"00	01'30"00	01'29"00	01'28"00
200 4 nages	03'03"63	03'16"00	03'14"00	03'12"00	03'10"00	03'08"00
400 4 nages	06'26"86	06'36"00	06'32"00	06'28"00	06'24"00	06'20"00

Grilles Championnat départemental élite Hiver Messieurs 2021						
ÉPREUVES	Jeunes 2007 et +	Juniors 1 2006	Juniors 2 2005	Juniors 3 2004	Juniors 4 2003	Séniors 2002
50 nage libre	00'30"74	00'32"00	00'31"50	00'31"00	00'30"50	00'30"00
100 nage libre	01'07"03	01'10"00	01'09"00	01'08"00	01'07"00	01'06"00
200 nage libre	02'26"17	02'34"00	02'32"00	02'30"00	02'28"00	02'26"00
400 nage libre	05'10"27	05'30"00	05'26"00	05'22"00	05'18"00	05'14"00
800 nage libre	10'46"43	12'00"00	11'52"00	11'44"00	11'36"00	11'28"00
1500 nage libre	20'17"94	23'00"00	22'45"00	22'30"00	22'15"00	22'00"00
50 dos	00'35"41	00'37"00	00'36"50	00'36"00	00'35"50	00'35"00
100 dos	01'16"27	01'20"00	01'19"00	01'18"00	01'17"00	01'16"00
200 dos	02'45"85	02'53"00	02'51"00	02'49"00	02'47"00	02'45"00
50 brasse	00'38"65	00'42"00	00'41"50	00'41"00	00'40"50	00'40"00
100 brasse	01'25"85	01'29"00	01'28"00	01'27"00	01'26"00	01'25"00
200 brasse	03'10"63	03'13"00	03'11"00	03'09"00	03'07"00	03'05"00
50 papillon	00'32"59	00'36"00	00'35"50	00'35"00	00'34"50	00'34"00
100 papillon	01'13"15	01'20"00	01'19"00	01'18"00	01'17"00	01'16"00
200 papillon	02'44"07	03'00"00	02'58"00	02'56"00	02'54"00	02'52"00
100 4 nages	1'23"00	01'23"00	01'22"00	01'21"00	01'20"00	01'19"00
200 4 nages	02'44"37	02'56"00	02'54"00	02'52"00	02'50"00	02'48"00
400 4 nages	05'50"93	06'15"00	06'11"00	06'07"00	06'03"00	05'59"00

Nocturne des Côtes d'Armor Hiver des Maîtres Open

Date : 26 NOVEMBRE 2021

LIEU : ST BRIEUC

ENGAGEMENTS

Sur Extranat jusqu'au 24/11/21.

CATÉGORIES :

- Les catégories seront celles de la fédération (cf. règlement fédéral)

RÈGLEMENT :

- Les séries se nageront en toutes catégories.
- Selon la durée de la compétition, possibilité de doubler et de mixer les épreuves de 400m nl.
- Les nageurs peuvent s'engager au maximum sur 3 épreuves sur la soirée.

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :

- Un classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie.
- Les relais seront nagés toutes catégories confondues avec un classement : Dames, Messieurs et mixtes
- 1 médaille au premier Costarmoricain de chaque épreuve par catégorie d'âge.
- Les nageurs étrangers au département figurent en doublon au titre open sur le podium des épreuves et reçoivent une médaille.
- 1 coupe aux premiers relais hommes, femmes et mixtes.

PROGRAMME :

DATE	26 NOVEMBRE 2021
Lieu	ST BRIEUC HELENE BOUCHER
Ouverture bassin	20h15
Officiels	20h15
Début des épreuves	21h00
PROGRAMME	SÉRIE(S) HANDISPORT 400 nl 50m papillon 100m dos 50m brasse 100m nl 100m papillon 50m dos 100m brasse 50m nl 100m 4n 4 X 50 NAGE LIBRE

Date : 11 DÉCEMBRE 2021

LIEU : 3 districts :

1. LANNION (Lannion, Guingamp, Paimpol, Tréguier)
2. SAINT BRIEUC AQUAVAL (Saint-Brieuc et Loudéac)
3. Lamballe

ENGAGEMENTS :

- Sur Extranat 3.0 jusqu'au 7/12/21. Traitement informatique par le club support

CATÉGORIES :

- Avenirs 1, Avenirs 2, Jeunes et + n'ayant pas le niveau des circuits départementaux

RÈGLEMENT :

- 3 épreuves individuelles maximum par nageur.
- Les séries se nageront en toutes catégories.
- Pour les évaluations techniques et ateliers de fin de compétition cf note explicative
- Programme challenge avenir : 25 dos/25 nl/50 pap-dos/50 dos-brasse/100 nl
- Programme avenir enf 3 et + : 50 pap/50 dos/50 brasse/50 nl/100 nl/100 4n
- Possibilité de doubler les épreuves de 100m nl selon la durée de la compétition

CLASSEMENTS-RÉCOMPENSES

- Classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie (avenir 1 (chez les dames 2011-2012, chez les messieurs 2010-2011) / avenir 2 (chez les dames 2013 et + et chez les messieurs 2012 et +) / Jeunes et +) et par sexe. Chez les avenir 1 et 2, récompenses aux 3 premiers et chez les jeunes récompenses au premier par sexe et catégorie.
- 1 récompense et 1 diplôme à tous les nageurs de la compétition.
- Les nageurs ayant remplis le challenge PASS-COMPETITION (challenge avenir) se verront remettre une médaille

PROGRAMME :

DATE	11/12/21	11/12/21	11/12/21
Lieux	Lannion	St Brieuc Aquaval	???
Ouverture bassin	18h	17h45	13h30
Officiels	18h00	17h45	13h30
Début des épreuves	18h30	18h15	14h00
PROGRAMME	Evaluation technique sur 20' (départ et coulée) 25 dos (challenge avenir) 25 nl(challenge avenir) 50 pap 50 dos 50 pap-dos(challenge avenir) 50 brasse 50 nl 50 dos-brasse(challenge avenir) 100 nl 100 nl(challenge avenir) 100 4n Relais 10' (une série maxi) réaliser le + de 25m		

Note explicative sur le déroulement des rencontres avenir et +

1/L'échauffement

Durée de 30'

2/L'évaluation technique

*L'ensemble de l'encadrement technique souhaite travailler un point technique lors des rencontres avenir-jeunes : Comment optimiser la première phase de course (départ + coulée) ?

Objectifs : enchaîner un départ et une coulée efficace.

Lors de chaque rencontre, les zones (définies dans le tableau ci-dessous) seront matérialisées soit par des anneaux ou des plots .

	Distance de la coulée
Niv 1	< ou = à 5m
Niv 2	5,01m jusqu'à 8m
Niv 3	De 8,01 jusqu'à 11m
Niv 4	>11m

Pendant 20' des départs seront donnés par les officiels au sifflet de manière réglementaire toutes les 20/30''.

3/Les ateliers ludiques

*Les relais de 10'

Chaque club peut présenter un nombre d'équipes suffisant permettant de faire une seule série maximum. Une équipe doit être composée de minimum de 5 nageurs et maximum de 10 nageurs. Le but étant de réaliser le plus de 25m possible sous forme de relais pendant 10'. La nage est libre.

*L'australienne

Une session par sexe et catégorie (avenirs 1, avenir 2 et jeunes et +) sera organisée.

*Le parcours eau libre

Le club accueillant devra disposer dans le bassin au moins 2 bouées (ou 2 supports) qui permettent de faire un parcours type eau libre

*Le tournoi des coulées

Sur la dernière journée, un tournoi des coulées, types australiennes, sera organisé. Dans un premier temps, tous les nageurs devront effectuer une coulée de 9m. Les nageurs qui réussissent passeront au niveau au-dessus (Au fur et à mesure on augmente de 2m). Arrivés à 15m les nageurs devront s'affronter en plus en vitesse sous forme d'une australienne. Pour l'organisation les nageurs se mettront de part et d'autre des plots. Les départs seront donnés par les officiels tous les 15''. Les entraîneurs, qui seront de chaque côté du bassin à la hauteur correspondante, valident ou pas le passage au niveau supérieur du nageur

CHAMPIONNATS DES COTES D'ARMOR
Jeunes « Hiver »

Date : 12 DECEMBRE 2021

LIEU : GUINGAMP

ENGAGEMENTS

Sur extranat jusqu'au 7/12/21

CATÉGORIES :

- Jeunes

RÈGLEMENTS :

- Les séries se nageront en toutes catégories.
- Pour le 400m nl, il y aura 3 séries maxi par sexe dont les 2 premières doublées (soit 20 nageurs retenus).
- 2 épreuves individuelles maxi par nageur par demi-journée.
- Classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie.
- 1 relais fille et 1 relais gars par club.

RÉCOMPENSE :

- 1 médaille aux trois premiers de chaque épreuve par catégorie d'âge (Jeune 1/Jeune 2/Jeune 3)
- 1 coupe aux 3 premiers relais de chaque sexe

DATE	12 DECEMBRE 2021	
LIEUX	GUINGAMP	
Ouverture bassin	8h30	13h30
Officiels	8h30	13h30
Début des épreuves	9h15	14h15
PROGRAMME	50m papillon 200m dos 50m brasse 200m nl 200m 4n 100m papillon 100m brasse	400m nl 100 dos 100 nl 200m papillon 50m dos 200m brasse 50m nl 4*50m nl (1 seul par club)

Meeting des glaçons

DATE : 16 JANVIER 2022

LIEU : LEHON

REGLEMENT : Cf. plaquette du défi

DATE : 29 Janvier 2022

LIEU : 3 districts :

1. Loudéac (St-Brieuc, et, Loudéac)
2. Paimpol (Guingamp, Paimpol, Tréguier, Lannion)
3. Dinan (Dinan, Saint-Cast, Lamballe)

ENGAGEMENTS :

- Sur Extranat 3.0 jusqu'au **25/01/22**. Traitement informatique par le club support

CATÉGORIES :

- Avenirs 1, Avenirs 2
- Jeunes et + n'ayant pas le niveau du circuit des plots

RÈGLEMENT :

- 3 épreuves individuelles maximum par nageur.
- Les séries se nageront en toutes catégories et par type de compétition.
- Pour les évaluations techniques et ateliers de fin de compétition cf note explicative
- Programme du Challenge avenir :
 - 25 Papillon
 - 25 Dos
 - 25 Brasse
 - 25 Nage Libre
 - 50 pap-dos
 - 50 dos-brasse
 - 50 brasse-crawl
 - 100 NL
 - 100 4N
- Programme avenir ENF 3 et + :
 - 50 Papillon
 - 50 Dos
 - 50 Brasse
 - 50 NL
 - 100 Dos
 - 100 ou 200 NL
 - 100 4N
- Possibilité de doubles les épreuves de 100 et 200 NL selon la durée de la compétition

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :

- Classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie et par sexe.
- Les nageurs ayant remplis le challenge PASS-COMPETITION (challenge avenir) se verront remettre une médaille.
- Pour les épreuves de la journée avenir : médailles aux 5 premiers par années d'âges pour les avenir (filles 2012, 2013 et 2014 et +/-gars 2010, 2011 et 2012 et +) et par sexe à l'issue du classement combiné (addition des cotations FFN des 3 courses individuelles). Pour les jeunes, pour les 5 premiers toutes années d'âge confondues.
- Sur l'australienne : récompense à tous les participants et trophée aux vainqueurs par catégorie et par sexe.

PROGRAMME :

DATE	29/01/22	29/01/22	30/01/22
Lieux	PAIMPOL	LOUDEAC	DINAN (canneton)
Ouverture bassin	18h00	18H00	13h30
Officiels	18h00	18H00	13h30
Début des épreuves	18h30	18H30	14h30
PROGRAMME	Evaluation technique sur 20' (départ et coulée) 25 pap (challenge avenir) 25 Dos (challenge avenir) 25 brasse(challenge avenir) 25 NL (challenge avenir) 200 nl 50 pap 50 dos 50 pap-dos(challenge avenir) 50 dos-brasse (challenge avenir) 50 brasse 50 nl 50 brasse-crawl(challenge avenir) 100 dos 100 nl 100 4n (challenge avenir) 100 NL (challenge avenir) 100 4n Course à l'australienne		

1^{er} Plot départemental YAOUANK

DATE : 30 JANVIER 2022

LIEU : LANNION

ENGAGEMENTS : Sur Extranat jusqu'au **25/01/22**.

CATÉGORIE : Jeunes 1, 2 et 3

RÈGLEMENT :

- Les nageurs ne peuvent s'engager sur **un maximum de 4 épreuves** sur l'ensemble de la journée
- Pour les J1 et J2 200 NL + **3 courses au choix**,
- Pour les J3 400 NL + **3 courses au choix**
- Selon la durée de la compétition, possibilité de doubler les épreuves de NL.

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :

- Classement individuel par année d'âge sur chaque épreuve du programme
- Récompenses aux trois premiers Jeunes 1, jeunes 2 et jeunes 3 Garçons et Filles au classement combiné (addition des points FFN réalisés sur le nombre d'épreuve individuelle définie par le règlement)

PROGRAMME :

DATE	30 JANVIER 2022	
Lieu	LANNION	
Ouverture bassin	9 H 30	13 H 30
Officiels	9 H 30	13 H 30
Début des épreuves	10 H 15	14 H 15
PROGRAMME	50 Pap 100 Pap 50 Dos 100 Dos 200 NL F J1 et J2 400 NL F J3	200 NL M J1 et J2 400 NL M J3 50 Brasse 100 Brasse 50 NL 100 NL

ICE SWIMMING

DATE : 6 Février 2022

LIEU : Plage de Bréhec

Règlement sportif : Cf. plaquette de la nage hivernale

MEETING AQUABAIE D'ARMOR 2022

DATE : 5 et 6 Mars 2022

LIEU : Piscine Aquabaie, Saint-Brieuc

Règlement sportif : Cf. plaquette du meeting

DATE : 19 Mars 2022

LIEU : 3 Districts

1. Saint-Brieuc (Saint-Brieuc, Loudéac)
2. Lamballe (Lamballe, Dinan, Saint-Cast)
3. Guingamp (Guingamp, Paimpol, Tréguier, Lannion)

ENGAGEMENTS :

Sur Extranat 3.0 jusqu'au **15/03/22**.

Traitement informatique par le club support

CATÉGORIES :

- Avenirs
- Jeunes et + n'ayant pas le niveau du circuit des plots

RÈGLEMENT :

- 3 épreuves individuelles maximum par nageur.
- Les séries se nageront en toutes catégories et par type de compétition.
- Pour les évaluations techniques et ateliers de fin de compétition cf note explicative
- Programme challenge avenir : 25 pap/25 dos/25 Brasse25 NL/50 pap-dos/50 dos-brasse/50 brasse-crawl/100 4N/100 NL
- Programme avenir ENF 3 et + : 50 pap/50 dos/50 brasse/50 nl/100 dos/100 brasse/100 ou 200 ou 400 nl/100 4N
- Possibilité de doubles les épreuves de 100, 200 et 400 NL selon la durée de la compétition

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :

- Classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie et par sexe
- Les nageurs ayant remplis le Challenge PASS'COMPETITION (challenge avenir) se verront remettre une médaille
- Pour les épreuves de la journée avenir : médailles aux 5 premiers par années d'âges pour les avenir (filles 2012, 2013, 2014 et +//gars 2011, 2012, 2013 et +)et par sexe à l'issue du classement combiné (addition des cotations FFN des 3 courses individuelles). Pour les jeunes, pour les 5 premiers toutes années d'âge confondues.
- Sur l'initiation eau libre : récompense à tous les participants.

PROGRAMME :

DATE	19/03/22	19/03/22	19/03/22
Lieux	LAMBALLE	ST BRIEUC (Aquaval)	GUINGAMP
Ouverture bassin	13H30	16h00	18H00
Officiels	13H30	16h00	18H00
Début des épreuves	14H00	16h30	18H30
PROGRAMME	Evaluation technique sur 20' (départ et coulée) 25 pap (challenge avenir) 25 Pap (ENF3 et plus) 25 dos (challenge avenir) 25 Dos (ENF3 et plus) 25 brasse (challenge avenir) 25 Brasse (ENF3 et plus) 25 NL (challenge avenir) 25 NL (ENF3 et plus) 400 nl 50pap 50 dos 50 pap-dos(challenge avenir) 50 brasse 50 nl 50 dos-brasse(challenge avenir) 50 brasse-crawl (challenge avenir) 100 Dos 100 Brasse 100 NL 100 nl (challenge avenir) 200 NL 100 4N (challenge avenir) 100 4n Initiation eau libre		

DAE AN ARVOR - HIVER

DATE : 20 Mars 2022

LIEU : Lamballe

Présence du secrétariat

ENGAGEMENTS :

Sur Extranat jusqu'au **15/03/22**.

CATÉGORIES :

Juniors et +

RÈGLEMENTS :

- Pas de grille d'accès
- Chaque nageur peut réaliser 2 épreuves maxi par demi-journée.
- Les séries se nageront en toutes catégories.
- Selon la durée de la compétition, possibilité de doubler les épreuves de 400m nl

CLASSEMENTS-RÉCOMPENSES :

- Classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie.
- Médailles aux 3 premiers par catégorie (Ju1-Ju2/ Ju3 et +) et par sexe, à l'issue du classement combiné (addition des cotations FFN des 4 courses individuelles).

PROGRAMME :

DATE	20 MARS 2022	
Lieux	LAMBALLE	
Ouverture bassin	9H00	13H30
Officiels	9H00	13H30
Début des épreuves	9H45	14H15
PROGRAMME	400m nl	400m 4n
	50 Pap	100 Pap
	100 Dos	200 Dos
	50 Brasse	100 Brasse
	100 NL	200 NL
	200 4N	100 4N
	200 Pap	200 Brasse
	50 Dos	50 NL

DATE : 27 Mars 2022

LIEU : Loudéac

ENGAGEMENTS :

Sur Extranat jusqu'au avant le **22/03/22**.

CATÉGORIE :

- Jeunes 1
- Jeunes 2
- Jeunes 3

RÈGLEMENT :

Les nageurs ne peuvent s'engager que sur **4 épreuves maximum** sur l'ensemble de la journée :

- 1 épreuve de 4N (200 4N pour les jeunes 1 et 2, 400 4N pour les jeunes 3)
- 3 épreuves au choix

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :

- Classement individuel par année d'âge sur chaque épreuve du programme
- Récompenses aux trois premiers Jeunes 1, jeunes 2 et jeunes 3 Garçons et Filles au classement combiné (addition des points FFN réalisés sur le nombre d'épreuve individuelle définie par le règlement)

PROGRAMME :

DATE	27 MARS 2022	
Lieu	LOUDEAC	
Ouverture bassin	9 H 00	13 H 30
Officiels	9 H 00	13 H 30
Début des épreuves	9 H 45	14 H 15
PROGRAMME	50 Pap	200 4N M J1 et J2
	100 Brasse	400 4N M J3
	50 Dos	100 Pap
	100 NL	50 Brasse
	200 4N F J1 et J2	100 Dos
	400 4N F J3	50 NL

Championnats des Côtes d'Armor Eté des Maîtres Open

DATE : 14 mai 2022

LIEU : Lannion

ENGAGEMENTS

Sur Extranat jusqu'au 12/05/22.

CATÉGORIES :

- Catégories Maîtres.
- Cf. règlement fédéral

RÈGLEMENT

- Les séries se nageront en toutes catégories.
- Selon la durée de la compétition, possibilité de doubler et de mixer les épreuves de 400m nl.
- Les nageurs peuvent s'engager au maximum sur 3 épreuves par demi-journée.

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES

- Un classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie.
- Les relais seront nagés toutes catégories confondues avec un classement : Dames, Messieurs et mixtes
- 1 médaille au premier Costarmoricain de chaque épreuve par catégorie d'âge.
- Les nageurs étrangers au département figurent en doublon au titre open sur le podium des épreuves et reçoivent une médaille.
- 1 coupe aux premiers relais hommes, femmes et mixtes.

PROGRAMME :

DATE	14 mai
Lieu	LANNION
Ouverture bassin	18h00
Officiels	18h00
Début des épreuves	18h45
PROGRAMME	50 PAPILLON 100 DOS 50 BRASSE 100 NAGE LIBRE 100 4 NAGES 100 PAP 50 DOS 100 BRASSE 50 NAGE LIBRE 200 NAGE LIBRE 400 NAGE LIBRE 4 X 50 NAGE LIBRE 4x50 4 NAGES

3^{ème} Plot Départemental YAOUANK

DATE : 15 Mai 2022

LIEU : Lannion

ENGAGEMENTS :

Sur Extranat jusqu'au **24/05/22**.

CATÉGORIES :

- Jeunes 1
- Jeunes 2
- Jeunes 3

RÈGLEMENT :

Les nageurs ne peuvent s'engager que sur un maximum de 4 épreuves sur l'ensemble de la journée :

- 1 épreuve de Demi-Fond
- 1 épreuve de 4N
- 2 50 mètres de spécialité au choix

Selon la durée de la compétition, possibilité de doubler les épreuves de Demi-Fond

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :

- Classement individuel par année d'âge sur chaque épreuve du programme
- Récompenses aux trois premiers Jeunes 1, jeunes 2 et jeunes 3 Garçons et Filles au classement combiné (addition des points FFN réalisés sur le nombre d'épreuve individuelle définie par le règlement)

PROGRAMME

DATE	15 MAI 2022	
LIEUX	LANNION	
Ouverture bassin	8H30	13H30
Officiels	8H30	13H30
Début des épreuves	9H15	14H15
PROGRAMME	50m Papillon	50m Brasse
	50m Dos	50m NL
	200 4N F	200 4N M
	400 4N M	400 4N F
	400 NL M	400 NL F
	800 NL F	800 NL M
	1500 NL M	1500 NL F

4^{ème} étape du challenge Avenirs et 4^{ème} journée AVENIRS et +

DATE : 21 ou 22 Mai 2022

LIEU : 3 Districts

1. LOUDÉAC (Saint-Brieuc, Loudéac)
2. DINAN (Dinan, Lamballe, Saint-Cast)
3. GUINGAMP (Guingamp, Lannion, Paimpol, Tréguier)

ENGAGEMENTS :

- Sur Extranat 3.0 jusqu'au **17/05/22**.
- Traitement informatique par le club support

CATÉGORIES :

- Avenirs
- Jeunes et + n'ayant pas le niveau du circuit des plots

RÈGLEMENT

- 3 épreuves individuelles maximum par nageur.
- Les séries se nageront en toutes catégories et par type de compétition.
- Pour les évaluations techniques et ateliers de fin de compétition cf note explicative
- Programme challenge avenir :
 - 25 Pap
 - 25 Dos
 - 25 Brasse
 - 25 NL
 - 50 pap-dos
 - 50 dos-brasse
 - 50 brasse-crawl
 - 100 4N
 - 100 NL
- Programme avenir ENF 3 et + :
 - 25, 50 & 100 pap
 - 25, 50 & 100 dos
 - 25, 50 & 100 brasse
 - 25, 50 NL
 - 100 pap
 - 100 ou 200 ou 400 ou 800 NL
 - 100 4N
- Possibilité de doubles les épreuves de 100, 200, 400 et 800 NL selon la durée de la compétition

CLASSEMENTS-RECOMPENSES

- Classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie et par sexe.
- Les nageurs ayant remplis le challenge PASS-COMPETITION (challenge avenir) se verront remettre une médaille.
- Pour les épreuves de la journée avenir : médailles aux 5 premiers par années d'âges pour les avenir (filles 2012, 2013 et 2014 et +//gars 2011, 2012 et 2013 et +)et par sexe à l'issue du classement combiné (addition des cotations FFN des 3 courses individuelles). Pour les jeunes, pour les 5 premiers toutes années d'âge confondues.
- Sur le tournoi des coulées: trophée aux vainqueurs par catégorie et par sexe.

PROGRAMME :

DATE	21/05/22	21/05/22	22/05/22
Lieux	GUINGAMP	LOUDEAC	DINAN Canneton ou les pommiers
Ouverture bassin	18H00	18h00	13h30
Officiels	18H00	18h00	13h30
Début des épreuves	18H30	18h30	14h00
PROGRAMME	Evaluation technique sur 20' (départ et coulée) 25 pap (challenge avenir) 25 Pap 25 dos (challenge avenir) 25 Dos 25 brasse (challenge avenir) 25 Brasse 25 NL (challenge avenir) 25 NL 800 NL 50 Pap 50 Dos 50 pap-dos(challenge avenir) 400 NL 50 dos-brasse (challenge avenir) 50 Brasse 50 NL 50 brasse-crawl(challenge avenir) 100 Pap 100 NL 200 NL 100 4N (challenge avenir) 100 Dos 100 Brasse 100 NL (challenge avenir) 100 4N Tournoi des coulées		

DAE AN ARVOR - PRINTEMPS

DATE : 22 Mai 2022

LIEU : Guingamp

Présence du secrétariat

ENGAGEMENTS :

Sur Extranat jusqu'au **17/05/22**.

CATÉGORIES :

Juniors et +

RÈGLEMENTS

- Pas de grille d'accès
- Chaque nageur peut réaliser 2 épreuves maxi par demi-journée.
- Les séries se nageront en toutes catégories.
- Selon la durée de la compétition, possibilité de doubler les épreuves de 400m NL

CLASSEMENTS-RECOMPENSES

- Classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie.
- Médailles aux 3 premiers par catégorie et par sexe (Ju1-Ju2//Ju 3 et +), à l'issue du classement combiné (addition des cotations FFN des 4 courses individuelles).

PROGRAMME

DATE	22 MAI 2022	
Lieu	GUINGAMP	
Ouverture bassin	8H30	13H30
Officiels	8H30	13H30
Début des épreuves	9H45	14H15
PROGRAMME	400m nl	400m 4n
	50 Pap	100 Pap
	100 Dos	200 dos
	50 brasse	100 Brasse
	100 NL	200 NL
	200 4N	100 4N
	200 Pap	200 Brasse
	50 dos	50 NL

Trophée d'Armor Eau Libre

DATE : 4 et 5 Juin 2022

LIEUX : Taden-Dinan et Saint Cast

REGLEMENT : Cf. plaquette du défi

**CHAMPIONNATS DES CÔTES D'ARMOR AVENIRS
INDIVIDUEL**

DATE : 12 Juin 2022

LIEU : Paimpol

ENGAGEMENTS :

Sur Extranat jusqu'au **7/06/22**.

CATÉGORIES :

- AVENIRS titulaires ENF 3

RÈGLEMENT :

- Chaque nageur peut s'engager sur 3 épreuves individuelles et 1 relais (2 épreuves individuelles au maximum par réunion).
- Les séries se nageront en toutes catégories.
- Selon la durée de la compétition, possibilité de doubler les épreuves de 400m nl
- Seuls 2 relais mixte par club seront retenus (2 filles et 2 garçons par relais).

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :

- Classement individuel par épreuve, par catégorie et par sexe
- 1 médaille aux 3 premiers par épreuves, par catégories
 - (Avenirs 1 (chez les dames 2012-2013 et chez les hommes 2011-2012)
 - Avenirs 2 (chez les dames 2014 et + et chez les hommes 2013 et +)) et par sexe.
- 1 coupe aux 3 premiers relais mixte et toutes catégories confondues.

PROGRAMME :

DATE	12 JUIN 2022	
Lieu	PAIMPOL	
Ouverture bassin	9 H 00	13 H 30
Officiels	9 H 00	13 H 30
Début des épreuves	9 H 45	14 H 15
PROGRAMME	400m nl	200 4n
	100 papillon	50 papillon
	50 dos	100 dos
	100 brasse	50 brasse
	50 NL	100 nl
	100 4N	
	4x50 NL	4x50 4n Mixte

CHAMPIONNATS DES CÔTES D'ARMOR ELITE « ÉTÉ »

DATE : 18 et 19 Juin 2022

LIEU : Léhon

Présence du secrétariat

ENGAGEMENTS :

Sur Extranat jusqu'au **14/06/22**.

CATÉGORIES :

- **Jeunes 1, 2, 3**
- JUNIORS et +

RÈGLEMENT :

- Cette compétition est ouverte à tous les nageurs qui réalisent les temps de la grille départementale, excepté pour les 50m et le 100m 4n (pas de temps d'accès pour ces épreuves).
- **Il n'y a pas de grille de temps pour les nageurs de la catégorie Jeunes**
- 2 épreuves individuelles par réunion par nageur.
- Les séries se nageront en toutes catégories.
- **Une finale « Jeunes-Juniors 1-2 » et une finale « Juniors 3 et plus » seront réalisées à chaque fin de réunion pour tous les 50 et 100 mètres.**
- Selon la durée de la compétition, possibilité de doubler les épreuves de 400m NL et +.
- Sur demande écrite exceptionnelle, il est possible de faire participer des nageurs licenciés de départements extérieurs mais ceux-ci ne pourront pas être récompensés.
- **1 seul nageur hors département sera autorisé par finale**
- Tous les 50m et le 100 4N sont ouverts **à partir de la catégorie Juniors**
- **Les clubs sont autorisés à engager un maximum de 2 relais mixtes (2 F + 2 M) :**
 - 1 relais Mixte Jeunes
 - 1 relais Mixte TC

CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :

- Classement individuel dans chaque épreuve du programme Juniors
- 1 médaille aux trois premiers de chaque épreuve par catégorie
 - Juniors 1 et 2
 - Juniors 3 et +)
- **1 médaille aux trois premiers Jeunes 1 et 2 et 1 médaille au premier Jeune 3 de chaque épreuve**
- Les nageurs étrangers au département figurent en doublon au titre open sur le podium des épreuves individuelles.
- 1 lot sera offert au gagnant de chaque finale.
- **1 coupe aux trois premiers relais toutes catégories et aux trois premiers relais jeunes.**
- Les nageurs dépassant les temps limites d'engagements ne pourront être récompensés.
- **1 trophée aux premiers Jeunes 1, Jeunes 2, Jeunes 3 des Trophées du 4 Nageur et du Nageur Complet**
- - **Trophée du 4 nageurs :**
 - **Jeunes 1 : addition des points des 50 Papillon, Dos, Brasse, Nage Libre**
 - **Jeunes 2 : addition des points des 100 Papillon, Dos, Brasse, Nage Libre**
 - **Jeunes 3 : addition des points des 200 Papillon, Dos, Brasse, Nage Libre**

- Trophée du nageur complet :
 - Jeunes 1 et 2 : 50m de spécialité*, 200 4 Nages, 400 NL
 - Jeunes 3 : 50 de spécialité*, 400 4N, 800 ou 1500 NL

*le 50m rapportant le plus de point est pris en compte

PROGRAMME :

DATE	18/06/22		19/06/22	
	Matin	Après-Midi	Matin	Après-Midi
Ouverture bassin	8h30	13h30	8h30	13h30
Officiels	8h30	13h30	8h30	13h30
Début des épreuves	9h15	14h15	9h15	14h15
	PROGRAMME			
	50 Pap	50 Dos	50 NL	50 Brasse
	100 Dos	100 Brasse	400 NL	100 NL
	200 Brasse	200 NL	100 Pap	200 Pap
	100 4N		200 Dos	
	800 NL F	200 4N F	1500 NL F	400 4N F
	1500 NL M	400 4N M	800 NL M	200 4N M
	Finales	Finales	Finales	Finales
	50 Pap	50 Dos	50 NL	50 Brasse
	100 Dos	100 Brasse	100 Pap	100 NL
	100 4N			
		Relais		Relais
		4x50 NL		4x50 4N

TEMPS LIMITE D'ENGAGEMENTS CHAMPIONNATS DES CÔTES D'ARMOR ÉLITE

Grilles Championnat départemental élite été Dames 2022					
ÉPREUVES	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4	Séniors
	2008	2007	2006	2005	2004 et -
50 nage libre	00'37"00	00'36"50	00'36"00	00'35"50	00'35"00
100 nage libre	01'20"00	01'19"00	01'18"00	01'17"00	01'16"00
200 nage libre	02'52"00	02'50"00	02'48"00	02'46"00	02'44"00
400 nage libre	06'03"00	05'59"00	05'55"00	05'51"00	05'47"00
800 nage libre	12'30"00	12'22"00	12'14"00	12'06"00	11'58"00
1500 nage libre	02'00"00	23'45"00	23'30"00	23'15"00	23'00"00
50 dos	00'42"00	00'41"50	00'41"00	00'40"50	00'40"00
100 dos	01'31"00	01'30"00	01'29"00	01'28"00	01'27"00
200 dos	03'14"00	03'12"00	03'10"00	03'08"00	03'06"00
50 brasse	00'46"00	00'45"50	00'45"00	00'44"50	00'44"00
100 brasse	01'42"00	01'41"00	01'40"00	01'39"00	01'38"00
200 brasse	03'36"00	03'34"00	03'32"00	03'30"00	03'28"00
50 papillon	00'41"00	00'40"50	00'40"00	00'39"50	00'39"00
100 papillon	01'29"00	01'28"00	01'27"00	01'26"00	01'25"00
200 papillon	03'14"00	03'12"00	03'10"00	03'08"00	03'06"00
100 4 nages	01'32"00	01'31"00	01'30"00	01'29"00	01'28"00
200 4 nages	03'16"00	03'14"00	03'12"00	03'10"00	03'08"00
400 4 nages	06'36"00	06'32"00	06'28"00	06'24"00	06'20"00

Grilles Championnat départemental élite été Messieurs 2022					
ÉPREUVES	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4	Séniors
	2007	2006	2005	2004	2003 et -
50 nage libre	00'32"00	00'31"50	00'31"00	00'30"50	00'30"00
100 nage libre	01'10"00	01'09"00	01'08"00	01'07"00	01'06"00
200 nage libre	02'34"00	02'32"00	02'30"00	02'28"00	02'26"00
400 nage libre	05'30"00	05'26"00	05'22"00	05'18"00	05'14"00
800 nage libre	12'00"00	11'52"00	11'44"00	11'36"00	11'28"00
1500 nage libre	23'00"00	22'45"00	22'30"00	22'15"00	22'00"00
50 dos	00'37"00	00'36"50	00'36"00	00'35"50	00'35"00
100 dos	01'20"00	01'19"00	01'18"00	01'17"00	01'16"00
200 dos	02'53"00	02'51"00	02'49"00	02'47"00	02'45"00
50 brasse	00'42"00	00'41"50	00'41"00	00'40"50	00'40"00
100 brasse	01'29"00	01'28"00	01'27"00	01'26"00	01'25"00
200 brasse	03'13"00	03'11"00	03'09"00	03'07"00	03'05"00
50 papillon	00'36"00	00'35"50	00'35"00	00'34"50	00'34"00
100 papillon	01'20"00	01'19"00	01'18"00	01'17"00	01'16"00
200 papillon	03'00"00	02'58"00	02'56"00	02'54"00	02'52"00
100 4 nages	01'23"00	01'22"00	01'21"00	01'20"00	01'19"00
200 4 nages	02'56"00	02'54"00	02'52"00	02'50"00	02'48"00
400 4 nages	06'15"00	06'11"00	06'07"00	06'03"00	05'59"00

DATE : 4 Septembre

LIEUX : Les Rosaires

REGLEMENT :
En cours de création

Ô Libre en Trégor

DATE : Samedi 10/09/22

LIEU : Trestel

REGLEMENT :

Cf. plaquette du défi