



# **REGLEMENT SPORTIF 2022**



## Généralités

### Les catégories pour la saison 2022

<b>FILLES</b>	Année de naissance	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003
	"Classification"	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et +	
<b>Catégorie</b>		<b>JEUNES</b>			<b>JUNIORS</b>				<b>SENIORS</b>	
<b>GARÇONS</b>	"Classification"	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans et +	
	Année de naissance	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002

Dans le cadre de la réforme de la licence, tout engagement pour une compétition via extraNat nécessitera la souscription d'une licence « compétiteur ».

Attention, contrairement à la saison passée, seule la licence « compétiteur » sera prise en compte pour participer aux interclubs.

### École de la natation française

Il y a une volonté fédérale de faire évoluer l'ENF, sans toutefois la dénaturer et en tenant compte des avancées actuelles en terme de réglementation.

### AMÉNAGEMENTS :

Ainsi, pour cette nouvelle saison sportive 2022, les nageuses et nageurs des catégories "Jeunes" et après ne sont pas soumis au caractère obligatoire de l'ENF. La catégorie "Avenirs" prend part au parcours de l'ENF.

### Le Challenge Avenirs

Le "Challenge Avenirs" définit dans l'Annuel Règlement Natation Course 2020/2021 servira désormais de support à l'obtention des Pass'compétition Natation Course et Eau Libre. Les nageurs(euses) qui valideront le "Challenge Avenirs" dans les conditions définies dans les textes disposeront ainsi, à partir de la saison 2020/2021, des Pass'compétition NC et EL et pourront s'engager dans les compétitions de leur choix de ces deux disciplines à partir des périodes définies.

La participation au "Challenge Avenirs" n'est pas soumise à l'obtention préalable du Sauv'nage, ni du Pass'sports de l'eau. En revanche, pour la délivrance du Pass'compétition NC et EL, à l'issue du "Challenge Avenirs", le nageur devra être titulaire du Sauv'nage et du Pass'sports de l'eau.

### Conditions de validation du Pass'Compétition

La délivrance du Pass'compétition dans le cadre du "Challenge Avenir" est soumise à la réalisation de 5 des 9 épreuves composant le circuit, dont à minima et au choix : deux 25 m, deux 50 m et un 100 m et dans le cadre de réunions comptant le même nombre et la même répartition d'épreuves, mais sachant qu'un nageur ne peut s'engager au maximum que sur 3 épreuves de son choix par réunion.

La validité des épreuves réalisées dans le cadre du "Challenge Avenirs" n'est pas limitée dans le temps.

Il est à noter que dans le cadre du "Challenge Avenirs", les officiels A de Natation Course officient sans avoir nécessairement suivi préalablement la formation d'évaluateur ENF3 Natation Course.

**NOUVELLE TABLE DE CONVERSION FFN  
BASSIN DE 25m => BASSIN DE 50m**

Veillez trouver ci-après le tableau des majorations, par épreuve, des performances réalisées en bassin de 25m pour obtenir son « équivalent » en bassin de 50m.

ÉPREUVES	MAJORATION	
	Dames	Messieurs
50 nage libre	0"70	0"70
100 nage libre	1"20	1"50
200 nage libre	2"90	3"60
400 nage libre	6"20	7"70
800 nage libre	12"90	15"90
1500 nage libre	24"50	30"10
50 Dos	1"30	1"50
100 Dos	2"30	3"00
200 Dos	5"40	6"90
50 Brasse	0"70	1"10
100 Brasse	1"90	2"50
200 Brasse	4"50	5"90
50 Papillon	0"60	0"70
100 Papillon	1"40	1"40
200 Papillon	3"30	3"30
200 4 Nages	3"40	4"10
400 4 Nages	7"50	9"00

## Programme AVENIRS et JEUNES

### Les tenues en compétition :

Après accord de la majorité des équipes techniques départementales, il est décidé **de proposer** l'interdiction des combinaisons lors des épreuves régionales et départementales pour ces catégories.

### Illustrations :



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'inéquité 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.

# Le programme des Avenirs

## Filles 10 ans et - / Garçons 11 ans et -

Chaque département définit son parcours de formation, en adéquation avec les populations de nageurs concernés et afin de faciliter la participation du plus grand nombre dans les meilleures conditions.

### Compétition du programme fédéral

- **Interclubs Avenirs**

#### **Compétition d'animation par équipes de 4 nageurs**

A organiser dans chaque département avant le 18 décembre 2022.

Cette compétition est strictement limitée à la participation des nageurs licenciés à la FFN et titulaire de l'ENF 3.

Contenu du programme épreuves individuelles (5 en filles et 5 en garçons)

50 papillon, 50 dos, 50 brasse, 50 nage libre (1 nageur par épreuve) et 100 4 nages => tous les nageurs de chaque équipe nagent cette épreuve.

*Classements au temps.*

Épreuves de relais (2 en filles et 2 en garçons) 4 x 50 4 nages, 4 x 50 nage libre. Chaque nageur dispute les deux relais.

*Classements au temps.*

*NB : S'agissant d'une compétition par équipes, la règle des deux départs s'applique, conformément aux dispositions particulières de la FFN pour l'application des règlements techniques de la FINA.*

#### Mode de participation

Tous les nageurs âgés de 10 ans et moins doivent être titulaires de l'ENF3 pass'compétition Natation Course. Tout nageur doit impérativement participer à deux épreuves individuelles (un 25 et le 100 4 nages) ainsi qu'aux deux relais. Un club peut engager une nouvelle équipe à la seule condition que les précédentes soient complètes.

Chaque équipe sera composée de quatre nageurs. Toutefois, et hors classement, des équipes mixtes ou composées par plusieurs clubs pourront être engagées. Toutes les performances seront prises en compte sur le serveur fédéral, quelle que soit la configuration des équipes classées ou non.

À l'issue de la première épreuve, aucun changement/remplacement de nageur ne pourra être effectué.

Une épreuve réservée au remplaçant de chaque équipe pourra être organisée (une seule course par nageur correspondant aux épreuves de la compétition). Important : les remplaçants devront faire l'objet d'une compétition à part.

#### Classements spécifiques à la compétition

Pour être classé, chaque club doit participer à toutes les épreuves (individuelles et relais) et, dans ce cas, il peut présenter des équipes 2, 3, 4, etc. Seules les équipes complètes sont comptabilisées pour un classement général. Le classement est établi au cumul des points obtenus à la table de cotation par chaque nageur, les points du relais ne sont pas doublés.

Le classement national des Interclubs Avenirs sera publié fin décembre, dans son intégralité. Toute compétition remontée sur le serveur fédéral après le 19 décembre ne sera pas prise en considération, sans aucun recours possible.

Cette compétition entre dans le cadre des compétitions par équipes octroyant des points au classement national des clubs.

- **Le Challenge Avenirs**

Les nageuses et nageurs de la catégorie Avenirs, non détenteurs ou pas encore titulaires du pass'compétition pourront découvrir et s'initier à la compétition dans le cadre d'un circuit Avenirs pour acquérir progressivement les compétences minimales requises par ce troisième et dernier niveau de l'École de Natation Française.

En possession du pass'compétition, et d'une licence « Compétiteur » ils pourront alors participer sans restriction à toutes les compétitions départementales, régionales ou nationales ouvertes à la catégorie d'âge Avenirs et comptant pour le classement national des clubs.

Ce challenge permet aux nageuses et nageurs de la catégorie Avenirs de s'engager en compétition sans Pass'compétition, ni Pass'sports de l'Eau, ni Sauv'nage. Ce challenge n'est évidemment pas interdit aux nageuses et nageurs titulaires du Pass'compétition !

Chaque nageur devra prendre une licence Natation Pour Tous ou Compétiteur pour s'inscrire à ce challenge.

Programme 9 épreuves individuelles :

- Quatre 25 mètres : papillon, dos, brasse et nage libre
- Trois 50 mètres 2 nages : 25 pap-25 dos ; 25 dos-25 brasse ; 25 brasse-25 nage libre
- Deux 100 mètres : 100 nage libre - 100 4 nages

### Organisation

La Ligue confie aux comités départementaux l'organisation du Challenge Avenirs, dans les meilleures conditions - Challenge Avenirs départemental (type 297)

Seul ce type de compétition sera pris en compte pour gérer le challenge Avenirs. Tout autre résultat issu d'autres formats sera rejeté par le système.

Les Comités Départementaux ne sont pas limités en nombre de compétitions à organiser lors de la période définie. Il est défini pour garantir une durée très raisonnable.

Chaque compétition devra comprendre, au maximum :

- deux 25 mètres au choix,
- deux 50 mètres au choix,
- un 100 mètres au choix.

Il ne pourra pas être constitué autrement. Trois épreuves maxi, par nageuse(eur), par réunion.

L'ordre des courses n'importe pas, il est constitué librement par les Comités Départementaux, donnant ainsi la possibilité de cibler le travail autour de certains objectifs.

Les Pass'compétition seront délivrés à l'issue de la réussite de la 5ème des 9 épreuves du "Challenge Avenirs" à valider (à minima : 2x25m, 2x50m et 1x100m dans les 9 épreuves proposées), à la condition expresse que le Sauv'nage et le Pass'sports de l'Eau aient préalablement été validés.

- **Les Trophées Avenirs (Du 1<sup>er</sup> janvier au 18 décembre 2022)**

Un trophée « 4 nageurs » (réaliser un 25m de chaque nage) et un trophée du nageur complet (25m de spécialité, 100m 4N et 200mNL).

Voir le détail dans le règlement national

# Le programme des Jeunes

La ligue régionale a la responsabilité de construire un parcours en lien avec les besoins de qualification au niveau national et en cohérence avec son territoire.

## Programme National

### • **Interclubs Jeunes**

A organiser dans chaque département avant le 18 décembre 2022

Contenu du programme épreuves individuelles (4 en filles et 4 en garçons)

100 nage libre, 100 dos, 100 brasse, 100 papillon. Chaque nageur dispute deux épreuves individuelles, les quatre épreuves de 100 mètres sont donc nagées deux fois par chaque équipe. Classements au temps.

Épreuves de relais (2 en filles et 2 en garçons)

4 x 200 nage libre, 4 x (100 4 nages individuel). Chaque nageur dispute les deux relais. Classements au temps.

Le classement national des Interclubs Jeunes sera publié courant décembre dans son intégralité. Toute compétition remontée sur le serveur fédéral après le 19 décembre ne sera pas prise en considération, sans aucun recours possible.

- **Championnat de France Jeunes du mardi 12 au samedi 16 juillet 2022 à Pau**
- **Finale de la Coupe de France des Départements le dimanche 17 juillet 2022 à Pau**
- **Trophée du 4 Nageurs et Trophée du Nageur complet (du 1<sup>er</sup> janvier au 26 juin 2022)**

## Programme Interrégional

- **Coupe de l'Ouest des Départements : samedi 4 et dimanche 5 juin 2022 à Chinon**
- **Championnat interrégional Jeunes : samedi 9 et dimanche 10 juillet 2022 à La Roche sur Yon**

## Programme régional Jeunes

Quatre plots de 2 réunions (sur 1 ou 2 journées) et une finale régionale ou départementale.

- **Plot Yaouank 1 départemental : période du 1er janvier au 20 février 2022**

Engagements : (4 courses maximum) dans le respect d'une durée de compétition adaptée à l'âge des nageurs et aux familles. Il est possible de mettre en place des grilles de temps dans le cas où l'intelligence collective fasse défaut.

Jeunes 1-2 : 200m NL + 50m Papillon + 50m Dos + 50m Brasse + 50m NL.

Jeunes 3 : 400m NL + 100m Papillon + 100m Dos + 100m Brasse + 100m NL.

- **Plot Yaouank 2 départemental : période du 21 février au 24 avril 2022**

Engagements : (4 courses maximums) dans le respect d'une durée de compétition adaptée à l'âge des nageurs et aux familles. Il est possible de mettre en place des grilles de temps dans le cas où l'intelligence collective fasse défaut.

Jeunes 1-2 : 200m 4N + 2 courses au choix (50m / 100m)

Jeunes 3 : 400m 4N + 2 courses au choix (50m / 100m)

- **Plot Yaouank 3 départemental : période du 25 avril au 3 juillet 2022**
- **Plot Yaouank 3 régional : dimanche 19 juin 2022**

L'accès au plot régional sera précisé dans la page dédiée.

Engagements : (4 courses maximums)

Programme : 800m NL/1500m NL -100m / 200m

- **Finale régionale et Finale départementale** : samedi 26 et dimanche 27 novembre 2022

L'accès à la finale régionale sera précisé dans la page dédiée.

Pour la catégorie Jeune, le programme Yaouank permet de répondre à l'objectif d'accession. En complément, les qualifiés au niveau national et interrégional pourront prendre part au championnat régional d'été .

## Les dates à retenir pour la saison 2022: catégories jeunes et plus

### Les dates limites de qualification

La FFN a décidé de revoir son organisation nationale en centrant son action sur les événements nationaux. Chaque compétition nationale dispose d'une date limite de qualification.

CHAMPIONNATS DE FRANCE NATIONALE 2	6 mars 2022
CHAMPIONNATS DE FRANCE ÉLITE	20 mars 2022
CHAMPIONNATS DE FRANCE JUNIORS	15 mai 2022
CHAMPIONNATS DE FRANCE JEUNES	3 juillet 2022
CHAMPIONNATS DE FRANCE OPEN D'ÉTÉ	10 juillet 2022

Du mercredi 16 au dimanche 20 mars 2022	Championnats de France Nationale 2 – à définir
Du mardi 5 au dimanche 10 avril 2022	Championnats de France ELITE - Limoges
Du mardi 24 au dimanche 29 mai 2022	Championnats de France Juniors – Chalon sur Saône
Du mardi 12 au dimanche 17 juillet 2022	Championnats de France Jeunes – Pau (dimanche Finale CFD)
Du samedi 23 au jeudi 28 juillet 2022	Championnats de France Open Été - à définir

Les ligues ont la charge de construire les parcours d'accèsion vers ce niveau en cohérence avec leurs territoires et leur population.

**Au sein de la ligue régionale de Bretagne de Natation, l'équipe technique régionale s'est accordée sur le choix de dates permettant d'accéder aux championnats nationaux pour les catégories Juniors et Seniors.**

Les dates retenues :

Samedi 22 et dimanche 23 janvier 2022 : Meeting ½ fond et Record de l'heure - Brest

Samedi 26 et dimanche 27 février 2022 : Meeting National de Rennes

Samedi 5 et dimanche 6 mars 2022 : Meeting Régional Aquabaie Saint-Brieuc

Du vendredi 6 au dimanche 8 mai 2022 : Meeting National Brest

Du vendredi 27 au dimanche 29 mai 2022 : Championnats IRNO en bassin de 50m (à définir)

Du vendredi 1<sup>er</sup> au dimanche 3 juillet 2022 : Championnats régionaux en bassin de 50m (à définir)



# COMPÉTITIONS 2022

## Meeting 1/2 fond et Record de l'heure

Date : Samedi 22 et Dimanche 23 janvier 2022 à Brest

Bassin : 50 m x 6 lignes

### • Record de l'heure

Les pré - engagements pour le record de l'heure devront se faire via le bordereau en annexe avant le 18 Janvier . (bordereau envoyé également par mail aux clubs)

120 nageurs maximum licenciés dans un club de la ligue de Bretagne seront retenus ( 65 messieurs et 55 dames ; proportion enregistrée lors des éditions précédentes) .

Si le nombre de pré-engagé(e)s est supérieur à 65 messieurs et 55 dames , seront retenus les concurrents dans l'ordre prioritaire du classement de la coupe de Bretagne « eau libre 2021 TC » dans les catégories : jeunes, juniors et seniors.

Si le nombre de pré-engagé(e)s est inférieur à 65 messieurs et 55 dames dans les catégories précitées, les nageurs et nageuses maîtres pourront être engagés afin d'atteindre les plafonds déterminés toujours dans l'ordre prioritaire du classement de la coupe de Bretagne eau libre « 2021 »

La composition des séries paraîtra sur le site de la ligue le mercredi 19 janvier. Les séries comporteront plusieurs nageurs par couloir. Un briefing des nageurs sera tenu avant le départ de chaque série.

Samedi 22 janvier – Record de l'heure	
Ouverture des portes	13h
Début des épreuves	14h
5 séries mixtes	1ère série : 14h00
	2ème série : 15h05
	3ème série : 16h10
	17h15 : échauffement
	4ème série : 18h15
	5ème série : 19h20

### • Récompenses

Une médaille sera remise à chaque nageur et à chaque nageuse ayant nagé la plus longue distance pendant 1 heure dans les tranches d'âges suivantes : 12 ans, 13 ans, 14 ans, 15 ans, 16 ans, 17 ans, 18 ans et plus et éventuellement Maîtres (un tableau des records sera tenu à jour) .

### • Officiels

Chaque club devra fournir : 1 officiel pour moins de 3 nageurs, 2 officiels entre 3 et 6 nageurs, 3 officiels pour plus de 6 nageurs. En cas de manquement, les nageurs ne seront pas engagés.

Les officiels devront être présents jusqu'à la fin de la compétition. Le nom des officiels devra figurer sur la fiche d'engagement.

**Chaque officiel devra posséder un chronomètre pouvant afficher jusqu'à 60 temps intermédiaires.**

### • Journée demi-fond

Dimanche 23 janvier - journée demi-fond		
Ouverture des portes	8h	14h
Début des épreuves	9h	15h
	9h : 800m NL dames (4 séries)	15h : 800m NL messieurs (4 séries)
	10h : 1500m NL messieurs (4 séries)	15h45 : 1500m NL dames (4 séries)
	11h20 : 400m 4N dames (4 séries)	17h15 : 400m 4N messieurs (4 séries)

**Engagements extranat du 3 au 18 janvier 2022**

• Récompenses

Les trois premières filles et les trois premiers garçons toutes catégories de chaque course  
 Les trois premiers garçons 16 ans et moins, filles 15 ans et moins de chaque course

**Chaque club est tenu de fournir 1 officiel pour 3 à 9 nageurs, 2 officiels pour 10 à 19 nageurs, 3 officiels à partir de 20 nageurs.**

Bordereau PRE-ENGAGEMENTS Championnat Bretagne Indoor					
RECORD DE L'HEURE		PRE -ENGAGEMENTS JUSQU'AU 18 janvier 2022 23h59			
22 JANVIER 2022 à RECOUVRANCE ( BREST)					
CLUB :					
<b>NAGEURS : JEUNES JUNIORS, SENIORS</b>					
NOM ET PRENOM	N°IUF	ANNEE	SEXE	distance estimée	TARIF
<b>NAGEURS MAITRES</b>					
NOM ET PRENOM	N°IUF	ANNEE	SEXE		TARIF
				TOTAL	
					<b>TARIFS</b>
CLUB BRETON					
AVEC 100 % LICENCIES					4,50 €
NOM ET PRENOM	N°IUF		tarif	maitres	7,00 €
CLUB BRETON AUTRE					7 €
					tarif maitres 12,00 €

à transmettre à  
 abgrall.jy@wanadoo.fr  
 06.11.48.90.07  
 et à la  
 LIGUE DE BRETAGNE DE NATATION  
 9 rue Léo Lagrange  
 35131 CHARTRES DE BRETAGNE  
 com.bretagne.natation@wanadoo.fr  
 02.99.67.03.58

distance estimée	la distance estimée sera contrôlée . Sa vraisemblabilité en comparaison avec les rankings 800/1500 sera effectuée
------------------	--

## Journée Régionale YAOUANK - Plot 3

Date : **Dimanche 19 juin 2022** à Pontivy

Bassin : : **50 m x 6 lignes**

### Engagements extranat du 1er au 13 juin 2022

Date	Dimanche 19 juin 2022	
Ouverture des portes	8h30	14h15
Début des épreuves	10h00	15h00
<b>EPREUVES</b>	<b>800 nage libre dames et messieurs</b>	<b>1500 nage libre dames et messieurs</b>
	<b>200 m brasse Dames et messieurs</b>	<b>100 m brasse Dames et messieurs</b>
	<b>100m dos Dames et Messieurs</b>	<b>200 m dos dames et messieurs</b>
	<b>200 m papillon Dames et Messieurs</b>	<b>100 m papillon dames et messieurs</b>
	<b>100m NL Dames et Messieurs</b>	<b>200 m nage libre dames et messieurs</b>
	<b>400m NL Dames et Messieurs</b>	

#### COMPETITION RESERVÉE :

- aux nageurs 12 à 14 ans.
- aux nageuses 11 à 13 ans.

- **Modalités de participation :**

A l'addition des points réalisés dans les courses suivantes lors des deux premiers plots

- Jeunes 1-2 : 200 NL + 200 4N + un 50m
- Jeunes 3 : 400 NL + 400 4N + 2 meilleures courses.

#### Quotas

- Jeunes 1-2 : Sélection de 20 filles et 20 garçons proposée à l'addition des points.
- Jeunes 3 : Sélection de 40 filles et 40 garçons.

Communication de la liste des qualifiés 2 semaines avant.

Chaque nageur peut s'engager dans 4 courses maximum.

- **Classements :**

Les épreuves seront nagées toutes catégories confondues, classement au temps.

Les 800m et les 1500m seront doublés en dehors de la série la plus rapide.

- **Récompenses :**

Les 3 premières Filles et les 3 premiers Garçons toutes catégories de chaque course

Les 3 premières Filles et les 3 premiers Garçons Jeunes 2 de chaque course

Les 3 premières Filles et les 3 premiers Garçons Jeunes 1 de chaque course

**Chaque club est tenu de fournir 1 officiel pour 3 à 9 nageurs, 2 officiels pour 10 à 19 nageurs, 3 officiels à partir de 20 nageurs.**

## CHAMPIONNATS REGIONAUX ÉTÉ

### Bassin 50 m

Date: **Du vendredi 1er au dimanche 3 juillet 2022** à

Bassin :

#### Engagements extranat du 13 au 27 juin 2022

- **Modalités de participation :**

Cette compétition est ouverte aux nageurs 12 ans et plus et nageuses 11 ans et plus. Pour les nageurs de la catégories Jeunes, seuls les sportifs qualifiés au championnat de France Jeunes et à la finale interrégionale pourront participer à cette compétition.

Pour les catégories Juniors et plus :

\*Les nageurs du collectif « Yaouank Olympek 2024 » : ils ne sont pas limités en nombre d'engagements.

\*Les nageurs qualifiés ayant réalisé les temps de la grille de qualification régionale en tous bassins (ci-après) durant la saison en cours, N-1 et N-2 pourront participer aux épreuves dans lesquelles les temps ont été réalisés. Ils pourront également s'engager sur deux épreuves complémentaires en dehors des 800m et 1500m.

La Ligue se réserve le droit de limiter le nombre de séries.

- **Classements :**

Les épreuves seront nagées toutes catégories confondues, avec finales A et B toutes catégories et finale C pour les nageurs 16 ans et moins et nageuses 15 ans et moins non qualifiés en finales A et B, sur les 50, 100, 200 et 400.

Les 800 et 1500 Nage Libre seront nagés classement au temps, séries lentes le matin, série rapide l'après-midi.

- **Récompenses :**

Les trois premiers de chaque finale A

Les trois premiers garçons 16 ans et moins, filles 15 ans et moins seront récompensés (les finales A puis B priment sur les finales C).

**Chaque club est tenu de fournir 1 officiel pour 3 à 9 nageurs, 2 officiels pour 10 à 19 nageurs, 3 officiels à partir de 20 nageurs.**

## Vendredi 1<sup>er</sup> juillet

**Ouverture des portes : 7h00**

**Début des épreuves : 9h00**

100 m papillon dames (séries)  
200 m papillon messieurs (séries)  
400 m nage libre dames (séries)  
200 m 4 nages messieurs (séries)  
50 m dos dames (séries)  
100 m dos messieurs (séries)  
200 m brasse dames (séries)  
100 m brasse messieurs (séries)  
50 nage libre dames (séries)  
100 m nage libre messieurs (séries)  
1 500 m nage libre messieurs (séries lentes)

**Ouverture des portes : 15h30**

**Début des épreuves : 17h30**

1500 m nage libre messieurs (série rapide)  
100 m papillon dames (finales C,B,A)  
200 m papillon messieurs (finales C,B,A)  
400 m nage libre dames (finales C,B,A)  
200 m 4 nages messieurs (finales C,B,A)  
50 m dos dames (finales C,B,A)  
100 m dos messieurs (finales C,B,A)  
200 m brasse dames (finales C,B,A)  
100 m brasse messieurs (finales C,B,A)  
50 nage libre dames (finales C,B,A)  
100 m nage libre messieurs (finales C,B,A)

---

---

## Samedi 2 juillet

**Ouverture des portes : 7h00**

**Début des épreuves : 9h00**

200 m dos dames (séries)  
200 m dos messieurs (séries)  
50 m papillon dames (séries)  
50 m papillon messieurs (séries)  
400 m 4 nages dames (séries)  
400 m 4 nages messieurs (séries)  
200 m nage libre dames (séries)  
200 m nage libre messieurs (séries)  
50 m brasse dames (séries)  
50 m brasse messieurs (séries)  
1500 m nage libre dames (séries lentes)  
800 m nage libre messieurs (séries lentes)

**Ouverture des portes : 15h30**

**Début des épreuves : 17h30**

1 500 m nage libre dames (série rapide)  
800 m nage libre messieurs (série rapide)  
200 m dos dames (finales C,B,A)  
200 m dos messieurs (finales C,B,A)  
50 m papillon dames (finales C,B,A)  
50 m papillon messieurs (finales C,B,A)  
400 m 4 nages dames (finales C,B,A)  
400 m 4 nages messieurs (finales C,B,A)  
200 m nage libre dames (finales C,B,A)  
200 m nage libre messieurs (finales C,B,A)  
50 m brasse dames (finales C,B,A)  
50 m brasse messieurs (finales C,B,A)

---

---

### Dimanche 3 juillet

**Ouverture des portes : 7h00**

**Début des épreuves : 9h00**

100 m papillon messieurs (séries)  
200 m papillon dames (séries)  
400 m nage libre messieurs (séries)  
200 m 4 nages dames (séries)  
50 m dos messieurs (séries)  
100 m dos dames (séries)  
200 m brasse messieurs (séries)  
100 m brasse dames (séries)  
50 nage libre messieurs (séries)  
100 m nage libre dames (séries)  
800 m nage libre dames (séries lentes)

**Ouverture des portes : 15h30**

**Début des épreuves : 17h30**

800 m nage libre dames (série rapide)  
100 m papillon messieurs (finales C,B,A)  
200 m papillon dames (finales C,B,A)  
400 m nage libre mess (finales C,B,A)  
200 m 4 nages dames (finales C,B,A)  
50 m dos messieurs (finales C,B,A)  
100 m dos dames (finales C,B,A)  
200 m brasse messieurs (finales C,B,A)  
100 m brasse dames (finales C,B,A)  
50 nage libre messieurs (finales C,B,A)  
100 m nage libre dames (finales C,B,A)

**GRILLE QUALIFICATION**  
**CHAMPIONNATS REGIONAUX ETE (50m)**

Performances réalisées sur la base des performances tout bassin saison N, N-1 et N-2

**Temps à réaliser en bassin de 50m**

DAMES				Epreuves	MESSIEURS			
Tps limites					Tps limites			
14 ans	15 ans	16 ans	17 ans et plus		18 ans et plus	17 ans	16 ans	15 ans
00:31,00	00:30,70	00:30,40	00:30,10	50 NL	00:26,40	00:27,00	00:28,00	00:29,00
01:08,50	01:07,40	01:06,80	01:05,50	100 NL	00:56,50	00:59,00	01:01,00	01:03,00
02:31,00	02:28,00	02:27,00	02:25,00	200 NL	02:08,00	02:12,00	02:16,00	02:18,00
05:20,00	05:15,00	05:10,00	05:05,00	400 NL	04:31,00	04:50,00	05:00,00	05:07,00
11:00,00	10:50,00	10:40,00	10:30,00	800 NL	09:15,00	09:45,00	10:00,00	10:10,00
20:15,00	20:00,00	19:45,00	19:30,00	1500 NL	17:45,00	18:15,00	18:40,00	19:00,00
00:37,50	00:37,00	00:36,30	00:35,80	50 Dos	00:32,50	00:33,20	00:34,00	00:35,00
01:21,00	01:19,80	01:18,60	01:17,70	100 Dos	01:10,30	01:12,40	01:14,00	01:16,00
02:53,00	02:50,00	02:48,00	02:45,00	200 Dos	02:31,00	02:36,00	02:40,00	02:45,00
00:42,50	00:42,00	00:41,30	00:41,00	50 Bra	00:35,00	00:36,40	00:38,00	00:40,00
01:33,00	01:31,00	01:30,00	01:29,00	100 Bra	01:19,30	01:23,00	01:25,00	01:28,00
03:20,00	03:15,00	03:10,00	03:07,00	200 Bra	02:50,00	02:55,00	03:00,00	03:10,00
00:34,50	00:34,00	00:33,50	00:33,00	50 Pap	00:28,50	00:29,40	00:30,50	00:32,00
01:25,00	01:22,00	01:20,00	01:18,00	100 Pap	01:07,00	01:10,00	01:12,50	01:15,00
03:00,00	02:55,00	02:50,00	02:45,00	200 Pap	02:30,00	02:37,00	02:45,00	02:55,00
02:52,50	02:49,00	02:47,00	02:44,00	200 4n	02:28,00	02:33,00	02:39,00	02:44,00
06:05,00	05:55,00	05:45,00	05:35,00	400 4n	05:25,00	05:35,00	05:40,00	05:55,00

**Temps à réaliser en bassin de 25m**

DAMES				Epreuves	MESSIEURS			
Tps limites					Tps limites			
14 ans	15 ans	16 ans	17 ans et plus		18 ans et plus	17 ans	16 ans	15 ans
00:30,30	00:30,00	00:29,70	00:29,40	50 NL	00:25,70	00:26,30	00:27,30	00:28,30
01:07,30	01:06,20	01:05,60	01:04,30	100 NL	00:55,00	00:57,50	00:59,50	01:01,50
02:28,10	02:25,10	02:24,10	02:22,10	200 NL	02:04,40	02:08,40	02:12,40	02:14,40
05:13,80	05:08,80	05:03,80	04:58,80	400 NL	04:23,30	04:42,30	04:52,30	04:59,30
10:47,10	10:37,10	10:27,10	10:17,10	800 NL	08:59,10	09:29,10	09:44,10	09:54,10
19:50,50	19:35,50	19:20,50	19:05,50	1500 NL	17:14,90	17:44,90	18:09,90	18:29,90
00:36,20	00:35,70	00:35,00	00:34,50	50 Dos	00:31,00	00:31,70	00:32,50	00:33,50
01:18,70	01:17,50	01:16,30	01:15,40	100 Dos	01:07,30	01:09,40	01:11,00	01:13,00
02:47,60	02:44,60	02:42,60	02:39,60	200 Dos	02:24,10	02:29,10	02:33,10	02:38,10
00:41,80	00:41,30	00:40,60	00:40,30	50 Bra	00:33,90	00:35,30	00:36,90	00:38,90
01:31,10	01:29,10	01:28,10	01:27,10	100 Bra	01:16,80	01:20,50	01:22,50	01:25,50
03:15,50	03:10,50	03:05,50	03:02,50	200 Bra	02:44,10	02:49,10	02:54,10	03:04,10
00:33,90	00:33,40	00:32,90	00:32,40	50 Pap	00:27,80	00:28,70	00:29,80	00:31,30
01:23,60	01:20,60	01:18,60	01:16,60	100 Pap	01:05,60	01:08,60	01:11,10	01:13,60
02:56,70	02:51,70	02:46,70	02:41,70	200 Pap	02:26,70	02:33,70	02:41,70	02:51,70
02:49,10	02:45,60	02:43,60	02:40,60	200 4n	02:23,90	02:28,90	02:34,90	02:39,90
05:57,50	05:47,50	05:37,50	05:27,50	400 4n	05:16,00	05:26,00	05:31,00	05:46,00

**CHAMPIONNATS REGIONAUX INTERCLUBS**  
**Toutes Catégories**

Date : **samedi 12 novembre à Rennes**

Bassin : 25m X 8 lignes

**Engagements exnat du 24 octobre au 7 novembre 2022**

Date	Samedi	Samedi
Ouverture des portes	8h30	15h
Début des épreuves	10h	16h
<b>EPREUVES</b>	<b>10 x 50 nage libre messieurs</b>	<b>10 x 50 nage libre dames</b>
	<b>100 m dos messieurs</b>	<b>100 m dos dames</b>
	<b>200 m dos messieurs</b>	<b>200 m dos dames</b>
	<b>100 m brasse messieurs</b>	<b>100 m brasse dames</b>
	<b>200 m brasse messieurs</b>	<b>200 m brasse dames</b>
	<b>100 m nage libre messieurs</b>	<b>100 m nage libre dames</b>
	<b>400 m nage libre messieurs</b>	<b>400 m nage libre dames</b>
	<b>100 m papillon messieurs</b>	<b>100 m papillon dames</b>
	<b>200 m papillon messieurs</b>	<b>200 m papillon dames</b>
	<b>100 m 4 nages messieurs</b>	<b>100 m 4 nages dames</b>
	<b>200 m 4 nages messieurs</b>	<b>200 m 4 nages dames</b>
	<b>PAUSE 15'</b>	<b>PAUSE 15'</b>
	<b>4 x 200 m nage libre messieurs</b>	<b>4 x 200 m nage libre dames</b>
	<b>PAUSE 15'</b>	<b>PAUSE 15'</b>
		<b>4 x 100 m 4 nages messieurs</b>

- Modalités de participation :**

Les **18 meilleures** équipes dames et messieurs, à l'issue des épreuves 2021, sont qualifiées, à raison de deux équipes maximum par club.

Après l'épreuve du 10 x 50 NL, aucun changement dans la composition de l'équipe n'est possible.

**Déclaration impérative des équipes forfaits au plus tard le 15 octobre 2022** (ATTENTION : une équipe forfait pourra participer aux épreuves départementales, mais ne pourra être classée).

Composition des relais : il ne sera pas possible de modifier la composition et l'ordre d'un relais d'une réunion après le début de son déroulement. Par exemple, après 9h30, il ne sera plus possible de modifier l'ordre et/ou la composition des relais 4\*200m NL dames et messieurs, 10\*50 NL dames et messieurs.

- Classements :**

Pour être classée, une équipe doit comporter 10 nageurs et participer à toutes les épreuves. Chaque nageur doit participer à une épreuve individuelle et au relais 10x50m. Le classement des équipes s'effectue par addition des points à la table de cotation fédérale, la cotation des relais ne sera pas doublée.

- Récompenses :**

Les 3 premières équipes dames et messieurs seront récompensées (coupes et médailles).

**Chaque club est tenu de fournir un officiel par équipe.**

## LISTE des EQUIPES QUALIFIEES

### Dames

- 1 CN BREST
- 2 C PAUL-BERT RENNES
- 3 CN BREST (2)
- 4 C PAUL-BERT RENNES (2)
- 5 VANNES AGGLO NATATION
- 6 CNP LOUDÉAC
- 7 C REDON NATATION
- 8 UNION QUIMPER NATATION
- 9 DOUARNENEZ NATATION
- 10 DINAN NATATION SAUVETAGE
- 11 LANNION NATATION
- 12 EN PONTIVY
- 13 UN PLOËRMEL
- 14 CN GUINGAMP
- 15 ST-MALO NATATION
- 16 CERCLE DES NAGEURS ST-BRIEUC
- 17 ECN CHARTRES-DE-BRETAGNE
- 18 OLYMPIQUE CLUB CESSON-SÉVIGNÉ

### Messieurs

- 1 C PAUL-BERT RENNES
- 2 CN BREST
- 3 C PAUL-BERT RENNES (2)
- 4 CNP LOUDÉAC
- 5 CN BREST (2)
- 6 UNION QUIMPER NATATION
- 7 LORIENT NATATION
- 8 AURAY NATATION
- 9 VANNES AGGLO NATATION
- 10 DOUARNENEZ NATATION
- 11 CN MORLAIX
- 12 CN FOUGÈRES
- 13 CERCLE DES NAGEURS ST-BRIEUC
- 14 CN GUINGAMP
- 15 UN PLOËRMEL
- 16 LANNION NATATION
- 17 C REDON NATATION
- 18 OLYMPIQUE CLUB CESSON-SÉVIGNÉ

### Déclaration impérative des équipes forfaits au plus tard le 15 octobre

(ATTENTION : une équipe forfait pourra participer aux épreuves départementales, mais ne pourra être classée).

## Finale Régionale Jeunes YAOUANK

Date : **Samedi 26 et Dimanche 27 Novembre 2022** à

Bassin :

### Engagements extranat du 7 au 21 novembre 2022

Date	Samedi		Dimanche	
Ouverture des portes	8h30	15h00	7h30	14h00
Début des épreuves	10h00	16h00	9h00	15h00
<b>ÉPREUVES</b>	<b>400 4N garçons</b>	<b>400 4N filles</b>	<b>400 NL filles</b>	<b>4* 100 4N filles</b>
	<b>100 Papillon filles</b>	<b>50 Papillon garçons</b>	<b>400 NL garçons</b>	<b>4* 100 4N garçons</b>
	<b>100 papillon garçons</b>	<b>50 Papillon filles</b>	<b>200 Papillon filles</b>	<b>200 4N filles</b>
	<b>50 Brasse filles</b>	<b>200 NL filles</b>	<b>200 Papillon garçons</b>	<b>200 4N garçons</b>
	<b>50 Brasse garçons</b>	<b>200 NL garçons</b>	<b>50 Dos filles</b>	<b>100 Dos filles</b>
	<b>200 Dos filles</b>	<b>100 Brasse filles</b>	<b>50 Dos garçons</b>	<b>100 Dos garçons</b>
	<b>200 Dos garçons</b>	<b>100 Brasse garçons</b>	<b>100 NL filles</b>	<b>200 Brasse filles</b>
	<b>800 NL filles</b>	<b>1500 NL garçons</b>	<b>100 NL garçons</b>	<b>200 Brasse garçons</b>
		<b>4* 100 NL garçons</b>		<b>50 NL filles</b>
		<b>4* 100 NL filles</b>		<b>50 NL garçons</b>

#### COMPETITION RESERVEE :

- aux nageurs 12 à 14 ans
- aux nageuses 11 à 13 ans.

- **Modalités de participation :**

Seules les performances réalisées lors des compétitions départementales du parcours Yaouank 1,2 et 3 seront prises en compte. L'accès se fait à partir du « Trophée du nageur complet », au cumul des points marqués sur les plots Yaouank :

- **Jeunes 1 et Jeunes 2 : 50 de spécialité (le meilleur pris en compte), 200 4 nages, 400 nage libre**
- **Jeunes 3 : 50 de spécialité (le meilleur pris en compte), 400 4 nages, 800 nage libre ou 1500 nage libre (le meilleur pris en compte)**

Seront retenus les :

- 120 meilleures filles (avec 60 filles 3<sup>ème</sup> année, 40 filles 2<sup>ème</sup> année et 20 filles 1<sup>ère</sup> année)
- 120 meilleurs garçons (avec 60 garçons 3<sup>ème</sup> année, 40 garçons 2<sup>ème</sup> année et 20 garçons 1<sup>ère</sup> année)

L'engagement des nageurs n'est pas limité. Toutefois, seules les 18 meilleures filles au 800m NL et les 18 meilleurs garçons au 1500m NL toutes catégories pourront participer à cette course.

**Les relais 4\*100m NL et 4\*100m 4N : Possibilité d'engager un relais à partir de 3 nageurs qualifiés individuellement.**

- **Classements :**

Classement au temps sur chaque course toutes catégories confondues.

- **Récompenses :**

Les 3 premiers toutes catégories de chaque course sont récompensés. Les 3 premiers jeunes 2 de chaque course sont récompensés. Les 3 premiers jeunes 1 de chaque course sont récompensés.

**Chaque club est tenu de fournir 1 officiel pour 3 à 9 nageurs, 2 officiels pour 10 à 19 nageurs, 3 officiels à partir de 20 nageurs.**

## CHAMPIONNATS REGIONAUX HIVER Bassin de 25m

Date : samedi 19 et dimanche 20 novembre 2022 (à confirmer)

Bassin :

### Engagements extranat au 2022

Date	Samedi		Dimanche	
Ouverture des portes	7h30	14h30	7h30	14h00
Début des épreuves	9h00	15h30	9h00	15h00
<b>EPREUVES</b>	<b>100 Dos</b>	<b>100 Papillon</b>	<b>400 4 Nages</b>	<b>200 NL</b>
	<b>400 NL</b>	<b>100 NL</b>	<b>50 Dos</b>	<b>50 Brasse</b>
	<b>200 Papillon</b>	<b>200 4 Nages</b>	<b>50 Papillon</b>	<b>200 Dos</b>
	<b>100 Brasse</b>	<b>1500 NL</b>	<b>200 Brasse</b>	<b>100 4 Nages</b>
	<b>50 NL</b>		<b>800 NL</b>	

- Modalités de participation :**

Pour les nageurs Juniors et plus :

\*Les nageurs du collectif « Yaouank Olympek 2024 » : ils ne sont pas limités en nombre d'engagements.

\*Les nageurs qualifiés devront avoir réalisé les temps de la grille de qualification régionale en 25 mètres (ci-après) durant les saisons N-2 et N-1 ou lors de la saison en cours. Ils pourront participer aux épreuves où les temps ont été réalisés. Ils pourront également s'engager sur deux épreuves complémentaires en dehors des 800m et 1500m.

La Ligue se réserve le droit de limiter le nombre de séries.

- Classements :**

Les épreuves seront nagées toutes catégories confondues, classement au temps.

- Récompenses :**

Les trois premiers toutes catégories de chaque épreuve et les 3 premiers Juniors 1 et moins (filles 14 ans et moins, garçons 15 ans et moins) seront récompensés.

**Chaque club est tenu de fournir 1 officiel pour 3 à 9 nageurs, 2 officiels pour 10 à 19 nageurs, 3 officiels à partir de 20 nageurs.**

**GRILLE QUALIFICATION**  
**CHAMPIONNATS REGIONAUX HIVER (25m)**

Performances réalisées sur la base des performances saison N, N-1 et N-2

DAMES				Epreuves	MESSIEURS			
Tps limites					Tps limites			
14 ans	15 ans	16 ans	17 ans et plus		18 ans et plus	17 ans	16 ans	15 ans
00:30,30	00:30,00	00:29,70	00:29,40	50 NL	00:25,70	00:26,30	00:27,30	00:28,30
01:07,30	01:06,20	01:05,60	01:04,30	100 NL	00:55,00	00:57,50	00:59,50	01:01,50
02:28,10	02:25,10	02:24,10	02:22,10	200 NL	02:04,40	02:08,40	02:12,40	02:14,40
05:13,80	05:08,80	05:03,80	04:58,80	400 NL	04:23,30	04:42,30	04:52,30	04:59,30
10:47,10	10:37,10	10:27,10	10:17,10	800 NL	08:59,10	09:29,10	09:44,10	09:54,10
19:50,50	19:35,50	19:20,50	19:05,50	1500 NL	17:14,90	17:44,90	18:09,90	18:29,90
00:36,20	00:35,70	00:35,00	00:34,50	50 Dos	00:31,00	00:31,70	00:32,50	00:33,50
01:18,70	01:17,50	01:16,30	01:15,40	100 Dos	01:07,30	01:09,40	01:11,00	01:13,00
02:47,60	02:44,60	02:42,60	02:39,60	200 Dos	02:24,10	02:29,10	02:33,10	02:38,10
00:41,80	00:41,30	00:40,60	00:40,30	50 Bra	00:33,90	00:35,30	00:36,90	00:38,90
01:31,10	01:29,10	01:28,10	01:27,10	100 Bra	01:16,80	01:20,50	01:22,50	01:25,50
03:15,50	03:10,50	03:05,50	03:02,50	200 Bra	02:44,10	02:49,10	02:54,10	03:04,10
00:33,90	00:33,40	00:32,90	00:32,40	50 Pap	00:27,80	00:28,70	00:29,80	00:31,30
01:23,60	01:20,60	01:18,60	01:16,60	100 Pap	01:05,60	01:08,60	01:11,10	01:13,60
02:56,70	02:51,70	02:46,70	02:41,70	200 Pap	02:26,70	02:33,70	02:41,70	02:51,70
01:23,00	01:21,34	01:19,71	01:18,12	100 4n	01:09,18	01:10,59	01:12,03	01:13,50
02:49,10	02:45,60	02:43,60	02:40,60	200 4n	02:23,90	02:28,90	02:34,90	02:39,90
05:57,50	05:47,50	05:37,50	05:27,50	400 4n	05:16,00	05:26,00	05:31,00	05:46,00