

Date	Désignation	Lieu
15 octobre 2023	DAE 1	Léhon
12 novembre 2023	Interclubs TC	Lamballe
18 et 19 novembre 2023	Chpts 22 automne	Loudéac
25 novembre 2023	District 1	Saint-Brieuc (Aquaval)
25 novembre 2023	District 1	Lannion
09 décembre 2023	Interclubs avenir	Paimpol
16 décembre 2023	Maîtres 1	Lannion
10 Fév 2024	Maîtres 2	Guingamp
04 février 2024	DAE 2/Yaouank 1	Lannion
17 février 2024	District 2	Paimpol/Lamballe
17 mars 2024	Yaouank 2	Loudéac
07 avril 2024	District 3	Guingamp
06 avril 2024	District 3	Loudéac
14 avril 2024	DAE 3/Yaouank 3	Lamballe
14 avril 2024	Maîtres 3	Loudéac
26 mai 2024	Interclubs Benjamins	Lannion
???	Chpts 22 Été	???
23 juin 2024	Chpts avenir	Paimpol

15 octobre 2023

**1/2 fond + dae an Arvor
Automne**

Léhon

Catégories :

B12 (nés en 2012)

B13 (nés en 2011)

J14 et J15 (nés en 2010 et 2009)

J16 et + (nés en 2008 et avant)

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Règlement :

3 épreuves individuelles maximums par nageurs sur l'ensemble de la compétition, dont maximum une épreuve de 1/2 fond.

L'organisation des relais est à l'initiative des entraîneurs (ajustement possible en fonction de la durée et des conditions de la compétition). Mixité possible au niveau des relais.

Récompenses :

Médaille au 5 premiers par catégories au cumul des deux meilleures épreuves

Mise en place d'une coupe challenge sur les relais (la coupe est remise en jeux à chaque compétition où le relais est pré

dimanche 15 octobre 2023	dimanche 15 octobre 2023
Ouverture des portes : 8h30	Ouverture des portes : 13h30
Début des épreuves : 9h30	Début des épreuves : 14h30
800 nage libre dames	50 papillon dames
800 nage libre messieurs	50 papillon messieurs
1500 nage libre dames	50 dos dames
1500 nage libre messieurs	50 dos messieurs
	50 brasse dames
	50 brasse messieurs
	50 nage libre dames
	50 nage libre messieurs
	relais 6' à 10'

Grilles 1/2 fond 2022

Dames						
ÉPREUVES	2011 et +	2010	2009	2008	2007	2006 et -
800 nage libre	13'30"00	12'30"00	12'22"00	12'14"00	12'06"00	11'58"00
1500 nage libre	25'00"00	24'00"00	23'45"00	23'30"00	23'15"00	23'00"00
Messieurs						
ÉPREUVES	2011 et +	2010	2009	2008	2007	2006 et -
800 nage libre	13'00"00	12'00"00	11'52"00	11'44"00	11'36"00	11'28"00
1500 nage libre	24'00"00	23'00"00	22'45"00	22'30"00	22'15"00	22'00"00

12 novembre 2023

**Championnats
Départementaux
Interclubs**

Lamballe

Catégories :

Toutes catégories

Engagements :

fin mercredi précédent la compétition

Règlement :

Cf règlement fédérale

Récompenses :

Coupe aux 3 premières équipes dames et messieurs.

12 novembre 2023	
Ouverture des portes : 08h00	Ouverture des portes : 13h30
Début des épreuves : 09h00	Début des épreuves : 14h30
10 x 50 nage libre dames	4 x 200 nage libre messieurs
10 x 50 nage libre messieurs	200 dos dames
100 dos dames	100 dos messieurs
200 dos messieurs	200 brasse dames
100 brasse dames	100 brasse messieurs
200 brasse messieurs	400 nage libre dames
100 nage libre dames	100 nage libre messieurs
400 nage libre messieur	200 papillon dames
100 papillon dames	100 papillon messieurs
200 papillon messieurs	200 4 nages dames
100 4 nages dames	100 4 nages messieurs
200 4 nages messieurs	Pause 15'
Pause 15'	4 x 100 4 nages dames
4 x 200 nage libre dames	4 x 100 4 nages messieurs

18 et 19 novembre 2023	Championnats Départementaux Hiver 11 ans et plus	Loudéac
-------------------------------	---	----------------

Catégories :

B12 (nés en 2012)

B13 (nés en 2011)

J14 et J15 (nés en 2010 et 2009)

J16 et + (nés en 2008 et avant)

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Règlement :

Une seule série de 800 nage libre et de 1500 nage libre

Les B12 ne pourront pas s'engager sur les 800 nage libre, 1500 nage libre, 200 papillon et 400 4 nages.

Les B13 ne pourront pas s'engager sur le 1500 nage libre.

Cependant afin de valider leurs trophées les nageurs benjamins pourront faire une demande exceptionnelle pour participer à une épreuve (cependant ces derniers ne pourront prétendre au podium, s'ils ne réalisent pas les critères de temps demandés)

5 épreuves individuelles maximums par nageurs sur l'ensemble de la compétition (maximum 3 par jours)

Les séries se nageront toutes catégories

Une finale par catégorie sur les 50 et 100 (B12, B13, J14 et J15, J16 et +)

Classement au temps sur 200 et +

1 équipe benjamins et 1 équipe juniors et + par relais et par club

Récompenses :

Médailles par épreuves aux 3 premiers par catégories (voir ci-dessus) 50 et 100 à l'issue des finales, 200 et + à l'issue des séries.

Récompense aux 3 premiers relais Benjamins et aux 3 premiers relais Juniors et +

1 lot à la meilleure performance par catégorie du week-end.

Championnats Départementaux Hiver 11 ans et plus			
18 novembre 2023		19 novembre 2023	
Ouverture des portes : 8h30	Ouverture des portes : 14h00	Ouverture des portes : 8h30	Ouverture des portes : 14h00
Début de la compétition : 9h30	Début de la compétition : 15h00	Début de la compétition : 9h30	Début de la compétition : 15h00
200 4 nages	1500 nage libre	400 4 nages	800 nage libre
50 nage libre	50 dos	50 papillon	50 brasse
200 dos	200 nage libre	100 dos	200 Papillon
100 papillon	100 brasse	200 brasse	100 nage libre
400 nage libre	Finale 50 dos	100 4 nages	Finales 50 brasse
Finales 50 nage libre	Finales 100 brasse	Finales 50 Papillon	Finales 100 nage libre
Finales 100 papillon	4 x 50 4 nages mixte	Finales 100 Dos	4 x 50 Nage Libre Mixte
		Finales 100 4 nages	

Grilles Championnats d'Automne des Côtes D'armor 2023-2024

Dames						
ÉPREUVES	2011 et +	2010	2009	2008	2007	2006 et -
200 nage libre	02'52"00	02'52"00	02'50"00	02'48"00	02'46"00	02'44"00
400 nage libre	06'03"00	06'03"00	05'59"00	05'55"00	05'51"00	05'47"00
800 nage libre	13'30"00	12'30"00	12'22"00	12'14"00	12'06"00	11'58"00
1500 nage libre	25'00"00	24'00"00	23'45"00	23'30"00	23'15"00	23'00"00
200 dos	03'14"00	03'14"00	03'12"00	03'10"00	03'08"00	03'06"00
200 brasse	03'36"00	03'36"00	03'34"00	03'32"00	03'30"00	03'28"00
200 papillon	03'14"00	03'14"00	03'12"00	03'10"00	03'08"00	03'06"00
200 4 nages	03'16"00	03'16"00	03'14"00	03'12"00	03'10"00	03'08"00
400 4 nages	06'36"00	06'36"00	06'32"00	06'28"00	06'24"00	06'20"00

Messieurs						
ÉPREUVES	2011 et +	2010	2009	2008	2007	2006 et -
200 nage libre	02'34"00	02'34"00	02'32"00	02'30"00	02'28"00	02'26"00
400 nage libre	05'30"00	05'30"00	05'26"00	05'22"00	05'18"00	05'14"00
800 nage libre	13'00"00	12'00"00	11'52"00	11'44"00	11'36"00	11'28"00
1500 nage libre	24'00"00	23'00"00	22'45"00	22'30"00	22'15"00	22'00"00
200 dos	02'53"00	02'53"00	02'51"00	02'49"00	02'47"00	02'45"00
200 brasse	03'13"00	03'13"00	03'11"00	03'09"00	03'07"00	03'05"00
200 papillon	03'00"00	03'00"00	02'58"00	02'56"00	02'54"00	02'52"00
200 4 nages	02'56"00	02'56"00	02'54"00	02'52"00	02'50"00	02'48"00
400 4 nages	06'15"00	06'15"00	06'11"00	06'07"00	06'03"00	05'59"00

25 novembre 2023**District avenir****Lannion et St Brieuc (Aquaval)****Catégories :**

B12 (nés en 2012 et avant)

A11 (nés en 2013)

A10 (nés en 2014)

A9 et - (nés en 2015 et après)

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Règlement :

3 épreuves max

Récompenses :

Médailles aux 5 premiers par catégorie d'âge (Filles et Garçons) à l'addition des points des 2 meilleures épreuves et 1 diplôme par nageur
Diplômes

samedi 25 novembre 2023		
Date	25.11.23	25.11.23
Lieu	Lannion	Saint-Brieuc (Aquaval)
OP	18h	18h
DE	18h30	18h45
Programme	Ateliers plongeurs-Coulées	
	200 nage libre	
	100 nl	
	50 nl	
	25 nage libre	
	25 brasse	
	25 dos	
	25 papillon	
	50 brasse	
	50 dos	
	50 papillon	
	100 4n	
	Relais 6-10'	

9 décembre 2023

**Interclubs
Départementaux Avenirs**

Paimpol

Catégories :

Avenirs (dames nées en 2012 et après, messieurs nés 2011 et après)

Engagements :

fin mercredi précédent la compétition

Programme :

Cf règlement fédérale

Récompenses :

Coupe aux 3 premières équipes dames et messieurs.

9 décembre 2023
Ouverture des portes : 13h30
Début des épreuves : 14h30
4x50 nage libres dames
4 x 50 nage libre messieurs
100 4 nages dames
100 4 nages messieurs
50 papillon dames
50 papillon messieurs
50 dos dames
50 dos messieurs
50 brasse dames
50 brasse messieurs
50 nage libre dames
50 nage libre messieurs
4 x 50 4n dames
4 x 50 4n messieurs

16/12/2023

Plot 1 Maître

Lannion

Catégorie :

Master

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Règlement :

Un classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie.

Les relais seront nagés toutes catégories confondues avec un classement : Dames, Messieurs et mixtes

Récompenses :

Médaille au 1er par catégorie au cumul des deux meilleurs épreuves.

Une coupe aux premiers relais hommes, femmes et mixtes.

samedi 16 décembre 2023
Ouverture des portes : 18h00
Début des épreuves : 18h45
200 nl
50m papillon
100m dos
50m brasse
100m nl
100m papillon
50m dos
100m brasse
50m nl
100m 4n
4 X 50 NAGE LIBRE

4 février 2024**DAE2/Yaouank 1****Lannion****Catégories :**

Pour Yaouank 1

B12 (nés en 2012)

B13 (nés en 2011)

Pour DAE 2

J14 et J15 (nés en 2010 et 2009)

J16 et + (nés en 2008 et avant)

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Règlement :

Pour les nageurs du parcours DAE 2 épreuves individuelles maximums par nageur par réunion.

Pour les nageurs du parcours Yaouank 2 épreuves individuelles maximums par nageur et par réunion. Afin de permettre la confrontation, il est fortement conseillé d'orienter les nageurs sur les épreuves suivantes :

-Pour les B12 2004n et 3*50m

-Pour les B13 4004n et 3*50m

L'organisation des relais est à l'initiative des entraîneurs (ajustement possible en fonction de la durée et des conditions de la compétition). Mixité et mélange des catégories possible au niveau des relais.

Récompenses :

Médaille au 5 premiers par catégories au cumul des quatre meilleures épreuves (Pour les nageurs du Yaouank épreuve de 4n + 3*50m).

Mise en place d'une coupe challenge sur les relais (la coupe est remise en jeux à chaque compétition où le relais est présent)

4 février 2024	
Ouverture des portes : 9h00	Ouverture des portes : 13h30
Début de la compétition : 10h00	Début de la compétition : 14h30
400 4 nages J14 et +	400 nage libre J14 et +
200 4 nages B12	400 4 nages B13
50 papillon J14 et +	200 papillon J14 et +
50 papillon B12 et B13	200 dos J14 et +
50 dos J14 et +	50 brasse J14 et +
50 dos B12 et B13	50 brasse B12 et B13
200 brasse J14 et +	50 nage libre J14 et +
200 nage libre J14 et +	50 nage libre B12 et B13
	Relais 6' à 10'

10/2/2024

Plot 2 Maître

Guingamp

Catégorie :

Master

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Règlement :

Un classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie.

Les relais seront nagés toutes catégories confondues avec un classement : Dames, Messieurs et mixtes

Récompenses :

Médaille au 1er par catégorie au cumul des deux meilleurs épreuves.

Une coupe aux premiers relais hommes, femmes et mixtes.

samedi 10 février 2024
Ouverture des portes : 18h00
Début des épreuves : 18h45
400 nl
50m papillon
100m dos
50m brasse
100m nl
100m papillon
50m dos
100m brasse
50m nl
100m 4n
4 X 50 4n

17 février 2024**District avenir et +****Paimpol et Lamballe****Catégories :**

B12 (nés en 2012 et avant)

A11 (nés en 2013)

A10 (nés en 2014)

A9 et - (nés en 2015 et après)

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Règlement :

3 épreuves max par nageur.

Attention libre à chaque district d'organiser l'ordre des épreuves. Le juge arbitre responsable du district en sera informé.

Récompenses :

Médailles aux 5 premiers par catégorie d'âge (Filles et Garçons) à l'addition des points des 2 meilleures épreuves .

2ème District avenir et +		
Date	17/02/2024	17/02/2024
Lieu	Paimpol	Lamballe
OP	13h30	18h15
DE	14h	19h
Programme	Atelier plongeurs-coulées	
	400 NL	
	200 NL	
	100 NL	
	50NL	
	25 Papillon	
	25 Dos	
	25 Brasse	
	25 NL	
	50 pap-dos	
	50Brasse	
	50 dos-brasse	
	50Dos	
	50 brasse-crawl	
	50Pap	
	100 4n	
	Course à l'australienne	
relais 6' à 10'		

17 mars 2024**Yaouank 2****Loudéac****Catégories :**

B12 (nés en 2012)

B13 (nés en 2011)

A11 (nés en 2013) Après demande à l'ETD possibilité d'intégrer des nageurs de 2013

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Règlement :

3 épreuves individuelles maximums par nageur et par réunion.

Afin de permettre la confrontation, il est fortement conseillé d'orienter les nageurs sur les épreuves suivantes :

-Pour les B12 et A13 800 nl, 100 dos, 100 brasse et 2*50m

-Pour les B13 800 nl 200 dos, 200 brasse et 2*50m

Récompenses :

Médaille au 5 premiers par catégories au cumul des cinq meilleures épreuves.

17 mars 2024	
Ouverture des portes : 9h00	Ouverture des portes : 13h30
Début de la compétition : 10h00	Début de la compétition : 14h30
800 nage libre B13	800 nage libre B12
100 dos B12	200 Brasse B13
200 dos B13	100 Brasse B12
50 papillon B12 et B13	50 dos B12 et B13

6 avril 2024**District avenir****Guingamp et Loudéac****Catégories :**

B12 (nés en 2012 et avant)

A11 (nés en 2013)

A10 (nés en 2014)

A9 et - (nés en 2015 et après)

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Règlement :**Récompenses :**

Médailles aux 5 premiers par catégorie d'âge (Filles et Garçons) à l'addition des points des 2 meilleu

Date	07/04/2024	06/04/2024
Lieu	Guingamp	Loudéac
OP	13h	18h
DE	13h30	18h45
Programme	Atelier plongeurs-coulées	
	800 NL	
	400 NL	
	25 Papillon	
	25 Dos	
	25 Brasse	
	25 NL	
	200 nage libre	
	50 papillon	
	50 dos	
	50 brasse	
	50 nage libre	
	100 papillon	
	100 dos	
	100 brasse	
	100 nage libre	
	100 4n	
relais 6' à 10'		
Initiation eau libre		

14 avril 2024**DAE3/Yaouank 3****Lamballe****Catégories :**

Pour Yaouank 1

B12 (nés en 2012)

B13 (nés en 2011)

A11 (nés en 2013) Après demande à l'ETD possibilité d'intégrer des nageurs de 2013

Pour DAE 3

J14 et J15 (nés en 2010 et 2009)

J16 et + (nés en 2008 et avant)

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Règlement :

Pour les nageurs du parcours DAE 2 épreuves individuelles maximums par nageur par réunion.

Pour les nageurs du parcours Yaouank 2 épreuves individuelles maximums par nageur par réunion. Afin de permettre la confrontation, il est fortement conseillé d'orienter les nageurs sur les épreuves suivantes :

-Pour les B12 et A13 100 papillon et 100 nage libre et 2*50m

-Pour les B13 200 papillon et 200 nage libre et 2*50m

Récompenses :

Médaille au 5 premiers par catégories au cumul des quatre meilleures épreuves.

Mise en place d'une coupe challenge sur les relais (la coupe est remise en jeux à chaque compétition où le relais est présent)

14 avril 2024	
Ouverture des portes : 9h00	Ouverture des portes : 13h30
Début de la compétition : 10h00	Début de la compétition : 14h30
800 nage libre J14 et +	200 4 nages J14 et +
100 papillon B12	100 nage libre B12
100 papillon J14 et +	50 papillon J14 et +
200 papillon B13	200 nage libre B13
100 dos J14 et +	50 dos J14 et +
50 brasse J14 et +	100 brasse J14 et +
50 brasse B12 et B13	50 nage libre B12 et B13
50 nage libre J14 et +	100 nage libre J 14 et +
	Relais 6' à 10'

26 mai 2024	Interclubs Départementaux Benjamins	Lannion
--------------------	--	----------------

Catégories :

B12 et B13 (nés en 2012 et 2011)

Engagements :

fin des engagements le jeudi précédent la compétition

Programme :

Cf règlement fédérale

Récompenses :

Coupe aux 3 premières équipes dames et messieurs.

dimanche 26 mai 2024
Ouverture des portes : 13h00
Début des épreuves : 13h45
4x200 nage libre dames
4x200 nage libre messieurs
100 papillon dames
100 papillon messieurs
100 dos dames
100 dos messieurs
100 brasse dames
100 brasse messieurs
100 nage libre dames
100 nage libre messieurs
4 x 100 4 nages individuel dames
4 x 100 4 nages individuel messieurs

23 juin 2024	Championnats Départementaux Été Avenirs	Paimpol
---------------------	--	----------------

Catégories :

A10-A11 (nés en 2013 et 2014)

A9 et - (nés en 2015 et +)

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Règlement :

2 épreuves maximums par nageur par réunion

Maximum 3 séries de 400 nage libre et 5 séries de 200 nage libre

1 équipe par relais et par club

Les séries du relais 6-10' est à l'initiative des entraîneurs (ajustement possible en fonction de la durée et des conditions de la compétition). Mixité possible au niveau des relais.

Récompenses :

Médailles par épreuves aux 3 premiers par catégories(cf catégorie ci-dessus)

Récompense aux 3 premiers relais (dames, messieurs, mixtes)

1 diplôme de participation à chaque nageurs et nageuses nés en 2015.

Championnats Départementaux Été Avenirs	
23 juin 2024	
Ouverture des portes : 8h30	Ouverture des portes : 13h30
Début de la compétition : 9h30	Début de la compétition : 14h30
400 nage libre	200 nage libre
50 nage libre	50 papillon
50 dos	50 brasse
100 papillon	100 nage libre
100 brasse	100 dos
100 4 nages	200 4 nages
4x50 4 Nages Dames et messieurs	6' à 10' nage libre

???	Championnats Départementaux Été Benjamins et +	???
-----	---	-----

Catégories :

B12 (nés en 2012)

B13 (nés en 2011)

J14 et J15 (nés en 2010 et 2009)

J16 et + (nés en 2008 et avant)

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Programme :

Une seule série de 800 nage libre et de 1500 nage libre

Les B12 ne pourront pas s'engager sur les 800 nage libre, 1500 nage libre, 200 papillon et 400 4 nages.

Les B13 ne pourront pas s'engager sur le 1500 nage libre

5 épreuves individuelles maximums par nageurs sur l'ensemble de la compétition

Les séries se nageront toutes catégories

Une finale par catégorie sur les 50 et 100 (B12, B13, J14 et J15, J16 et +)

Classement au temps sur 200 et +

1 équipe benjamins et 1 équipe juniors et + par relais et par club

Récompenses :

Médailles par épreuves aux 3 premiers par catégories (voir ci-dessus) 50 et 100 à l'issue des finales, 200 et + à l'issue des séries.

Récompense aux 3 premiers relais Benjamins et aux 3 premiers relais Juniors et +

1 lot à la meilleure performance par catégorie du week-end.

Championnats Départementaux Été Benjamins et +			
15 juin 2024		16 juin 2024	
Ouverture des portes : 8h30	Ouverture des portes : 14h00	Ouverture des portes : 8h30	Ouverture des portes : 14h00
Début de la compétition : 9h30	Début de la compétition : 15h00	Début de la compétition : 9h30	Début de la compétition : 15h00
200 4 nages	1500 nage libre	400 4 nages	800 nage libre
50 nage libre	50 dos	50 papillon	50 brasse
200 dos	200 nage libre	100 dos	200 Papillon
100 papillon	100 brasse	200 brasse	100 nage libre
400 nage libre	Finale 50 dos	100 4 nages	Finales 50 brasse
Finales 50 nage libre	Finales 100 brasse	Finales 50 Papillon	Finales 100 nage libre
Finales 100 papillon	4 x 100 4 nages mixte	Finales 100 Dos	4 x 100 Nage Libre Mixte
		Finales 100 4 nages	

13/04/24**Plot 3 Maître****Loudéac****Catégorie :**

Master

Engagements :

fin des engagements le mercredi précédent la compétition

Programme :

Un classement individuel dans chaque épreuve du programme par catégorie.

Les relais seront nagés toutes catégories confondues avec un classement : Dames, Messieurs et mixtes

Récompenses :

Médaille au 1er par catégorie au cumul des deux meilleurs épreuves.

Une coupe aux premiers relais hommes, femmes et mixtes.

samedi 13 avril 2024
Ouverture des portes : 18h00
Début des épreuves : 18h45
4 X 50 Nage libre
50 Papillon
100 Dos
50 Brasse
100 Nage libre
100 4 Nages
100 Papillon
50 Dos
100 Brasse
50 Nage libre
200 Nage libre
400 Nage libre
4x50 4 Nages