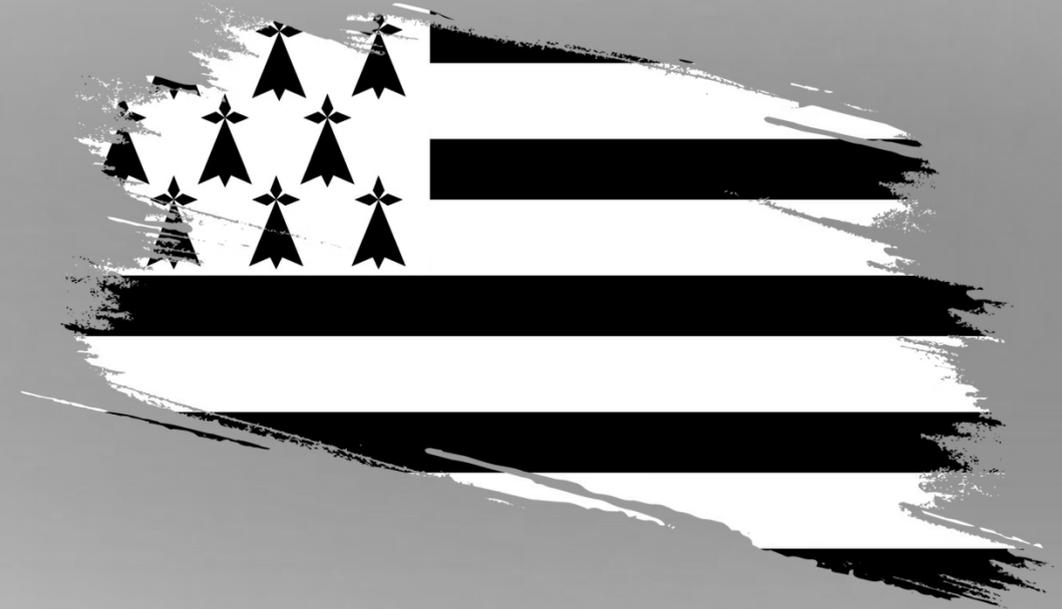


ETR - vendredi 7 février 2025

- Règlement 2025 Natation Course
- Règlement 2025 Eau Libre
- Projet régional actions 2025 NC et EL
- Points divers - Questions et échanges



Règlement 2025 Natation Course



Compétitions Avenirs

Interclubs Avenirs

À organiser dans chaque département jusqu'au dimanche 21 décembre 2025. Compétition par équipes de 4 nageurs, avec épreuves individuelles et relais. Classement national publié fin décembre.

Trophées Avenirs

Du 1er janvier au 21 décembre 2025.
Deux catégories : 10 ans et moins
moins et 11 ans.
Trophée du 4 Nageur
Trophée du Nageur Complet.



Programme National Benjamins

Interclubs Benjamins

À organiser dans chaque département jusqu'au dimanche 22 juin 2025. Classement national publié courant décembre.

Trophée Benjamins

Du 1er janvier au 24 novembre 2025.
Trophée du 4 nageur et Trophée du nageur complet pour Benjamins 1 et 2.
Cumul des points sur la saison.

Championnat de France Benjamins

Du jeudi 18 au samedi 20 décembre 2025 + CFD.



Programme Interrégional et Régional Benjamins

1

Finale régionale de printemps Yaouank

Dimanche 25 mai 2025 à Loudéac - *200m Dos corrigé*

2

Webconf@tion Benjamins

Samedi 28 et dimanche 29 juin 2025 à La Roche sur Yon

3

Coupe de l'Ouest des Départements

Lundi 30 juin 2025 à La Roche sur Yon

4

Finale régionale d'automne Yaouank

Samedi 22 et dimanche 23 novembre – *Lieu ?*





Compétitions Juniors et Seniors

Meeting Régional du CPB Rennes

Championnat Régional de Printemps

Du 21 au 23 mars 2025

Qualificatif pour les championnats de France Juniors, Nationale 2, Elite et Open d'Été.

Meeting de Saint-Malo

Samedi 17 et dimanche 18 mai 2025

Qualificatif pour les championnats IRNO et régionaux été / hiver

Championnat Régional d'Été

Du 20 au 22 juin 2025 à **Brest**

Qualificatif pour les championnats IRNO et régionaux hiver.

Interclubs Toutes Catégories

Mardi 11 novembre 2025

18 meilleures équipes dames et messieurs qualifiées.

Championnat Régional Hiver

6 et 7 décembre 2025 – *Lieu ?*

Qualificatif pour les championnats IRNO et compétitions régionales

COUPE DE BRETAGNE EAU LIBRE 2025

Un circuit emblématique de la natation en milieu naturel



Présentation générale

 La Coupe de Bretagne Eau Libre est un circuit d'épreuves visant à promouvoir la natation en milieu naturel.

 Ouverte aux licenciés FFN, World Aquatics et au grand public.

 Chaque étape met en valeur les paysages côtiers bretons.

 Engagement écologique et responsabilité sociétale.

Fonctionnement du circuit

1 Épreuves principales

- 1 épreuve Coupe de Bretagne par événement
- Relais mixtes spectaculaires (4x1250m max)
- Épreuve Knockout avec élimination progressive.

2 Catégories d'âge

- Juniors 1 et moins (2011 et après)
- Juniors 2
- Juniors 3 et Seniors (TC)
- Maîtres 1 (25-44 ans) & Maîtres 2 (45 ans et plus)



COUPE DE
BRETAGNE
EAU LIBRE
2025

Récompenses et Classements



Classement Coupe de Bretagne

- Barème World Aquatics (800 pts pts pour le 1er, 700 pts pour le 2e...)
- Obligation de concourir à la dernière épreuve



Récompenses

- Top 5 TC : Prize money (jusqu'à 400€)
- Top 3 Juniors : Week-end avec un coach expert
- Maîtres : Médaille + T-shirt officiel
- Trophée des clubs : Bouclier du Roi Roi Arthur



Points

Points supplémentaires

✓ Un certain nombre de points supplémentaires (150 par exemple) pour les nageurs ayant réalisé un chrono de référence régional dans leur catégorie sur l'une des épreuves suivantes : 400,800 & 1500.

À l'issue de la coupe de Bretagne
Bretagne

Participation obligatoire

✓ Participer obligatoirement à la dernière étape pour prétendre au classement final.



Engagement et Innovation

Écoresponsabilité

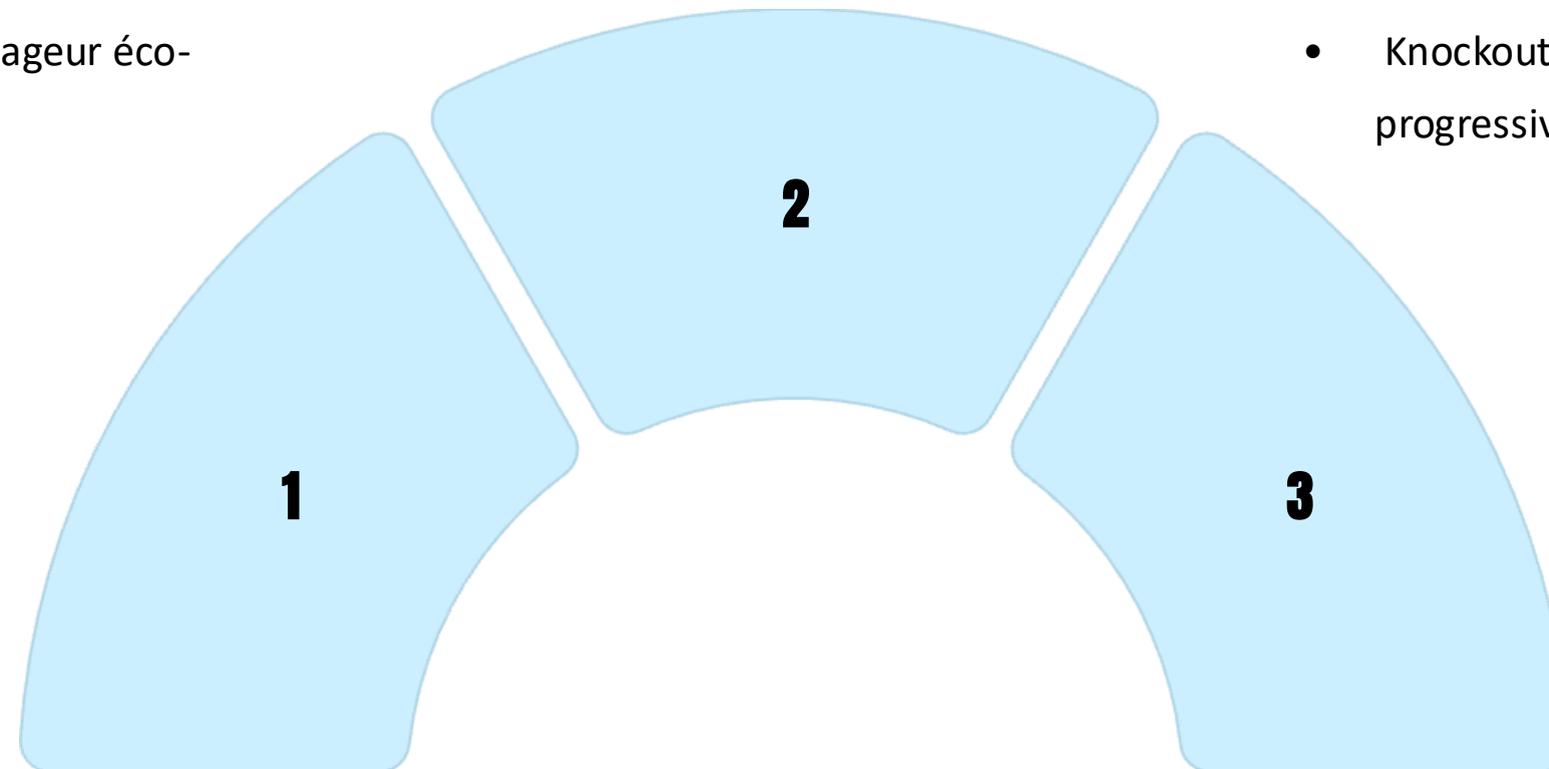
- Respect de la Charte FFN Écoresponsable
- Recommandations pour un nageur éco-éco-responsable

Valorisation des performances

- Présentation des leaders avant chaque départ
- Bonnet spécial pour le champion de Bretagne

Formats innovants

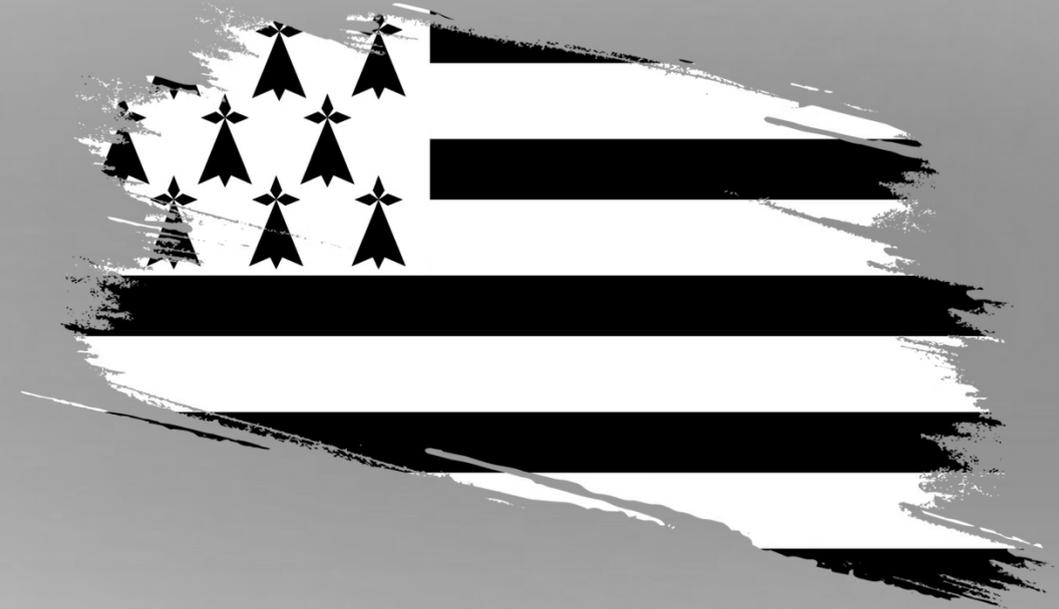
- Relais mixtes spectaculaires
- Knockout race avec éliminations progressives



Soumis à validation au CD du samedi 8 février 2025

PROJET REGIONAL - AMBITION 2025/2028

Une démarche de Haut Niveau organisée, claire et rigoureuse est nécessaire dès les premiers apprentissages pour façonner des nageurs de Haut Niveau.



La démarche vers l'excellence

1

Apprendre à s'entraîner

Développer les bases techniques et physiques.

2

S'entraîner à s'entraîner

Perfectionner les méthodes d'entraînement.

3

S'entraîner à la compétition

Appliquer les compétences en situation de compétition.

4

S'entraîner à gagner

Viser l'excellence et les performances de haut niveau.



Objectifs pour l'olympiade 2028



Attitude d'excellence

Rechercher l'amélioration constante avec un soutien permanent.

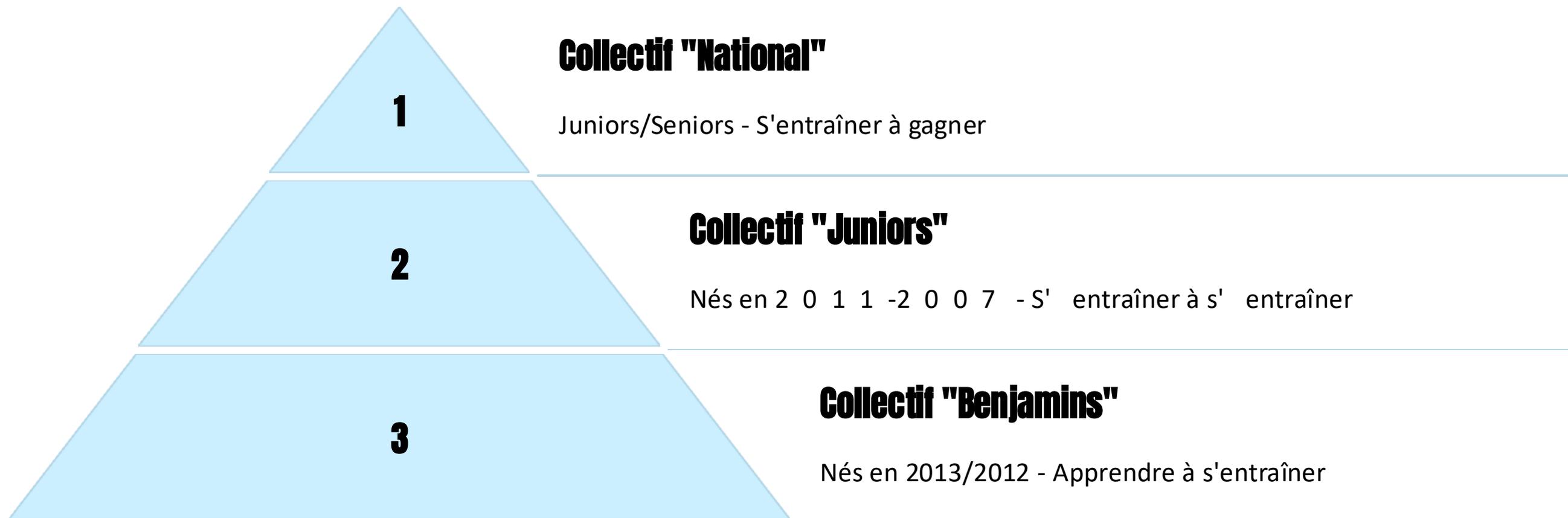
Élévation du niveau

Densifier le niveau des nageurs à potentiel.

Messages clés

Promouvoir l'exigence, l'investissement personnel et l'ambition.
l'ambition.

Les collectifs régionaux "Yaouank Olympek 2025-2028"



Collectif Accès au Haut Niveau "Yaouank Olympek 2028"



Qui ?

Nageuses et Nageurs catégories
catégories Benjamins et Juniors
Juniors

Objectifs

Donner les outils pour l' accès
au Haut Niveau

Actions

- **Stage Yaouank** - Du lundi 27 au mercredi 29 octobre 2025 à Redon - Redon - **Sélection** : 100 Nageuses et Nageurs 11/12 ans (nées en 2014 en 2014 et 2013 - Benjamins 2026), formation continue des entraîneurs.
- **Meeting National** en octobre 2025 (en amont des championnats de France Juniors d'hiver) - **Sélection** : Nageuses et Nageurs qualifiés aux Championnats de France Juniors 25m

Collectif National "Olympek 2028"

S'entraîner à gagner

Pour nageuses et nageurs Juniors
et Seniors

Actions

Mise en situation de compétition
et de confrontation

- **Aide financière : Giant Open du
du vendredi 9 au dimanche 11
11 mai à Paris)**
Sélection : Classement IMP des
Qualifiés France Elite Listés
- **Action IRNO**



Formation continue et reconnaissance

Formation des cadres

- Stage Yaouank
- Tables rondes en compétition
compétition
- Formation continue à l'INSEP
du 5 au 9 mai

Trophée des entraîneurs

Récompense pour les entraîneurs
"formateurs" et "Accession au
Haut Niveau"

Primes aux records

Récompenses pour les records battus à différents niveaux.

Séminaire des clubs et ETR en septembre 2025





COLLECTIF EAU LIBRE

Collectif Accès au Haut Niveau "Yaouank Olympek 2028"

Orientation vers le Haut Niveau

Fournir les outils nécessaires aux nageurs et entraîneurs.

Prise de Conscience

Comprendre les exigences du haut niveau.

Dynamique de Groupe

Favoriser l'esprit d'équipe et la collaboration.

Entraînement

Augmenter la charge d'entraînement et varier l'environnement.



Coupe de France des Régions



Date et Lieu

Fin septembre - Lieu à venir
Départ le vendredi, retour le
dimanche

Composition de l'Équipe

4 nageurs :
2 filles (J1 et J2)
2 garçons (J1 et J2).

Sélection

Lors de l'étape de Coupe de Bretagne de Redon le 30/08/2025
La première fille J1 et J2, le premier garçon J1 et J2 lors de l'étape du 6km
l'étape du 6km seront sélectionnés

COLLECTIF NATIONAL "Olympek 2028"

Déplacement aux Championnats de France

Du 6 au 8 juin à Martigues

Mise en situation de compétition et confrontation

Nageurs sélectionnés aux championnats de France Eau Libre

Prise en charge en fonction des performances réalisées en bassin

Finale de la Coupe de France

Mise en situation de compétition et confrontation

Nageuses et nageurs Juniors et Seniors qualifiés à la finale de le Coupe de France d'eau libre 2025 + d'eau libre 2025 + les 3 premiers toutes catégories la Coupe de Bretagne Eau Libre 2025

Action Eau libre en 2026 pour les vainqueurs Juniors de la Coupe de Bretagne

Printemps 2026

Développements des techniques de l'eau libre avec coach et athlète expert de la discipline.



Accompagnement Haut-Niveau

Soutien Financier

Pour les compétitions de sélections internationales et les stages nationaux de préparation



Points divers - Questions et échanges

- Pontivy
- Organigramme clubs entraîneurs et présidents (demande Sébastien - Carhaix)
- Demande François (Ploemeur) nageuse 2014
- Déplacements communs