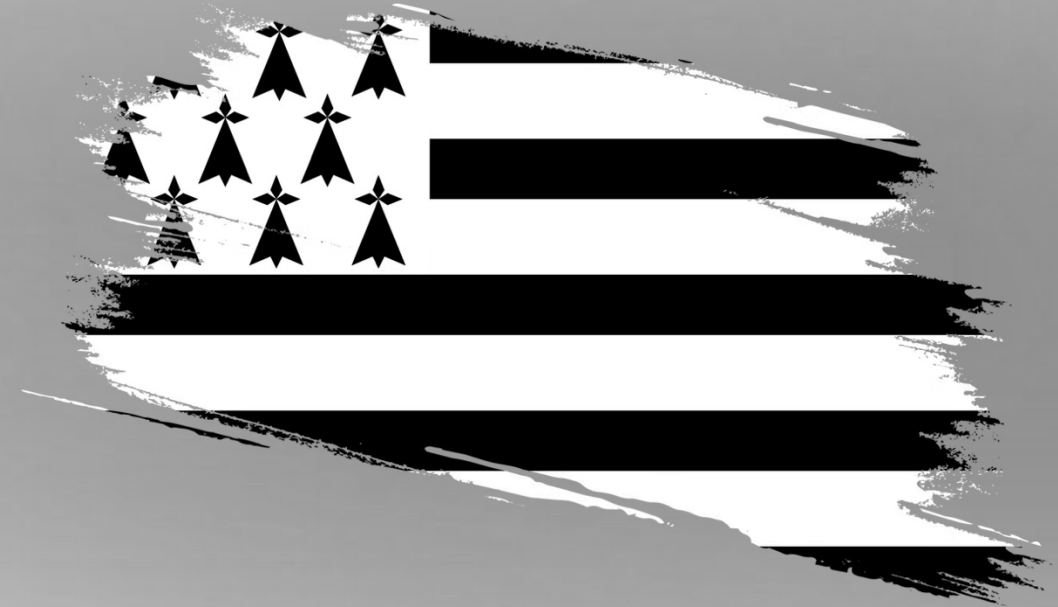


# ETR - vendredi 7 février 2025

- 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

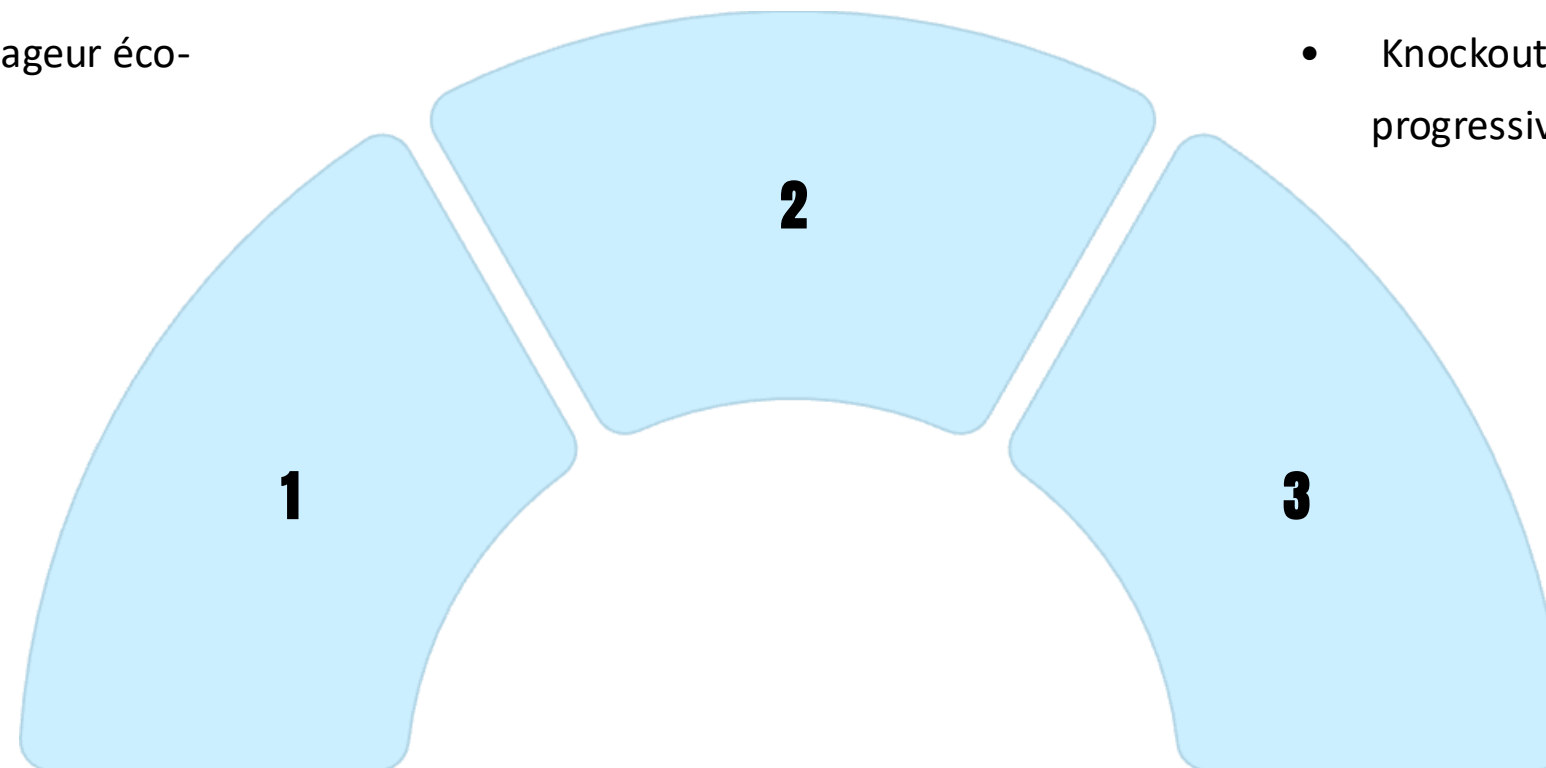
- Respect de la Charte FFN Écoresponsable
- Recommandations pour un nageur éco-éco-responsable

## 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

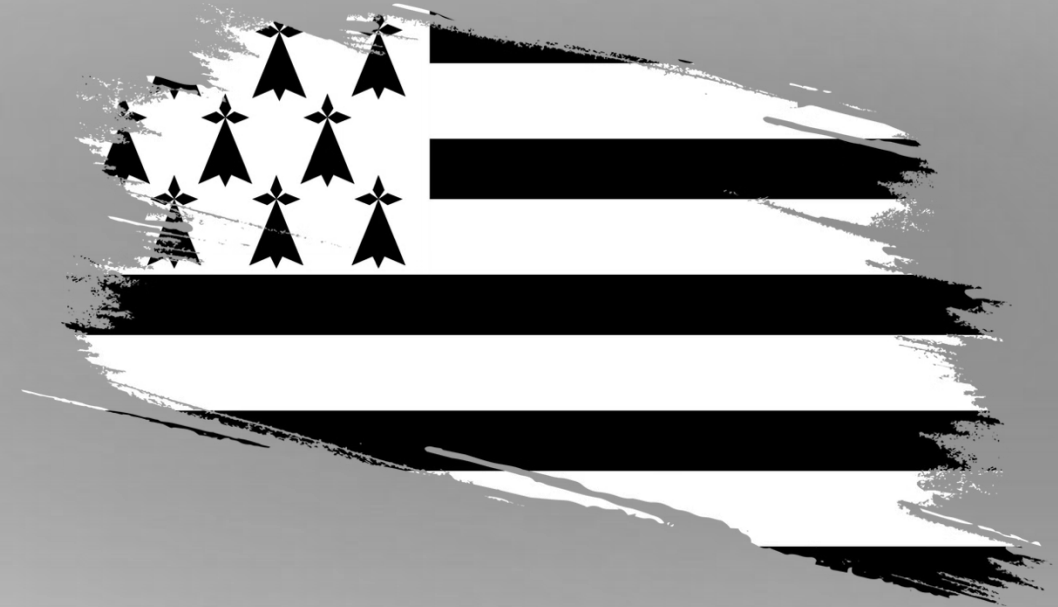




*Soumis à validation au CD du samedi 8 février 2025*

## **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.

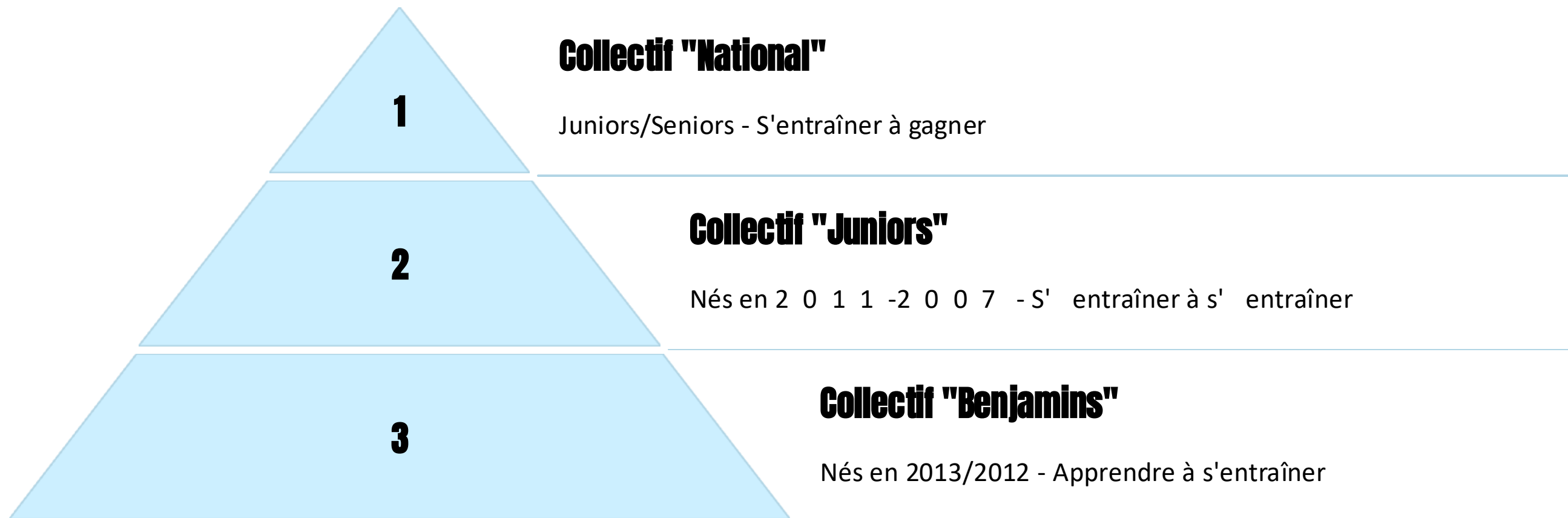
## Élévation du niveau

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

# Regroupement Eau Libre à Quiberon

## Quand ?

Printemps 2025

## Pour Qui ?

Sélection à partir de temps  
bassin

## Durée

Un week-end (vendredi soir à dimanche soir)





# 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