

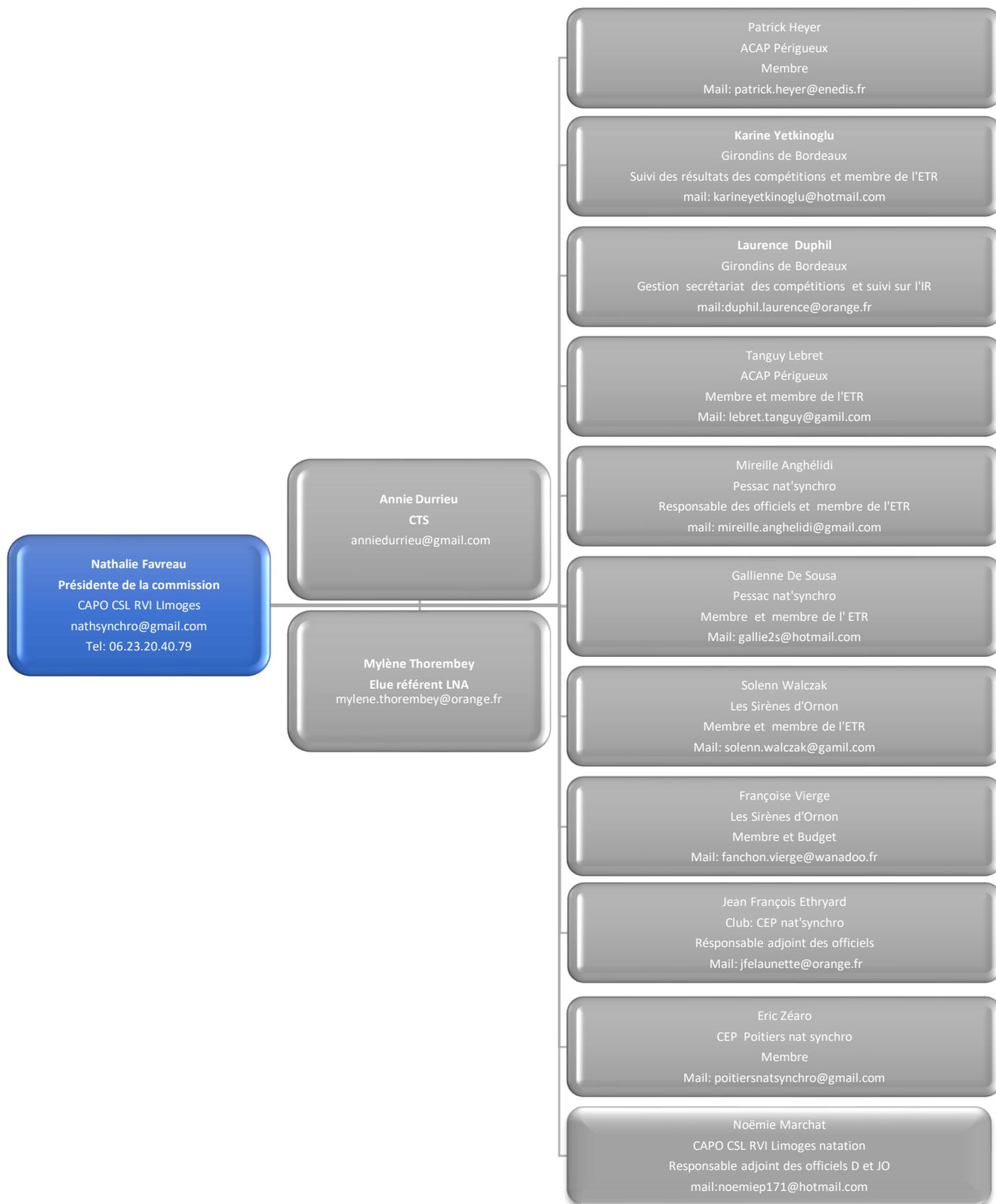
REGLEMENT SPORTIF  
LIGUE NOUVELLE-AQUITAINE  
NATATION ARTISTIQUE  
SAISON 2018/2019.



# I. Table des matières

II. Présentation de la commission.....	3
III. L'Equipe Technique Régionale de la natation artistique : ETR .....	4
IV. Calendrier des compétitions régionales et N3.....	4
A. Synchronat : .....	4
B. Championnat : .....	5
C. Challenge : .....	5
V. Règlement général : .....	5
A. ENF. ....	5
B. Conditions d'engagement.....	7
C. Tarifs.....	8
VI. Synchronat .....	12
A. Zone sud. ....	12
B. Zone Nord .....	13
VII. Challenge régional et N3.....	14
A. Challenge Régional. ....	14
B. Challenge Inter-Régional .....	16
1. Challenge A .....	16
2. Challenge B.....	17
VIII. Fiches Compétitions championnats régionaux et N3.....	19
A. Avenirs.....	19
B. Jeunes.....	21
C. Juniors.....	23
1. Région.....	23
2. N3.....	25
D. Séniors TTC.....	27
IX. Officiels.....	29
A. Juges Arbitres et Vice Arbitre des différentes compétitions .....	29
1. Championnats régionaux et N3.....	29
2. Challenge régional et N3.....	29
3. Synchronat .....	29
B. Formation des officiels.....	30
X. Formation secrétariat.....	30
XI. Actions régionale prévisionnelles pour la natation artistique.....	31

## II. Présentation de la commission.



### III. L'Equipe Technique Régionale de la natation artistique : ETR

#### **Ses membres :**

La présidente de la commission Natation Artistique : Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges

Coordonnateur de l'ETR Natation artistique : Annie Durrieu : CTS

Mireille Anghelidi : entraîneur Pessac Nat synchro

Jean François Etryhard : Juge A CEP Poitiers

Tanguy Lebret : Entraîneur ACAP

Karine Yetkinoglu : Entraîneur Girondins de Bordeaux

Gallienne de Souza : Entraîneur Pessac Nat synchro

Solenn Walczak : Entraîneur Sirènes d'Ornon

Laurence Duphil : PPG Girondins de Bordeaux

Noémie Marchat : Entraîneur CAPO CSL RVI Limoges

#### **Les missions de l'Equipe Technique Régionale :**

Définir, coordonner et mettre en œuvre, les orientations et les actions définies par la commission

### IV. Calendrier des compétitions régionales et N3.

#### A. Synchronat :

Date	Lieu	Epreuves	Période engagement Extranat
18 Novembre 2018	Limoges	Découverte toutes épreuves. Argent toutes épreuves. Or toutes épreuves	Du 27/10 au 9/11/2018
	Villeneuve d'Ornon	Découverte toutes épreuves. Argent toutes épreuves Or toutes épreuves	Du 27/10 au 9/11/2018
9 Décembre 2018	Pessac	Découverte toutes épreuves. Argent toutes épreuves Or toutes épreuves	Du 17/11 au 30/11/2018
	Limoges	Découverte toutes épreuves. Argent toutes épreuves. Or toutes épreuves	Du 17/11 au 30/11/2018
27 Janvier 2019	Bordeaux Tissot	Découverte toutes épreuves Argent toutes épreuves Or toutes épreuves	Du 05/01 au 18/01/2019
	Limoges	Découverte toutes épreuves. Argent toutes épreuves. Or toutes épreuves	Du 05/01 au 18/01/2019
17 février 2019	Bordeaux Tissot	Propulsion Ballet : découverte, Argent et Or	Du 26/01 au 08/02 2019
24 Mars 2019	Périgueux	Découverte toutes épreuves Argent toutes épreuves Or toutes épreuves	Du 02/03 au 15/03/2019

## B. Championnat :

Date	Lieu	Epreuves	Période engagement Extranat
24 et 25 novembre 2018	Montauban	N3 Journées d'automne	Du 9/11 au 22/11/2018
17 Février 2019	Bordeaux Tissot	Région Juniors	Du 26/01 au 08/02/2019
16 et 17 Mars 2019	Périgueux	N3 Juniors	Du 26/01 au 08/02/2019
14 Avril 2019	Villeneuve d'Ornon	Région Jeunes	Du 23/03 au 05/04/2019
4 et 5 Mai 2019	Saint Cyprien	N3 Jeunes	Du 19/04 au 02/05/2019
11 Mai 2019	Limoges	Région Avenirs, seniors et TTC	Du 20/04 au 03/05/2019
8 et 9 Juin 2019	Perpignan	N3 Avenirs, Séniors et TTC	Du 24/05 au 06/06/2019

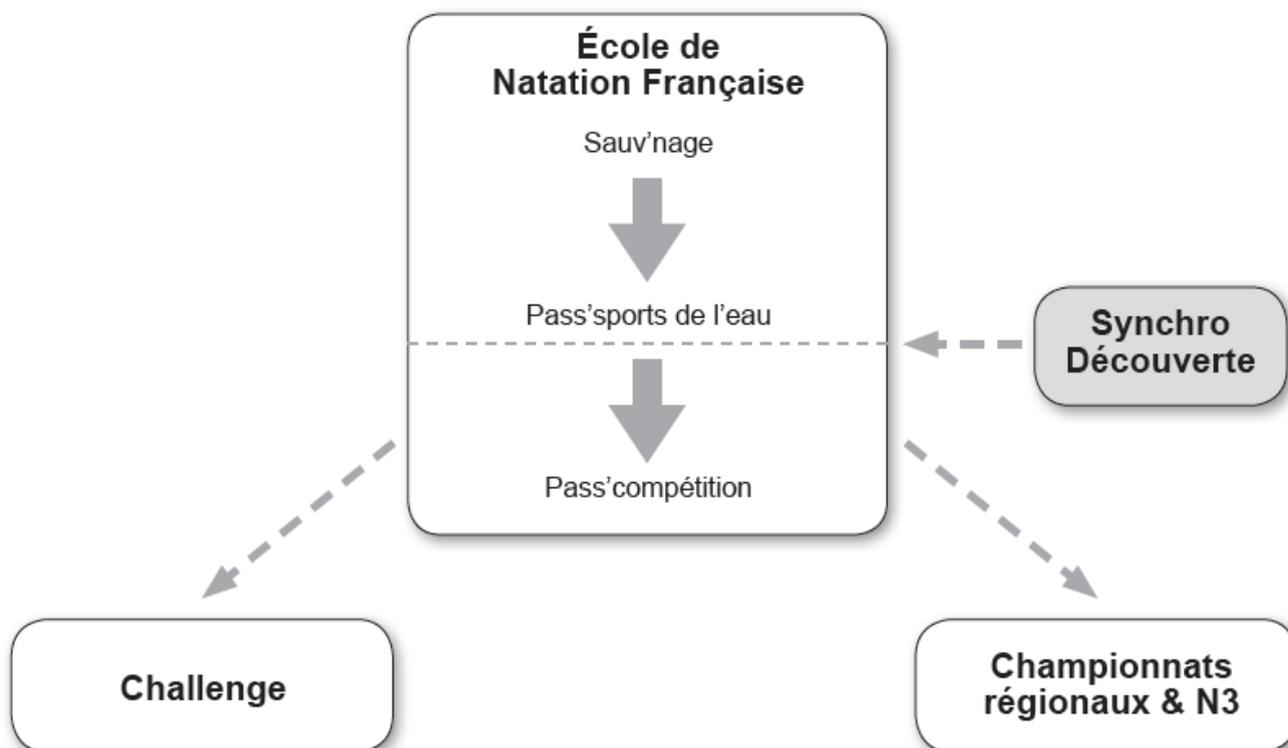
## C. Challenge :

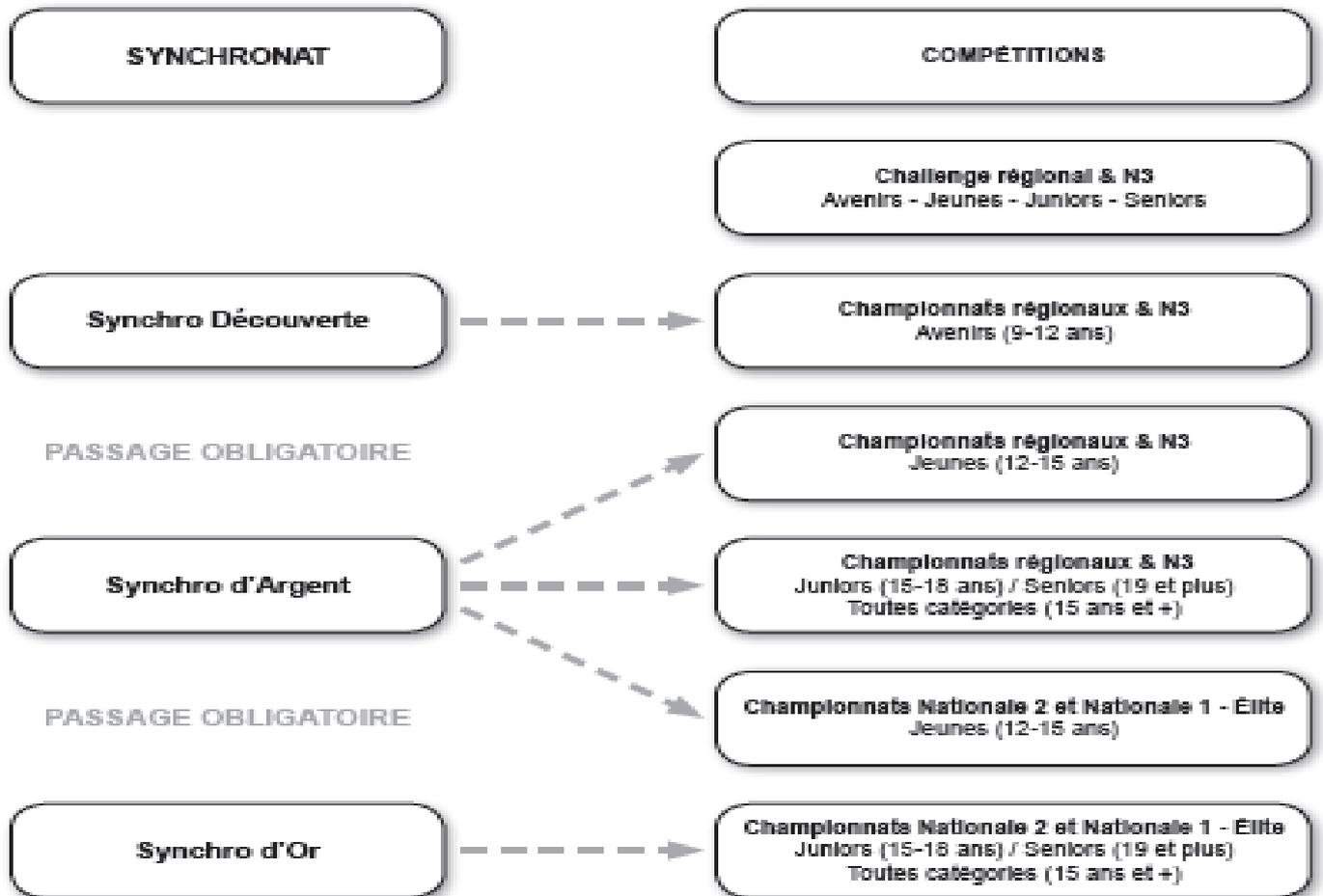
Date	Lieu	Epreuves	Période engagement Extranat
12 Mai 2019	Limoges	Région avenir, jeunes et TTC	Du 20/04 au 03/05/2019
15 et 16 Juin 2019	Poitiers	N3 avenir, jeunes et TTC	Du 31/05 au 13/06/2019

## V. Règlement général :

### A. ENF.

**JE SUIS NÉ(E) EN 2010 et avant**





## B. Conditions d'engagement.

### Catégories d'âge.

Année d'âge	Saison 2018/2019	ENF	Synchro découverte	Synchronat	Challenge régional Et N3	Région, N3, <b>Avenirs</b>	Région, N3, N2, N1 et élite <b>Jeunes</b>	Région, N3, N2, N1 et élite <b>Juniors</b>	Région, N3, N2, N1 et élite <b>Seniors et TTC</b>	Finale nationale des <b>Avenirs</b>	Finale nationale des <b>Jeunes</b>
8 ans et -	2011 et avant	X	X								
9 ans	2010	X		X	X	Avenirs					
9.10.11 Ans	2010, 2009, 2008	X		X	X					X	
12 Ans	2007	X		X	X					X	
13 Ans	2006	X		X	X	Jeunes					X
14 Ans	2005	X		X	X						X
15 Ans	2004	X		X	X	Juniors					
16 Ans	2003	X		X	X						
17 Ans	2002	X		X	X						
18 Ans	2001	X		X	X	Seniors et TTC					
19 ans et plus	2000 et avant	X		X	X						

## C. Tarifs.

	Synchronat	Challenge	Challenge N3	Championnat	Championnat N3
Nageuse	5€	5€	9€	5€	9€
Ballet	/	12€	11€	12€	11€
Forfait Nageuses	40€	40€	80€	40€	80€
Forfait Ballet	/	80€	/	80€	/
Forfait officiels (si non présentation d'un officiel du niveau le plus haut des engagements)	100€	100€	300€	100€	300€
Support musical non conforme	/	/	50€	/	50€

### Les engagements définitifs

Toutes les nageuses engagées dans les différentes épreuves du programme sportif, ainsi que les officiels, doivent être licenciés à la F.F.N. avant de prendre part à une compétition.

Les engagements des différentes compétitions se font tous via « Extranat »

Les compétitions régionales sont déclarées par la Ligue Régionale Nouvelle Aquitaine. Elle en est aussi le gestionnaire.

#### Les engagements comprennent :

L'engagement des nageuses en FI et en ballets pour les championnats, en ballet pour le challenge et en épreuves individuelles pour le synchronat.

L'engagement des juges et autres Officiels pour le synchronat et championnat bien inscrire tous les juges sur toutes les compétitions ouvertes sur la journée

Les engagements sur « Extranat » sont généralement ouverts 3 semaines avant le début de la compétition.

Ils sont modifiables durant toute la période d'ouverture. Il est donc souhaitable de s'engager dès l'ouverture des engagements et rectifier ceux-ci, ensuite, si nécessaire.

### Les engagements Jury compétitions

Le responsable de la formation des officiels de la ligue désigne le juge-Arbitre des compétitions.

L'engagement des juges titulaires, en examen, délégués aux nageuses, secrétariat, chronométreur, se fait sur Extranat dans la durée d'engagement prévue. **Obligation pour les clubs d'inscrire au moins 1 personne pour les**

#### **tâches annexes.**

Si un club n'a pas la possibilité d'engager un Officiel licencié dans son club, il lui appartient de faire appel à un Officiel licencié dans un autre club. Dans ce cas, il devra prendre en charge son déplacement et son hébergement. Cela est à prévoir avant la finalisation des engagements sur Extranat. La Ligue doit en être avertie – dans la mesure du possible- par mail avant la clôture des engagements sur Extranat.

Les Officiels sont, obligatoirement, engagés sur la durée de la compétition.

Avertir par mail la ligue des disponibilités.

**Tout engagement dans une compétition nécessite l'engagement et la présence au minimum d'un Officiel du niveau requis (cf. page 11 de la circulaire des officiels) correspondant au niveau de la compétition à juger. Ne pas oublier de faire appel à un autre club.**

**La composition des jurys sera conforme à la circulaire des officiels.**

Elle suivra les règles de la circulaire des officiels de la saison en cours.

**Savoir Être :**

Pour chaque niveau de pratique, l'officiel doit :

- se tenir en permanence informé en assistant aux stages de recyclage,
- Et à chaque compétition,
- relire attentivement, au préalable, les critères de l'épreuve à juger et l'échelle de notation,
  - respecter les horaires de ses engagements et rester sur la totalité de la compétition (Cas exceptionnel présence d'une demi-journée avec avis du juge arbitre),
  - avoir sa tenue blanche correcte et réglementaire (neutre et décente), chaussures blanches,
  - être en possession de tous les règlements et circulaires,
  - penser à se munir d'un stylo, d'un sifflet et d'un chrono,
  - respecter les directives du juge-arbitre et se tenir à la disposition de celui-ci,
  - respecter le travail des nageuses quel que soit le niveau de compétition,
  - aider à ranger le matériel et les abords de la piscine (disponibilité sur le plateau technique).

**Juge Arbitre :**

Tous les officiels B doivent assurer le rôle de juge arbitre sur une compétition de SynchroNat ou régionale au moins une fois tous les 2 ans, ceci afin de maintenir les officiels B de la région au meilleur niveau de compétence.

**Un jury d'appel sera constitué** pour chaque compétition régionale (championnat, synchronat et challenge). Le jury d'appel est présidé par le Délégué (membre de la Commission Régionale).

Sa composition est :

- Président : le Délégué de la ligue organisatrice
- Dans la mesure du possible un membre de chaque territoire en dehors du président
- Le juge arbitre

Avoir obligatoirement un chiffre impair.

**Championnats Régionaux :**

Engagements après la fermeture d'Extranat : J+2 maximum.

Cette demande de prise de compte d'engagements, hors délai, sera réalisée, par mail, uniquement par le ou la Président(e) du club concerné.

Le passage sera en 1er.

L'acceptation est laissée au libre choix de l'organisateur.

## **Synchronat :**

**Aucun engagement en SynchroNat, au-delà de la date limite, ne sera accepté.**

## **CLASSEMENTS ET RECOMPENSES**

Les récompenses (médailles et coupes) sont fournies par la Ligue Régionale.

## **TIRAGE AU SORT**

Le tirage au sort des groupes de figures imposées se fera entre 18 et 72 heures pour les championnats régionaux et synchronat (de préférence 72 h). La diffusion des tirages se fera par mail.

## **ORGANISATION MATERIELLE**

Les compétitions sont prises en charge par la Ligue Régionale avec le soutien d'un club support.

La ligue est responsable de la rédaction et diffusion des différents documents d'information de la compétition.

Les programmes devront contenir les noms et adresses des piscines.

## **VIDEO :**

Toutes les épreuves de compétition régionale peuvent être filmées, **mais la vidéo est obligatoire pour les programmes Techniques.**

Le club support de l'organisation doit trouver les personnes ressources à la prise d'images.

## **SECURITE :**

Il appartient à la Ligue de se conformer aux règles de sécurité en vigueur, concernant toutes les manifestations publiques.

## **SONORISATION ET SUPPORTS MUSICAUX :**

La sonorisation nécessaire à la compétition devra être de qualité suffisante afin de retranscrire correctement les enregistrements des différents ballets.

Un micro est obligatoire (HF souhaitable)

Il appartient à l'organisateur de se conformer aux règles, en vigueur, concernant la sécurité électrique de la sonorisation (en particulier sous-marine).

Les clubs devront envoyer les musiques en format mp3 en 128 kbps par mail, au plus tard, J-6 à la personne désignée (voir fiche compétition) pour **les synchronat un seul envoi en début de saison à Mireille Anghelidi :**

**mireille.anghelidi@gmailcom.**

Les règles à respecter :

- **Dans l'objet :** Musiques Régionaux + la compétition (catégorie)

- **Dans le corps :** Régionaux + la compétition, le type de ballet, le nom du club, le nom de la première nageuse. **Ex :** «

**N3Senior\_Solo1\_club\_NomPrénom »**

Ils devront aussi fournir obligatoirement un deuxième support le jour de la compétition.

Les clubs sont garants de l'envoi d'un enregistrement de qualité.

## **RESULTATS**

Dans le cadre du développement durable, il ne sera pas imprimé de dossiers club et de résultats. Seul l'affichage durant la compétition fera l'objet d'impression « papier ».

### ***IMPRIMES***

Tous les imprimés sont téléchargeables sur le site Fédéral.

Les imprimés nécessaires à l'organisation (juges et secrétariat) devront être préparés, en amont de la compétition par La ligue organisatrice. L'organisateur devra prévoir suffisamment de bénévoles pour gérer la préparation des dossiers de juges avant chaque épreuve.

### ***AUTRES MATERIELS***

Chaises hautes interdites, samias ou éléments de scène (dans la mesure du possible) pour les jurys, tables et chaises pour les jurys et le secrétariat, podium pour les remises des récompenses, 2 ordinateurs et une imprimante pour le secrétariat en doublon et en cas de panne, petits matériels de secrétariat, rallonge électrique, cartons de juge.....etc.

## VI. Synchronat

### A. Zone sud.

Synchro'Nat

Zone Sud

#### Conditions d'engagements :

- **Découverte** : avoir validé obligatoirement les tests du sauv'nage et passeport de l'eau de l'ENF.
- **Argent et Or** : avoir validé l'ensemble des épreuves du niveau inférieur.

#### Date engagement extranat :

Synchro'Nat	Extranat
18/11/2018 à Villenave d'Ornon	27/10 au 9/11/2018
09/12/2018 à Pessac	17/11 au 30/11/2018
27/01/2019 à Bordeaux	5/01 au 18/01/2019
24/03/2019 à Périgueux	02/03 au 15/03/2019

#### Tarif :

5€/ nageuse / cycle (découverte, argent et or), amende voir tableau p 8.

#### Juge arbitre :

Synchro'Nat	Juge Arbitre
18/11/2018 à Villenave d'Ornon	Solenn Walczak
09/12/2018 à Pessac	Mireille Anghélidi
27/01/2019 à Bordeaux	Karyne Yetkinoglu
24/03/2019 à Périgueux	Solenn Walczak

Comité organisateur : LNA responsable compétition et du secrétariat : Laurence Duphil (GB)

#### Club support :

Synchro'Nat	Club support
18/11/2018 à Villenave d'Ornon	Sirène d'ornon
09/12/2018 à Pessac	Pessac nat'synchro
27/01/2019 à Bordeaux	Girondins de Bordeaux
24/03/2019 à Périgueux	ACAP

#### Musique :

Musique Propulsion ballet à envoyer à Mireille Anghelidi mail : [mireille.anghelidi@gmail.com](mailto:mireille.anghelidi@gmail.com) attention la musique ne doit pas faire plus de 2'30.

#### Contenu des épreuves :

- Découverte : Parcours à sec, Propulsion ballet (pass'compétition), propulsion technique, et technique.
- Argent : Parcours à sec, Propulsion ballet, propulsion technique, et technique (jeunes et juniors).
- Or : Parcours à sec, Propulsion ballet, propulsion technique, et technique (jeunes et juniors)

#### Classement :

Podium pour chaque épreuve en argent et or.

## B. Zone Nord

Synchro'Nat

Zone Nord

### Conditions d'engagements :

- **Découverte** : avoir validé obligatoirement les tests du sauv'nage et passeport de l'eau de l'ENF.
- **Argent et Or** : avoir validé l'ensemble des épreuves du niveau inférieur.

### Date engagement extranat :

Synchro'Nat	Extranat
18/11/2018 à Limoges Casseaux	27/10 au 09/11/2018
09/12/2018 à Limoges Casseaux	17/11 au 30/11/2018
27/01/2019 à Limoges Casseaux	05/01 au 18/01/2019

### Tarif :

5€/ nageuse / cycle (découverte, argent et or), amende voir tableau p 8.

### Juge arbitre :

Synchro'Nat	Juge Arbitre
18/11/2018 à Limoges Casseaux	Nathalie Favreau
09/12/2018 à Limoges Casseaux	Nathalie Favreau
27/01/2019 à Limoges Casseaux	Nathalie Favreau

Comité organisateur : LNA responsable de la compétition et du secrétariat Nathalie Favreau

### Club support :

Synchro'Nat	Club support
18/11/2018 à Limoges Casseaux	CAPO CSL RVI Limoges Natation
09/12/2018 à Limoges Casseaux	CAPO CSL RVI Limoges Natation
27/01/2019 à Limoges Casseaux	CAPO CSL RVI Limoges Natation

### Musique :

Musique Propulsion ballet à envoyer à Mireille Anghelidi mail : [mireille.anghelidi@gmail.com](mailto:mireille.anghelidi@gmail.com).

Attention la musique ne doit pas faire plus de 2'30.

### Contenu des épreuves :

- Découverte : Parcours à sec, Propulsion ballet (pass'compétition), propulsion technique, et technique.
- Argent : Parcours à sec, propulsion technique, propulsion ballet et technique.
- Or : Parcours à sec, propulsion technique, propulsion ballet et technique.

### Classement :

Podium pour chaque épreuve en argent et or.

## VII. Challenge régional et N3.

### A. Challenge Régional.

Challenge Régional

12 Mai 2019

Limoges Beaublanc

#### Catégorie D'âge :

AVENIR	9, 10, 11, 12 ans (2010, 2009, 2008, 2007)
JEUNES	12,13,14,15 ans (2007,2006,2005,2004)
TTC	15 ans et plus (2004 et avant)

#### Conditions d'accès :

Pour les nageurs et nageuses nées en 2009 et après, elle est accessible aux titulaires du pass'compétition. Pour les nageurs et nageuses nées en 2008 et avant pas de conditions d'accès particulière.

#### Date d'engagement extranat :

Du 20/04 au 03/05/2019

#### Tarif :

5€/ nageuse et 12€/ ballet.

Forfait Nageuse : 40€ Forfait Ballet : 80€

Forfait non présentation d'officiel du niveau le plus haut des engagements : 100€.

#### Juge Arbitre :

Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges.

#### Responsable de la compétition :

Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges.

#### Responsable secrétariat :

Laurence Duphil Girondins de Bordeaux.

#### Comité organisateur :

Ligue Nouvelle Aquitaine.

#### Club Support :

CAPO CSL RVI Limoges.

#### Musiques :

Nathalie Favreau mail : [nathsynchro@gmail.com](mailto:nathsynchro@gmail.com)

**Contenu des épreuves :**

Catégories	Epreuves	Temps
Avenirs	Solos Libres	1'30
	Duos libres	2'00
	Duos Mixtes Libres	2'00
	Equipes libres	2'30
	Ballets combinés	2'30
Jeunes	Solos Libres	1'45
	Duos libres	2'15
	Duos Mixtes Libres	2'15
	Equipes libres	3'00
	Ballets combinés	3'00
TTC	Solos Libres	2'00
	Duos libres	2'30
	Duos Mixtes Libres	2'30
TTC (à partir de jeunes)	Equipes libres	3'30
	Ballets combinés	3'30

**Classement :**

100% Libre.

**Qualification aux Inter-Régionaux :**

5 premiers ballets de chaque épreuve par catégorie.

## B. Challenge Inter-Régional

### 1. Challenge A

#### Challenge A Inter-Régional

15 et 16 juin 2019

Poitiers

#### Catégorie D'âge :

AVENIR	9, 10, 11, 12 ans (2010, 2009, 2008, 2007)
JEUNES	12,13,14,15 ans (2007,2006,2005,2004)
TTC	15 ans et plus (2004 et avant)

#### Conditions d'accès :

Pour les nageurs et nageuses nées en 2009 et après, elle est accessible aux titulaires du pass'compétition. Pour les nageurs et nageuses nées en 2008 et avant pas de conditions d'accès particulière.

#### Date d'engagement extranat :

Du 31/05 au 13/06/2019

#### Tarif :

9€/ nageuse et 11€/ ballet.

Forfait Nageuse : 80€

Forfait non présentation d'officiel du niveau le plus haut des engagements : 300€.

#### Juge Arbitre :

Jean François Etryhard CEP Poitiers.

#### Responsable de la compétition :

Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges.

#### Responsable secrétariat :

Laurence Duphil Girondins de Bordeaux.

#### Comité organisateur :

Ligue Nouvelle Aquitaine.

#### Club Support :

CEP Poitiers.

#### Musiques :

CEP Poitiers mail : [poitiersnatsynchro@gmail.com](mailto:poitiersnatsynchro@gmail.com)

**Contenu des épreuves :**

Catégories	Epreuves	Temps
Avenirs	Duos libres	2'00
	Duos Mixtes Libres	2'00
	Equipes libres	2'30
	Ballets combinés	2'30
Jeunes	Solos Libres	1'45
	Duos libres	2'15
	Duos Mixtes Libres	2'15
	Equipes libres	3'00
	Ballets combinés	3'00
TTC	Solos Libres	2'00
	Duos libres	2'30
	Duos Mixtes Libres	2'30
TTC (à partir de jeunes)	Equipes libres	3'30
	Ballets combinés	3'30

**Classement :**

100% Libre.

2. Challenge B

Challenge B Inter-Régional

15 et 16 juin 2019

Poitiers

**Catégorie D'âge :**

AVENIR	9, 10, 11, 12 ans (2010, 2009, 2008, 2007)
JEUNES	12,13,14,15 ans (2007,2006,2005,2004)
JUNIORS	15,16,17, 18 ans (2004, 2003, 2002, 2001)
TTC	15 ans et plus (2004 et avant)

**Conditions d'accès :**

Les ballets de championnat régionaux non qualifiés en N3 et/ou N2 pourront nager en challenge inter-régional à conditions de respecter les règlements du challenge.

**Date d'engagement extranat :**

Du 31/05 au 13/06/2019

**Tarif :**

9€/ nageuse et 11€/ ballet.

Forfait Nageuse : 80€

Forfait non présentation d'officiel du niveau le plus haut des engagements : 300€.

**Juge Arbitre :**

Jean François Etryhard CEP Poitiers.

**Responsable de la compétition :**

Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges.

**Responsable secrétariat :**

Laurence Duphil Girondins de Bordeaux.

**Comité organisateur :**

Ligue Nouvelle Aquitaine.

**Club Support :**

CEP Poitiers.

**Musiques :**

CEP Poitiers mail : [poitiersnatsynchro@gmail.com](mailto:poitiersnatsynchro@gmail.com).

**Contenu des épreuves :**

Voir fiche compétition de la catégorie d'âge concerné.

**Classement :**

100% Libre.

## VIII. Fiches Compétitions championnats régionaux et N3.

### A. Avenirs.

FICHE COMPETITION N° 1  
CHAMPIONNAT REGIONAL AVENIR  
Le 11 MAI 2019  
A LIMOGES

#### Catégorie d'âge :

AVENIR	9, 10, 11, 12 ans (2010, 2009, 2008, 2007)
--------	--

#### Conditions d'accès :

- Avoir validé le niveau Découverte.
- Les nageuses/nageurs âgés de 12 ans (2007) considérées comme « Avenirs » et « Jeunes » peuvent nager dans les deux catégories à condition de ne pas nager la même épreuve dans les deux catégories.
- Les nageuses/nageurs ne participant qu'à la Finale Nationale des Avenirs n'ont pas l'obligation de participer aux régionaux. Les Championnats Nationaux 3 avenir servent de phases qualificatives pour la Finale Nationale des Avenirs 2019.
- Les équipes libres ont un effectif de quatre (4) à (8) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçantes. Un club peut présenter plus d'une équipe libre qualifiée s'il remplit les conditions suivantes : pour deux (2) équipes, une (1) doit être nagée à huit (8) ; pour trois (3) équipes, deux (2) doivent être nagées à huit (8), etc.

#### Date engagement extranat :

20/04 au 03/05/2019

#### Tarif :

5€/ nageuse et 12€/ ballet.

Forfait Nageuse : 40€                      Forfait Ballet : 80€

Forfait non présentation d'officiel du niveau le plus haut des engagements : 100€.

#### Juge arbitre :

Jean-François ETRYHARD CEP Poitiers

#### Responsable de la compétition :

Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges.

#### Responsable secrétariat :

Laurence DUPHIL Girondins Bordeaux

#### Comité organisateur :

Ligue Nouvelle Aquitaine.

#### Club support :

CAPO CSL RVI Limoges

**Musique :**

Nathalie Favreau mail : [nathsynchro@gmail.com](mailto:nathsynchro@gmail.com).

**Contenu des épreuves**

EPREUVES					RESULTATS
<b>FIGURES IMPOSEES</b> 2 figures Obligatoires + 1 groupe Optionnel	<b>SOLOS LIBRES</b> 2'00 (+ ou - 15 sec)	<b>DUOS LIBRES</b> 2'30 (+ ou - 15 sec)	<b>DUOS LIBRES MIXTES</b> 2'30 (+ ou - 15 sec)	<b>EQUIPES LIBRES</b> (4 à 8 nageuses/ nageurs + 2 remplaçantes) 3'00 (+ ou - 15 sec)	<b>50% FIGURES IMPOSEES</b> + <b>50% EPREUVES LIBRES</b>

**Classement :**

Application de la règle AS 7 FINA pour les éliminatoires et finales.

Cependant, en raison des problèmes de logistique il est possible d'organiser une finale directe.

**Résultats : Résultats additionnels :**

**50 % figures imposées + 50 % épreuve libre**

**Qualification aux N3 :**

Les Championnats régionaux sont qualificatifs pour les Championnats Nationale 3.

EPREUVES	SCORE
SOLOS LIBRES	<b>116</b> La qualification dans l'épreuve « solo » est nominative et sans remplaçante
DUOS LIBRES	<b>114</b>
EQUIPES LIBRES	<b>112</b> Sans tenir compte des pénalités de nageuses/nageurs manquantes pour la qualification mais pas pour le classement.

FICHE COMPETITION N° 2  
CHAMPIONNAT REGIONAL JEUNE  
Le 14 AVRIL 2019  
A VILLENAVE D'ORNON

**Catégorie d'âge :**

JEUNES	12, 13, 14, 15 ans (2007, 2006, 2005, 2004)
--------	---

**Conditions d'accès :**

Avoir validé le niveau Synchro d'Argent

- Les ballets exemptés des championnats régionaux sont tous les ballets ayant participé aux championnats N1-Élite 2018 jeunes ainsi que les ballets libres ayant obtenu les points de qualification pour la phase qualificative 2018 et pour le championnat d'hiver jeune 2018 lors des Journées d'Automne.

Le Championnat Régional Jeune peut servir de compétition préparatoire pour les ballets qualifiés en N-1 et les ballets exemptés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.

- Les nageuses/nageurs âgées de 12 ans (2007) considérées comme « Avenirs » et « Jeunes » et les nageuses/nageurs âgées de 15 ans (2004) considérées comme « Jeunes » et « Juniors » peuvent nager dans deux catégories à condition de ne pas nager la même épreuve dans les deux catégories.
- Les nageuses/nageurs ne participant qu'à la Finale Nationale des Jeunes n'ont pas l'obligation de participer aux régionaux.

Les Championnats Nationale 3 jeunes servent de phases qualificatives pour la Finale Nationale des Jeunes 2019.

- Les équipes libres ont un effectif de quatre (4) à (8) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçantes.

Un club peut présenter plus d'une équipe libre qualifiée s'il remplit les conditions suivantes : pour deux (2) équipes, une (1) doit être nagée à huit (8) ; pour trois (3) équipes, deux (2) doivent être nagées à huit (8), etc.

- Les highlights acros ont un effectif de six (6) à (10) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçantes. Cependant les highlights acros devront être composés de huit (8) nageuses/nageurs minimum lors de leur participation en Nationale 3.

**Date engagement extranat :**

Du 23/03 au 05/04/2019

**Tarif :**

5€/ nageuse et 12€/ ballet.

Forfait Nageuse : 40€                      Forfait Ballet : 80€

Forfait non présentation d'officiel du niveau le plus haut des engagements : 100€.

**Juge arbitre :**

Solenn WALCSAK Les Sirènes D'Ornon

**Responsable de la compétition :**

Laurence DUPHIL Girondins de Bordeaux

**Comité organisateur :**

Ligue Nouvelle Aquitaine

**Club support :**

**Musique :**

Solenn Walcsak mail : [solenn.walcsak@gmail.com](mailto:solenn.walcsak@gmail.com)

**Contenu des épreuves**

EPREUVES					RESULTATS
<b>FIGURES IMPOSEES</b> 2 figures obligatoires + 1 groupe optionnel	<b>SOLOS LIBRES</b> 2'15 (+ ou - 15 sec)	<b>DUOS LIBRES</b> 2'45 (+ ou - 15 sec)	<b>DUOS LIBRES MIXTES</b> 2'45 (+ ou - 15 sec)	<b>EQUIPES LIBRES</b> (4 à 8 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) 3'30 (+ ou - 15 sec)	<b>50% FIGURES IMPOSEES</b> + <b>50% EPREUVES LIBRES</b>
<b>HIGHLIGHTS ACROS</b> (6 à 10 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) Attention : Obligation de huit (8) nageuses/nageurs minimum lors de la participation en Nationale 2 et Nationale 1-Elite 2'30 (+ ou - 15 sec)					<b>100% HIGHLIGHTS ACROS</b>

**Classement :**

Application de la règle AS 7 FINA pour les éliminatoires et finales.

Cependant, en raison des problèmes de logistique il est possible d'organiser une finale directe.

**Résultats :**

**100% chaque épreuve**

**Qualification aux N3 :**

Les Championnats régionaux sont qualificatifs pour les Championnats Nationale 3.

EPREUVE	SCORE
SOLOS LIBRES	<b>120</b> La qualification dans l'épreuve « solo » est nominative et sans remplaçante
DUOS LIBRES	<b>118</b>
EQUIPES LIBRES	116 Sans tenir compte des pénalités de nageuses/nageurs manquantes pour la qualification mais pas pour le classement
HIGHLIGHTS ACROS	<b>60 (épreuve libre)</b> <b>Rappel :</b> il n'y a pas de pénalités pour nageuses/nageurs manquantes dans cette épreuve

## C. Juniors

### 1. Région.

**FICHE COMPETITION N° 3**  
**CHAMPIONNAT REGIONAL JUNIOR**  
**Le 17 FEVRIER 2019**  
**A BORDEAUX Tissot**

#### Catégorie d'âge :

JUNIORS	15, 16, 17, 18 ans (2004, 2003, 2002, 2001)
---------	---

#### Conditions d'accès :

- Avoir validé le niveau Synchro d'Argent
- Les ballets exemptés des championnats régionaux sont tous les ballets ayant participé aux championnats N1-Élite 2018 juniors ainsi que les ballets techniques ayant obtenu les points de qualification pour la phase qualificative 2018 et pour le championnat d'hiver junior 2018 lors des Journées d'Automne.  
Le Championnat Régional Junior peut servir de compétition préparatoire pour les ballets qualifiés en N-1 et les ballets exemptés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.
- Les nageuses/nageurs âgés de 15 ans (2004) considérées comme « Jeunes » et « Juniors » peuvent nager dans les deux catégories à condition de ne pas nager la même épreuve dans les deux catégories.
  - Les équipes techniques et libres ont un effectif de quatre (4) à (8) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçantes. Un club peut présenter plus d'une équipe technique et/ou libre qualifiées s'il remplit les conditions suivantes : pour deux (2) équipes, une (1) doit être nagée à huit (8) ; pour trois (3) équipes, deux (2) doivent être nagées à huit (8), etc.
  - Les ballets combinés ont un effectif de six (6) à (10) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçantes. Cependant les ballets combinés devront être composés de huit (8) nageuses/nageurs minimum lors de leur participation en Nationale 3.

#### Date engagement extranat :

Du 23/03 au 05/04/2019

#### Tarif :

5€/ nageuse et 12€/ ballet.

Forfait Nageuse : 40€

Forfait Ballet : 80€

Forfait non présentation d'officiel du niveau le plus haut des engagements : 100€.

#### Juge arbitre :

Karine YETKINOGLU Girondins de Bordeaux

#### Responsable de la compétition :

Laurence DUPHIL Girondins de Bordeaux

#### Comité organisateur :

**Club support :**

Girondins de Bordeaux

**Musique :**

Karine YETKINOGLU mail : [karineyetkinoglu@hotmail.com](mailto:karineyetkinoglu@hotmail.com).

**Contenu des épreuves**

EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	RESULTAT
<b>SOLOS TECHNIQUES</b> 2'00 (+ ou - 15 sec)	<b>SOLOS LIBRES</b> 2'30 (+ ou - 15 sec)	100% CHAQUE EPREUVE
<b>DUOS TECHNIQUES</b> 2'20 (+ ou - 15 sec)	<b>DUOS LIBRES</b> 3'00 (+ ou - 15 sec)	
<b>DUOS TECHNIQUES MIXTES</b> 2'20 (+ ou - 15 sec)	<b>DUOS LIBRES MIXTES</b> 3'00 (+ ou - 15 sec)	
<b>EQUIPES TECHNIQUES</b> (4 à 8 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) 2'50 (+ ou - 15 sec)	<b>EQUIPES LIBRES</b> (4 à 8 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) 4'00 (+ ou - 15 sec)	
	<b>BALLETS COMBINES</b> 6 à 10 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) <b>Attention :</b> Obligation de huit (8) nageuses/nageurs minimum lors de la participation en Nationale 2 et Nationale 1-Elite 4'00 (+ ou - 15 sec)	

**Classement :**

Application de la règle AS 7 FINA pour les éliminatoires et finales.

Cependant, en raison des problèmes de logistique il est possible d'organiser une finale directe.

**Résultats :**

**100% chaque épreuve**

**Qualification aux N3 :**

Les Championnats régionaux sont qualificatifs pour les Championnats Nationale 3.

EPREUVE	SCORE
SOLOS TECHNIQUES	<b>58</b> La qualification dans l'épreuve « solo » est nominative et sans remplaçante
SOLOS LIBRES	<b>61</b> La qualification dans l'épreuve « solo » est nominative et sans remplaçante
DUOS TECHNIQUES	<b>57</b>
DUOS LIBRES	<b>60</b>
EQUIPES TECHNIQUES	<b>56</b>

	Sans tenir compte des pénalités de nageuses/nageurs manquantes pour la qualification mais pas pour le classement
EQUIPES LIBRES	<b>59</b> Sans tenir compte des pénalités de nageuses/nageurs manquantes pour la qualification mais pas pour le classement
BALLETS COMBINES	<b>60</b> Rappel : il n'y a pas de pénalités pour nageuses/nageurs manquantes dans cette épreuve

2. N3.

**FICHE COMPETITION N° 4**  
**CHAMPIONNAT N3 JUNIOR**  
**Le 16 et 17 MARS 2019**  
**A PERIGUEUX**

**Catégorie d'âge :**

JUNIORS	15, 16, 17, 18 ans (2004, 2003, 2002, 2001)
---------	---

**Conditions d'accès :**

- Avoir validé le niveau Synchro d'Argent
- Les ballets exemptés des championnats régionaux sont tous les ballets ayant participé aux championnats N1-Élite 2018 juniors ainsi que les ballets techniques ayant obtenu les points de qualification pour la phase qualificative 2018 et pour le championnat d'hiver junior 2018 lors des Journées d'Automne.  
Le Championnat Régional Junior peut servir de compétition préparatoire pour les ballets qualifiés en N-1 et les ballets exemptés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.
- Les nageuses/nageurs âgées de 15 ans (2004) considérées comme « Jeunes » et « Juniors » peuvent nager dans les deux catégories à condition de ne pas nager la même épreuve dans les deux catégories.
  - Les équipes techniques et libres ont un effectif de quatre (4) à (8) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçantes. Un club peut présenter plus d'une équipe technique et/ou libre qualifiées s'il remplit les conditions suivantes : pour deux (2) équipes, une (1) doit être nagée à huit (8) ; pour trois (3) équipes, deux (2) doivent être nagées à huit (8), etc.
  - Les ballets combinés ont un effectif de six (6) à (10) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçantes. Cependant les ballets combinés devront être composés de huit (8) nageuses/nageurs minimum lors de leur participation en Nationale 3.

**Date engagement extranat :**

Du 01/03 au 14/03/2019

**Tarif :**

9€/ nageuse et 11€/ ballet.

Forfait Nageuse : 80€

Forfait non présentation d'officiel du niveau le plus haut des engagements : 300€.

**Juge arbitre :**

Mireille ANGHELIDI Pessac nat'synchro

**Responsable de la compétition :**

Laurence DUPHIL Girondins de Bordeaux ou Nathalie FAVREAU CAPO CSL RVI Limoges

**Comité organisateur :**

Ligue Nouvelle Aquitaine

**Club support :**

ACAP Périgueux

**Musique :**

Tanguy LEBRET mail : [lebret.tanguy@gmail.com](mailto:lebret.tanguy@gmail.com).

**Contenu des épreuves**

EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	RESULTAT
<b>SOLOS TECHNIQUES</b> 2'00 (+ ou - 15 sec)	<b>SOLOS LIBRES</b> 2'30 (+ ou - 15 sec)	100% CHAQUE EPREUVE
<b>DUOS TECHNIQUES</b> 2'20 (+ ou - 15 sec)	<b>DUOS LIBRES</b> 3'00 (+ ou - 15 sec)	
<b>DUOS TECHNIQUES MIXTES</b> 2'20 (+ ou - 15 sec)	<b>DUOS LIBRES MIXTES</b> 3'00 (+ ou - 15 sec)	
<b>EQUIPES TECHNIQUES</b> (4 à 8 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) 2'50 (+ ou - 15 sec)	<b>EQUIPES LIBRES</b> (4 à 8 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) 4'00 (+ ou - 15 sec)	
	<b>BALLETS COMBINES</b> 6 à 10 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) <b>Attention :</b> Obligation de huit (8) nageuses/nageurs minimum lors de la participation en Nationale 2 et Nationale 1-Elite 4'00 (+ ou - 15 sec)	

**Classement :**

Application de la règle AS 7 FINA pour les éliminatoires et finales.

Cependant, en raison des problèmes de logistique il est possible d'organiser une finale directe.

**Résultats :**

**100% chaque épreuve**

**FICHE COMPETITION N° 5**  
**CHAMPIONNAT REGIONAL SENIORS/TTC**

**Le 11 MAI 2019**

**A Limoges Beaublanc**

**Catégorie d'âge :**

SENIOR	19 et ans plus (2000 et avant)
TOUTESCATEGORIES	15 ans et plus (2004 et avant)

**Conditions d'accès :**

Avoir validé le niveau Synchro d'Argent

- Les ballets exemptés des championnats régionaux sont tous les ballets ayant participé aux championnats de France Senior / Toutes Catégories 2018 ainsi que les solos techniques et libres seniors.
  - Le Championnat Régional Senior / Toutes Catégories peut servir de compétition préparatoire pour les ballets qualifiés en N-1 et les ballets exemptés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.
- Pour les compétitions Senior / Toutes Catégories, les nageuses/nageurs juniors peuvent nager les épreuves libres (duo, équipe et ballet combiné), même si elles ont nagé dans la même épreuve en catégorie Junior, sous condition que, la majorité pour un nombre impair et au moins la moitié pour un nombre pair de nageuses/nageurs nageant le ballet soient des nageuses/ nageurs seniors (19 ans et plus).
  - Pour les épreuves techniques (duo et équipe) et le highlight, en toutes catégories, les ballets peuvent être composés exclusivement de nageuses/nageurs juniors. Le highlight peut être composé de nageuses/nageurs jeunes ayant déjà nagé le highlight acro dans leur catégorie.
- Les nageuses/nageurs juniors peuvent participer en solo technique et/ou libre seniors à condition de ne pas nager la même épreuve dans leur catégorie.
  - Les équipes techniques et libres ont un effectif de quatre (4) à (8) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçantes. Un club peut présenter plus d'une équipe technique et/ou libre qualifiées s'il remplit les conditions suivantes : pour deux (2) équipes, une (1) doit être nagée à huit (8) ; pour trois (3) équipes, deux (2) doivent être nagées à huit (8), etc.
  - Les highlights et ballets combinés ont un effectif de six (6) à (10) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçantes. Cependant ils devront être composés de huit (8) nageuses/nageurs minimum lors de leur participation en Nationale 3.

**Date engagement extranat :**

Du 20/04 au 03/05/2019

**Tarif :**

5€/ nageuse et 12€/ ballet.

Forfait Nageuse : 40€

Forfait Ballet : 80€

Forfait non présentation d'officiel du niveau le plus haut des engagements : 100€.

**Juge arbitre :**

Jean-François ETRYHARD CEP Poitiers ou Mireille Anghelidi Pessac Nat'synchro

**Responsable de la compétition :**

Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges.

**Responsable secrétariat :**

Laurence DUPHIL Girondins de Bordeaux

**Comité organisateur :**

Ligue Nouvelle Aquitaine

**Club support :**

CAPO CSL RVI LIMOGES

**Musique :**

Nathalie FAVREAU mail : [nathsynchro@gmail.com](mailto:nathsynchro@gmail.com).

**Contenu des épreuves**

EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	RESULTATS
<b>SOLOS TECHNIQUES</b> 2'00 (+ ou - 15 sec)	<b>SOLOS LIBRES</b> 2'30 (+ ou - 15 sec)	<b>100% CHAQUE EPREUVE</b>
<b>DUOS TECHNIQUES</b> 2'20 (+ ou - 15 sec)	<b>DUOS LIBRES</b> 3'00 (+ ou - 15 sec)	
<b>DUOS TECHNIQUES MIXTES</b> 2'20 (+ ou - 15 sec)	<b>DUOS LIBRES MIXTES</b> 3'00 (+ ou - 15 sec)	
<b>EQUIPES TECHNIQUES</b> (4 à 8 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) 2'50 (+ ou - 15 sec)	<b>EQUIPES LIBRES</b> (4 à 8 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) 4'00 (+ ou - 15 sec)	
<b>Attention :</b> Obligation de huit (8) nageuses/nageurs minimum en ballets combinés et highlight lors de la participation en Nationale	<b>HIGHLIGHTS</b> (6 à 10 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) 2'30 (+ ou - 15 sec)	
	<b>BALLETS COMBINES</b> (6 à 10 nageuses/nageurs + 2 remplaçantes) 4'00 (+ ou - 15 sec)	

**Classement :**

Application de la règle AS 7 FINA pour les éliminatoires et finales.

Cependant, en raison des problèmes de logistique il est possible d'organiser une finale directe.

**Résultats :**

**100% chaque épreuve**

**Qualification aux N3 :**

Les Championnats régionaux sont qualificatifs pour les Championnats Nationale 3.

EPREUVE	SCORE
SOLOS TECHNIQUES	<b>61</b> La qualification dans l'épreuve « solo » est nominative et sans remplaçante
SOLOS LIBRES	<b>62</b> La qualification dans l'épreuve « solo » est nominative et sans remplaçante
DUOS TECHNIQUES	<b>60</b>
DUOS LIBRES	<b>61</b>
EQUIPES TECHNIQUES	<b>61</b>

	Sans tenir compte des pénalités de nageuses/nageurs manquantes pour la qualification mais pas pour le classement
EQUIPES LIBRES	<b>62</b> Sans tenir compte des pénalités de nageuses/nageurs manquantes pour la qualification mais pas pour le classement
HIGHLIGHTS	<b>62</b> <b>Rappel</b> : il n'y a pas de pénalités pour nageuses/nageurs manquantes dans cette épreuve
BALLETS COMBINES	<b>63</b> <b>Rappel</b> : il n'y a pas de pénalités pour nageuses/nageurs manquantes dans cette épreuve

## IX. Officiels.

### A. Juges Arbitres et Vice Arbitre des différentes compétitions

#### 1. Championnats régionaux et N3.

Compétitions	Juge Arbitre	Vice Arbitre	Secrétariat
Région Avenirs 11 Mai 2019	Jean François Etryhard CEP Poitiers		Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges ou Laurence Duphil Girondins de Bordeaux. CAPO CSL RVI Limoges
Région Jeunes 14 Avril 2019	Solenn Walczak Les Sirènes D'Ornon		Laurence Duphil Girondins de Bordeaux Les sirènes d'Ornon
N3 Juniors 16 et 17 Mars 2019	Mireille Anghelidi Pessac Nat'synchro		Laurence Duphil Girondins de Bordeaux ACAP Périgueux
Région Juniors 17 Février 2019	Karine Yetkinoglu Girondins de Bordeaux		Laurence Duphil Girondins de Bordeaux. Girondins de Bordeaux
Région Séniors et TTC	Mireille Anghélidi Pessac Nat' synchro ou Jean François Etryhard CEP Poitiers		Laurence Duphil Girondins de Bordeaux. CAPO CSL RVI Limoges

#### 2. Challenge régional et N3.

Compétitions	Juge Arbitre	Vice Arbitre	Secrétariat
Région 12 Mai 2019	Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges		Laurence Duphil Girondins de Bordeaux CAPO CSL RVI Limoges
Inter-régionaux 15 et 16 juin 2019	Jean François Etryhard CEP Poitiers		Laurence Duphil Girondins de Bordeaux CEP Poitiers

#### 3. Synchronat

Compétitions	Juge Arbitre	Vice Arbitre	Secrétariat
18 novembre 2018 Villenave	Solenn Walcsak Les Sirènes d'Ornon		
18 novembre 2018 Limoges	Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges	Noémie Marchat CAPO CSL RVI Limoges	CAPO CSL RVI Limoges

9 décembre 2018 Pessac	Mireille Anghéidi Pessac nat'synchro		
9 décembre 2018 Limoges	Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges	Tanguy Lebret ACAP Périgieux	ACAP Périgieux
27 Janvier 2019 Bordeaux	Karine Yetkinoglu Girondins de Bordeaux		
27 Janvier 2019 Limoges	Nathalie Favreau CAPO CSL RVI Limoges	Jean François Etryhard CEP Poitiers	CEP Poitiers
24 Mars 2019 Périgieux	Solenn Walczak Les Sirènes d'Ornon		

## B. Formation des officiels.

### Zone Sud :

- 7 Octobre 2018 à Talence : Formation initiale des officiels JO et D 1<sup>ère</sup> partie.

Formatrice : Mireille Anghéidi Responsable de la formation des officiels LNA.

- 20 Janvier 2019 à Talence : Formation initiale des officiels JO et D 2<sup>ème</sup> partie.

Formatrice : Mireille Anghéidi Responsable de la formation des officiels LNA.

- Formation des officiels C et B à la demande.

### Zone Nord :

- 7 octobre 18 à Limoges : Formation Initiale des officiels JO et D.

Formateurs : Noémie Marchat et Jean François Etryhard responsable adjoint de la formation des officiels.

- 20 Janvier 2019 à Limoges : Formation sur les critères des ballets pour les officiels D, C et B en examen et en titre.

Formateur : Jean François Etryhard.

## X. Formation secrétariat.

### Zone Sud :

- 7 Octobre 2018 à Talence : Présentation et mise en situation du logiciel de gestion des compétitions.

Formatrice : Laurence Duphil.

### Zone Nord :

- 7 Octobre 2018 à Limoges : Présentation et mise en situation du logiciel de gestion des compétitions.

Formatrice : Nathalie Favreau.

- 20 Janvier 2019 à Limoges : Présentation et mise en situation du logiciel de gestion des compétitions.

Formatrice : Nathalie Favreau.

## XI. Actions régionale prévisionnelles pour la natation artistique.

### **Action 1 : Formation des meilleures nageuses régionales orientées vers la finale nationale des jeunes (nageuses ciblées nées de 2009 à 2005)**

**Objectifs :** Augmentation du nombre des nageuses accédant à la finale nationale des jeunes pour les nageuses nées entre 2009 et 2005 (épreuve nationale de détection)

Sous objectifs :

- Travail des ballets : entraînement dédié aux solo ou duo (qui n'est pas la priorité dans les clubs)
- Emulation des nageuses et entraînements supplémentaires pour les nageuses concernées par les solos
- Formation continue des entraîneurs régionaux par la rencontre et échanges des entraîneurs des nageuses de clubs différents
- Les regroupements seront ouverts aux entraîneurs de la région qui souhaitent venir se former (même s'ils n'ont pas de nageuses sélectionnées.) entraîneurs niveau synchro nat et challenge

Organisation prévisionnelle :

- 4 regroupements sur l'année, les dimanches avec présence des entraîneurs des nageuses
- Effectifs : Sélection régionale de nageuses (12 environ) orientées vers la finale des jeunes
- Dates : 20 octobre ; 16 décembre ; 3 février ; 31 mars
- Lieu : Tourner sur des lieux différents en appui sur les clubs (Bordeaux, Périgueux ou selon les dispo des piscines des clubs)

Intervenants :

Les entraîneurs des nageuses concernées

### **Action 2 : formation des nageuses ciblées de catégorie Jeune**

**Objectif :** accès des nageuses aux compétitions FINA de niveau national

Sous objectifs

- Améliorer le niveau en technique des figures imposées et en technique de ballet des nageuses
- 3 journées espacées afin d'acquérir des compétences et de travailler dans ce sens entre chaque regroupement
- Contribuer à la formation continue des entraîneurs de niveau national. (Présence des entraîneurs des nageuses sélectionnées, avec échange avec l'entraîneur expert. (Les regroupements seront aussi ouverts aux entraîneurs de la région qui le souhaitent même s'ils n'ont pas de nageuses concernées)

Organisation prévisionnelle

- 3 Regroupements prévus pour les meilleurs Jeunes régionales avec un entraîneur expert sur 1 journée, avec 2 entraînements dans l'eau et un entraînement à sec. (En salle de fitness)
- Effectifs : sélection de nageuses catégories Jeune de niveau national (15 maxi)
- Dates : 1<sup>er</sup> décembre ; 12 janvier ; 9 mars
- Lieu : en appui sur les créneaux des clubs concernés et disponibles (Grand Parc)

Intervenant :

- Maria Tamarelle entraîneur expert indépendant (ex nageuse internationale de l'équipe de Russie)

### **Action 3 : confrontations des nageuses de catégorie Avenir et Jeune sur 2 figures imposées.**

**Objectifs :** amélioration du niveau des nageuses sur les figures imposées

Sous objectifs :

- préparation et travail des figures imposées tout au long de l'année
- se mettre dans les conditions de la compétition avant les échéances du 3<sup>ème</sup> trimestre
- retour technique par les juges
- entraînement pour les juges

### Programme prévisionnel

- 6 confrontations prévues dans la saison, la veille des synchronat sur 2 figures imposées (parmi les différents groupes de figures) dans les conditions de compétition (avec juges et passage 1 par 1)
- Date : 17 nov; 8 dec ; 26 janvier ;16 fev ; 23 mars ; 13 avril
- Effectif : nageuses de la région concernées.
- Lieu : celui du synchronat du lendemain

### Intervenants :

- ETR : Entraîneurs de clubs et juges

## **Action 4 : Formation des nageuses qualifiées à la finale nationale des jeunes catégorie Jeune et Avenir**

### **Objectif**

- Préparation régionale des nageuses qualifiées à la finale nationale des jeunes de catégorie Jeune et Avenir (2009 à 2005)

### Sous objectifs :

- S'entraîner avec les meilleures nageuses des 2 régions, Occitanie et NA pour préparer la finale nationale des jeunes
- Mutualiser les lieux d'entraînement avec l'Occitanie
- Emulation des nageuses
- Echange entre les entraîneurs de la NA et des autres clubs d'Occitanie (et des entraîneurs experts invités par l'Occitanie)

### Organisation prévisionnelle :

- 3 jours de regroupement régional en amont de la compétition : la Finale Nationale des jeunes (compétition nationale de détection) avec la région Occitanie
- Effectifs : les nageuses qualifiées de la région (et entraîneurs de club), (environ 5)
- Date : 24, 25 et 26 juin
- Lieu : à définir selon lieu de compétition : (Strasbourg)

### Intervenants :

Entraîneurs des clubs concernés

## **Action 5 : promotion de la discipline.**

**Objectif :** Renforcer et valoriser la discipline auprès des pouvoirs publics

### Sous objectifs :

- Améliorer les horaires des créneaux piscine
- Communication sur la discipline

### Organisation prévisionnelle

- Communication sur les compétitions et invitation des pouvoirs publics sur les compétitions
- Lieux : compétitions N3 et compétitions Régionales

### Intervenant :

Organisateur des compétitions

## **Action 6 : développement de la discipline.**

**Objectifs :** Promouvoir la discipline de compétition auprès des nageuses loisirs

### Sous objectif

- Communiquer aux clubs loisirs les infos sur les compétitions existantes et les modalités d'accès
- Augmenter le nombre de clubs en compétition
- Augmenter le nombre de licenciés en compétition

### Organisation prévisionnelle :

- Inviter et proposer aux clubs loisirs de nager un ballet en démonstration en pré-swimmer sur une compétition (abordable)
- Effectifs : 4 ou 5 clubs
- Date : 12 mai

- Lieux : compétition Challenge Régionale

Intervenants :

L'ETR

**Action 7 : Formation et recyclages des officiels sur 2 lieux.**

**Objectifs :** Augmenter le nombre d'officiels D et C sur la région pour faciliter l'organisation des synchronat et des compétitions régionales et N3.

Sous objectifs :

- Faciliter la venue des intéressés par le choix de 2 sites (Limoges et Talence)
- Répondre aux exigences du nombre de juges lors des compétitions

Organisation prévisionnelle :

- Public : officiels concernés (20 environ)
- Date : 7 octobre et 20 janvier
- Lieu : Limoges et Talence

Intervenants

- JF Etryhard, Noémie Marchat sur Limoges
- Mireille Anghelidi sur Talence

**Action 8 : réunion de l'ETR**

**Objectifs :** Animation de l'ETR en natation artistique

Sous objectifs :

- Travailler ensemble sur les actions régionales à élaborer et à mettre en œuvre
- Favoriser la cohésion et les échanges entre techniciens de la région

Organisation prévisionnelle :

- 2 Réunions sur 1 journée
- Date : 1 jour de réunion ETR NA en janvier ; 1 jour de réunion ETR NA en mai
- Public : les membres de l'ETR

Intervenant :

- Annie Durrieu CTS et l'ETR

**Action 9 : formation continue des entraîneurs pour le niveau National.**

**Objectifs :** Amélioration du niveau des entraîneurs

Organisation prévisionnelle

- Formation des entraîneurs liée aux différents regroupements régionaux des nageuses, avec observation et échange entre les entraîneurs
- Formation à l'occasion de la venue de l'entraîneur expert en Natation Artistique, sur les 3 regroupements des meilleures nageuses Jeunes de la région (échanges, observation, apports techniques...)
- Formation sur le stage régional prévu avant la Finale nationale des jeunes (pour les entraîneurs concernés de la NA) (échange avec les entraîneurs Occitanie)
- Publics : entraîneurs confirmés de niveau Régional N3 et N2 et N1
- Date : 1<sup>er</sup> décembre ; 12 janvier ; 9 mars et 24, 25 et 26 juin
- Lieu : sur le lieu des regroupements et stage en juin

Intervenants :

Maria Tamarelle entraîneur expert indépendant



# BONNE SAISON

