

# PROGRAMME SPORTIF LIGUE NOUVELLE AQUITAINE NATATION COURSE 2025

VERSION 2  
MISE A JOUR LE 27/02/25

CHAMPIONNAT DE LIGUE ÉTÉ BENJAMINS

5052



**LNA**  
LIGUE NOUVELLE-AQUITAINE  
**NATATION**



# SOMMAIRE

---

**AVANT PROPOS**

---

**MOT DU PRÉSIDENT**

---

**REGLEMENT GÉNÉRAL**

---

**CALENDRIER**

**GRILLE DE QUALIFICATIONS**

**RÈGLEMENT DES COMPÉTITIONS**

---

# AVANT-PROPOS

**La natation est bien plus qu'un simple sport, elle est une discipline de rigueur, de dépassement de soi, d'ambition, de performance et de plaisir.**

**Au sein de la Ligue Nouvelle-Aquitaine de Natation, nous avons à cœur de promouvoir ces valeurs avec une volonté d'instaurer une cohésion autour de projets ambitieux et performants.**

**Nous souhaitons offrir aux athlètes, aux entraîneurs, aux bénévoles, aux clubs et aux comités départementaux, les meilleures conditions pour s'épanouir.**

**Notre objectif est de favoriser l'excellence sportive, l'accès au plus haut niveau de performance, tout en créant un environnement propice à la formation et au développement des nageurs.**

**Dans une région vaste et diversifiée comme la Nouvelle-Aquitaine, il est essentiel de renforcer le tissu associatif et sportif, en assurant la continuité des pratiques sur tout le territoire.**

**Nous encourageons ainsi le développement des infrastructures, le soutien aux clubs, la formation des encadrants, l'engagement des dirigeants bénévoles.**

**Notre mission est de permettre aux nageurs, quel que soit son âge ou son niveau, de trouver sa place dans notre natation régionale.**

**Notre engagement repose sur la performance, mais aussi sur l'épanouissement personnel et le plaisir de pratiquer ce sport dans un cadre structuré et bienveillant.**

**Nous sommes déterminés à promouvoir une amélioration constante de notre natation régionale.**

**Nous sommes convaincus que la natation en Nouvelle-Aquitaine a un rôle clé à jouer dans le rayonnement sportif régional et national, et c'est ensemble, avec les athlètes, les clubs, les entraîneurs, les bénévoles et les partenaires, que nous bâtirons les succès de demain.**

« La Natation s'est particulièrement démarquée durant les JO de Paris.

Aujourd'hui une nouvelle Olympiade débute, une nouvelle équipe s'installe avec une nouvelle dynamique répartie sur tout notre grand territoire.

La mise en place d'une organisation tripartite des compétitions régionales :

- Un club au centre d'une organisation régionale, en assurant toute la logistique d'une compétition,
- Un comité engagé aux côtés de la ligue, en assurant une assistance technique,
- Une ligue engagée dans le partage des connaissances, des bonnes pratiques en formant des bénévoles locaux et la mise en place d'un superviseur ligue pour garantir les résultats et l'équité de tous les nageurs

Nous tenons à remercier toutes nos instances, Région, Collectivités pour leur fort soutien et à nos partenaires pour leur précieux accompagnement.

Sans elles et leurs personnels, nous avons pleinement conscience que nous ne pourrions pas exercer notre sport.

Nous tenons à remercier également, celles et ceux qui donnent de leur temps pour faire avancer nos projets, les bénévoles, les éducateurs passionnés et les dirigeants. Votre dévouement et votre engagement permettent à nos projets de prendre vie et de perdurer.

Continuons à avancer ensemble, avec la même détermination et la même passion.

Alors MERCI, soyez assuré de notre profond respect.

Au plaisir de voir parmi nous »

**JEAN-MARC LANDAIS,**  
**PRÉSIDENT DE LA LIGUE NOUVELLE AQUITAINE NATATION**

# RÈGLEMENT GÉNÉRAL

## LES CATÉGORIES D'ÂGE

	DAMES au 01 janvier 2025		MESSIEURS au 01 janvier 2025	
<b>AVENIRS</b>	11 ans et moins	2014 et après	11 ans et moins	2014 et après
<b>BEJAMINS</b>	12/13 ans	2013- 2012	12 à 13 ans	2013- 2012
<b>JUNIORS</b>	14/18 ans	2011 à 2007	14 à 18 ans	2011 à 2007
<b>SÉNIORS</b>	19 ans et plus	2006 et avant	19 ans et plus	2006 et avant

La Fédération Française de Natation la ligue Nouvelle Aquitaine proposent aux nageurs et nageuses un programme de compétitions nationales et régionales en fonction des catégories citées ci-dessus.

Tout engagement pour une compétition via extraNat nécessite la souscription d'une licence « compétiteur ».



# RÈGLEMENT GÉNÉRAL

## LES TARIFS

Engagement individuel	7.00 €
Engagement relais	9,00 €
Engagement par équipe interclub toutes catégories	50,00 €
Pénalité jury par réunion et par officiel manquant	100,00 €
Forfaits* non déclarés individuels	50,00 €
Forfaits non déclarés équipes	80,00 €

### Forfaits non déclarés :

**séries : pénalités si forfait non déclaré 30 minutes avant le début de la réunion.**

**finale : pénalités si forfait non déclaré au plus tard avant la fin de la dernière course des séries.**

**finale : pénalités si forfait lors de la finale sans justificatif médical.**

### Pré-inscription des officiels :

**Il est demandé aux officiels de s'inscrire par l'intermédiaire du site de la ligue avant la date de clôture des engagements des nageurs afin d'organiser au mieux la compétition.**

# RÈGLEMENT GÉNÉRAL

## LES CÉRÉMONIES PROTOCOLAIRES

Ce dispositif est donné à titre expérimental,

### Finales :

Outre l'article SW 1.2.3 du Référentiel « Officiel Natation Course » Un juge à l'arrivée en chef et des juges à l'arrivée peuvent être utilisés lorsque l'on n'utilise pas d'équipement automatique de classement et/ou un chronométrage électronique.

Deux personnes (juges à l'arrivée) sont chargées par le juge arbitre de rassembler les trois premiers de la course et les conduire au podium à l'issue de l'épreuve.

Deux à trois personnes sont désignées par le délégué de la compétition pour la remise des récompenses, ainsi qu'un(e) photographe pour la publication des photos sur la page fb de la ligue.

Le podium est déclaré « officiel » par le speaker de la compétition en lien direct avec le gestionnaire de la compétition.

Les podiums s'organiseront en fonction des épreuves du programme

## LES MAILLOTS DE BAIN



**Pour toute la saison sportive, les vêtements techniques de natation homologués FINA (jammer, combinaison) ne seront autorisés en compétition qu'à partir de la catégorie Juniors.**

# RÈGLEMENT GÉNÉRAL

*Aucun engagement ne se fera au bord du bassin*



## Forfaits :

Tous les forfaits devront être déclarés au secrétariat sur un imprimé prévu à cet effet au moins 30 minutes avant l'évacuation du bassin. De même dans le cadre des compétitions comportant séries et finales, les clubs doivent déclarer les forfaits de leurs nageurs dans les temps impartis.

- Séries : pénalités si forfait non déclaré 30 minutes avant le début de la réunion.
- Finales : pénalités si forfait non déclaré au plus tard avant la fin de la dernière course des séries.



## Modification de la composition d'une équipe :

Lors des compétitions par équipe toute modification d'équipe devra être déclarée au secrétariat au moins 30 minutes avant l'évacuation du bassin à l'aide d'un imprimé prévu à cet effet.



## Composition des Relais :

Lors de compétitions comportant des relais, le club doit engager sa composition du ou de ses relais sur Extranat. Les modifications sont permises au secrétariat de la compétition au moins 30 minutes avant l'évacuation du bassin à l'aide d'un imprimé prévu à cet effet. Attention, un relais non conforme entraîne une disqualification.



## Chambre d'appel :

Pour les séries et finales les nageurs doivent se rendre à la chambre d'appel 15mn avant l'horaire déterminé par les responsables de la compétition. Horaires consultables sur le programme de la réunion et sur le Live FFN. Aucun appel individuel ne sera fait. Une absence est considérée comme un forfait non déclaré.



## Barrage :

Deux sessions de barrage par réunion au milieu et en fin de réunion. Les deux parties concernées se mettront d'accord pour choisir l'une des deux. Si un barragiste est absent à la chambre d'appel à l'heure convenue, il sera déclaré forfait, le concurrent présent sera alors qualifié ou réserviste selon la nature du barrage disputé.

## **Matériel :**

**Il est impératif de respecter le matériel, sortir du bassin hors des plaques de chronométrage et ne pas s'agripper dessus. Attention aux lignes d'eau, ne pas se mettre à califourchon.**

**Pendant toute la durée des échauffements, palmes, plaquettes de natation et tubas sont interdits dans le bassin sportif.**



# RÈGLEMENT GÉNÉRAL

## LES JURYS ET OFFICIELS

L'organisation des jurys de Natation Course de la FFN était structurée autour de 3 niveaux d'officiels (C, B, A).

Les titres C, B et A restent valides subordonnés au recyclage.

Désormais, les nouveaux titres sont Chronométreur, Juge, starter, juge arbitre.

**Article 1: Délégué et gestion d'une compétition :** Un délégué sera désigné par le bureau de la ligue ainsi que deux personnes, l'une sera chargée de la gestion du chronométrage et l'autre assurera le secrétariat et la remontée des résultats.

**Article 2 : Le Jury de tête :** Le jury de tête sera convoqué par la commission régionale des officiels.

Il se composera de deux personnes : un Juge Arbitre et un Starter. Ces officiels compteront pour leur club.

**Article 3 : Nombre d'Officiels à fournir suivant les compétitions :** Le nombre d'Officiels à fournir dépend du nombre de nageurs engagés pour la compétition.

Les clubs devront engager leurs officiels Chronomètres, juges, starter, juge arbitre en même temps que les nageurs par le biais d'un lien activé par la ligue, antenne de Talence. Les jeunes officiels sont admis. Le fichier sous format Excel sera remis au juge arbitre désigné à J-2 de la compétition.

Les clubs devront fournir un minimum d'officiels par réunion :

Pour les compétitions avec épreuves individuelles et relais

- ✓ 0 Officiel par réunion jusqu'à 3 nageurs engagés
- ✓ 1 Officiel par réunion à partir de 4 et jusqu'à 9 nageurs engagés
- ✓ 2 Officiels par réunion au-delà de 10 nageurs engagés et plus

Ces officiels seront présents pour la journée, même si le club n'a pas de finaliste(s).

Pour les Interclubs Poule régionale

- ✓ 1 Officiel par réunion pour 1 équipe engagée, dames ou messieurs.
- ✓ 2 Officiels par réunion pour 2 équipes engagées, dames et messieurs.

**Article 4 : Participation au jury et unicité vestimentaire**

Dès l'ouverture des portes, les participants au jury devront se présenter auprès du juge arbitre.

Une tenue de couleur blanche, (short, pantalon, t-shirt-polo) est exigée afin de respecter l'unicité vestimentaire. Les officiels doivent assister à la réunion de briefing avant la compétition.

**Article 5 : Les « Jeunes Officiels »**

Les « Jeunes Officiels » pourront se remplacer pour officier à la seule condition qu'ils aient la même qualification. Le remplacement devra être validé impérativement par le juge arbitre au début de la réunion.

**Article 6 : « Echange » d'Officiel**

Un Officiel ne peut pas officier pour un autre club (Interdiction fédérale).

**Article 7 :**

En cas de non-respect de ces dispositions, le club s'acquittera d'une pénalité par réunion et par officiel absent.

# RÈGLEMENT DES COMPÉTITIONS

## LES ORGANISATIONS CLUBS

3 circuits régionaux LNA CHALLENGE : Avenirs/Benjamins

3 circuits régionaux LNA TOUR : Juniors/Séniors

2 circuit fédéraux Grand Prix Jean Boiteux - Meeting Paul Mandex : Juniors/Séniors

## LES ORGANISATIONS LIGUE

2 championnats de ligue Printemps/été : Juniors/Séniors

1 championnat de ligue été: Benjamins

1 meeting régional : Benjamins

1 coupe des France des départements : Benjamins

## LES ORGANISATIONS DÉPARTEMENTS

1 championnats départemental printemps : Juniors/séniors

1 championnats départemental été : Juniors/séniors - Benjamins

1 Interclubs : Benjamins

Circuits départementaux : Juniors/Séniors - Benjamins

# CALENDRIER

Janvier			Février			Mars			Avril			Mai			Juin			Juillet		
PÉRIODE DE FORMATION						PÉRIODE DE VALIDATION						PÉRIODE DE RÉALISATION								
1	M	A date limite France Juniors	1	S	Meeting Paul Mandeix <i>Agen</i>	1	S		1	M		1	J		1	D	LNA CHALLENGE <i>BAYONNE</i>	1	M	
2	J		2	D		2	D		2	M		2	V		2	L	C	2	M	
3	V	B date limite France N2	3	L		3	L		3	J		3	S		3	M		3	J	
4	S		4	M		4	M		4	V	Chpts LNA Printemps J/S <i>Agen</i>	4	D		4	M		4	V	Chpts LNA été J/S <i>Mérignac</i>
5	D	C date limite France Elite	5	M		5	M		5	S		5	L		5	J		5	S	
6	L		6	J		6	J		6	D		6	M		6	V		6	D	
7	M	D date limite France Open	7	V		7	V		7	L	A	7	M		7	S	CDF Benjamins <i>Périgueux</i>	7	L	D
8	M		8	S		8	S		8	M		8	J		8	D		8	M	
9	J	1 publication grille Benjamins été	9	D		9	D		9	M		9	V		9	L		9	M	
10	V		10	L		10	L		10	J		10	S	LNA CHALLENGE <i>POITIERS</i>	10	M		10	J	
11	S		11	M		11	M		11	V		11	D		11	M		11	V	
12	D	SÉMINAIRE DES ENTRAINEURS <i>TALENCE</i>	12	M		12	M		12	S	LNA CHALLENGE <i>BORDEAUX</i>	12	L	B	12	J		12	S	
13	L		13	J		13	J		13	D		13	M		13	V		13	D	
14	M		14	V		14	V		14	L		14	M		14	S	LNA TOUR <i>POITIERS</i>	14	L	
15	M		15	S	LNA TOUR <i>BRIVE</i>	15	S		15	M		15	J		15	D		15	M	
16	J		16	D		16	D		16	M	Chpts de France Juniors	16	V	1	16	L		16	M	
17	V		17	L		17	L		17	J		17	S	LNA TOUR <i>LA ROCHELLE</i>	17	M	Chpts de France Elite <i>Montpellier</i>	17	J	
18	S		18	M		18	M		18	V		18	D		18	M		18	V	
19	D		19	M		19	M		19	S		19	L		19	J		19	S	Chpts de France OPEN <i>Poitiers</i>
20	L		20	J		20	J		20	D		20	M		20	V		20	D	
21	M		21	V		21	V		21	L		21	M		21	S	CHPTS DÉP été Benjamins et juniors Séniors	21	L	
22	M		22	S		22	S	TROPHÉE LNA BENJAMINS <i>St Yriex</i>	22	M		22	J	Chpts de France N2 <i>Béthune</i>	22	D		22	M	
23	J		23	D		23	D		23	M		23	V		23	L		23	M	
24	V		24	L		24	L		24	J		24	S		24	M		24	J	
25	S		25	M		25	M		25	V		25	D	INTERCLUBS BENJAMINS	25	M		25	V	
26	D		26	M		26	M		26	S		26	L		26	J		26	S	
27	L		27	J		27	J		27	D		27	M		27	V		27	D	
28	M		28	V		28	V		28	L		28	M		28	S	Chpts LNA été Benjamins <i>Agen</i>	28	L	
29	M		29	S	CHPTS DÉP Printemps Juniors/Séniors	29	S		29	M		29	J		29	D		29	M	
30	J		30	D		30	D		30	M		30	V	Grand prix Jean Boiteux <i>BORDEAUX</i>	30	L		30	M	
31	V		31	L		31	L		31	L		31	S		31	L		31	J	

# GRILLE DE QUALIFICATIONS (50M)

Epreuves	Âge	14 ans (2011)				15 ans (2010)				16 ans (2009)				17 ans et plus 2008 et +)			
	Sexe	France Juniors	Circuits Fédéraux	Chpts LNA	LNA Tour	France Juniors	Circuits Fédéraux	Chpts LNA	LNA Tour	France Juniors	Circuits Fédéraux	Chpts LNA	LNA Tour	France Juniors	Circuits Fédéraux	Chpts LNA	LNA Tour
50 nage libre	D	00:28,58	00:30,29	00:31,55	00:34,28	00:28,01	00:29,69	00:30,93	00:33,60	00:27,71	00:29,37	00:30,59	00:33,24	00:27,33	00:28,97	00:30,18	00:32,79
	M	00:26,69	00:28,29	00:29,47	00:32,02	00:25,84	00:27,39	00:28,53	00:31,00	00:25,12	00:26,62	00:27,73	00:30,13	00:24,62	00:26,09	00:27,18	00:29,53
100 nage libre	D	01:02,33	01:06,07	01:08,82	01:14,77	01:00,53	01:04,16	01:06,83	01:12,61	00:59,91	01:03,50	01:06,15	01:11,87	00:59,19	01:02,74	01:05,35	01:11,00
	M	00:58,35	01:01,85	01:04,43	01:10,00	00:56,40	00:59,78	01:02,27	01:07,66	00:54,74	00:58,02	01:00,44	01:05,66	00:53,58	00:56,79	00:59,16	01:04,27
200 nage libre	D	02:16,25	02:24,42	02:30,44	02:43,44	02:11,86	02:19,77	02:25,59	02:38,18	02:10,84	02:18,69	02:24,47	02:36,96	02:08,60	02:16,31	02:21,99	02:34,27
	M	02:07,82	02:15,48	02:21,12	02:33,33	02:03,32	02:10,71	02:16,16	02:27,93	01:59,17	02:06,32	02:11,58	02:22,96	01:57,16	02:04,19	02:09,36	02:20,55
400 nage libre	D	04:44,84	05:01,93	05:14,51	05:41,70	04:36,87	04:53,48	05:05,71	05:32,14	04:32,62	04:48,97	05:01,01	05:27,04	04:28,39	04:44,49	04:56,34	05:21,97
	M	04:30,66	04:46,89	04:58,84	05:24,68	04:19,17	04:34,72	04:46,17	05:10,91	04:13,10	04:28,28	04:39,46	05:03,62	04:06,12	04:20,88	04:31,75	04:55,25
800 nage libre	D	09:44,60	10:19,67	10:45,49	11:41,30	09:25,59	09:59,52	10:24,50	11:18,50	09:21,58	09:55,27	10:20,07	11:13,69	09:09,94	09:42,93	10:07,22	10:59,72
	M	09:20,58	09:54,21	10:18,97	11:12,49	08:56,13	09:28,29	09:51,97	10:43,15	08:43,25	09:14,64	09:37,75	10:27,70	08:31,04	09:01,70	09:24,27	10:13,06
1500 nage libre	D	18:53,26	20:01,25	20:51,30	22:39,50	18:07,55	19:12,80	20:00,83	21:44,66	17:55,76	19:00,30	19:47,81	21:30,52	17:43,08	18:46,86	19:33,81	21:15,31
	M	17:57,75	19:02,41	19:50,01	21:32,90	17:06,91	18:08,52	18:53,87	20:31,91	16:37,59	17:37,44	18:21,50	19:56,74	16:13,01	17:11,39	17:54,36	19:27,26
50 dos	D	00:32,80	00:34,76	00:36,21	00:39,34	00:31,98	00:33,89	00:35,30	00:38,35	00:31,45	00:33,33	00:34,72	00:37,72	00:31,10	00:32,96	00:34,33	00:37,30
	M	00:31,01	00:32,87	00:34,24	00:37,20	00:29,75	00:31,53	00:32,84	00:35,68	00:28,82	00:30,54	00:31,81	00:34,56	00:28,08	00:29,76	00:31,00	00:33,68
100 dos	D	01:10,87	01:15,12	01:18,25	01:25,02	01:09,24	01:13,39	01:16,45	01:23,06	01:08,05	01:12,13	01:15,14	01:21,63	01:06,94	01:10,95	01:13,91	01:20,30
	M	01:07,51	01:11,56	01:14,54	01:20,99	01:03,80	01:07,62	01:10,44	01:16,53	01:02,16	01:05,89	01:08,64	01:14,57	01:00,70	01:04,34	01:07,02	01:12,82
200 dos	D	02:32,41	02:41,55	02:48,28	03:02,83	02:29,09	02:38,03	02:44,61	02:58,85	02:26,81	02:35,61	02:42,09	02:56,11	02:25,64	02:34,37	02:40,80	02:54,71
	M	02:27,36	02:36,20	02:42,71	02:56,78	02:19,06	02:27,40	02:33,54	02:46,82	02:15,12	02:23,22	02:29,19	02:42,09	02:11,69	02:19,59	02:25,41	02:37,98
50 brasse	D	00:36,40	00:38,58	00:40,19	00:43,66	00:35,35	00:37,47	00:39,03	00:42,41	00:34,72	00:36,80	00:38,33	00:41,65	00:34,33	00:36,39	00:37,91	00:41,18
	M	00:34,37	00:36,43	00:37,95	00:41,23	00:32,44	00:34,38	00:35,81	00:38,91	00:31,47	00:33,35	00:34,74	00:37,74	00:30,79	00:32,63	00:33,99	00:36,93
100 brasse	D	01:19,66	01:24,44	01:27,96	01:35,56	01:17,08	01:21,70	01:25,10	01:32,46	01:16,43	01:21,01	01:24,39	01:31,68	01:16,04	01:20,60	01:23,96	01:31,22
	M	01:15,49	01:20,01	01:23,34	01:30,55	01:11,83	01:16,14	01:19,31	01:26,17	01:08,99	01:13,12	01:16,17	01:22,75	01:07,27	01:11,30	01:14,27	01:20,69
200 brasse	D	02:51,96	03:02,27	03:09,86	03:26,28	02:46,73	02:56,73	03:04,09	03:20,01	02:45,61	02:55,54	03:02,85	03:18,66	02:43,67	02:53,49	03:00,72	03:16,34
	M	02:45,40	02:55,32	03:02,63	03:18,42	02:36,44	02:45,82	02:52,73	03:07,66	02:29,68	02:38,66	02:45,27	02:59,56	02:27,33	02:36,17	02:42,68	02:56,74
50 papillon	D	00:30,47	00:32,29	00:33,64	00:36,54	00:29,58	00:31,35	00:32,66	00:35,48	00:29,17	00:30,92	00:32,21	00:34,99	00:28,79	00:30,51	00:31,78	00:34,53
	M	00:28,69	00:30,41	00:31,68	00:34,42	00:27,57	00:29,22	00:30,44	00:33,07	00:26,72	00:28,32	00:29,50	00:32,05	00:26,05	00:27,61	00:28,76	00:31,25
100 papillon	D	01:08,92	01:13,05	01:16,09	01:22,67	01:06,54	01:10,53	01:13,47	01:19,82	01:05,36	01:09,28	01:12,17	01:18,41	01:04,59	01:08,46	01:11,31	01:17,48
	M	01:04,55	01:08,42	01:11,27	01:17,43	01:01,68	01:05,38	01:08,10	01:13,99	00:59,46	01:03,02	01:05,65	01:11,32	00:58,19	01:01,68	01:04,25	01:09,81
200 papillon	D	02:38,79	02:48,31	02:55,32	03:10,48	02:31,16	02:40,23	02:46,91	03:01,34	02:28,41	02:37,31	02:43,86	02:58,03	02:24,20	02:32,85	02:39,22	02:52,99
	M	02:27,53	02:36,38	02:42,90	02:56,98	02:17,95	02:26,22	02:32,31	02:45,48	02:14,77	02:22,85	02:28,80	02:41,67	02:11,64	02:19,53	02:25,34	02:37,91
200 4 nages	D	02:34,13	02:43,37	02:50,18	03:04,89	02:30,89	02:39,94	02:46,60	03:01,01	02:28,15	02:37,03	02:43,57	02:57,72	02:26,95	02:35,76	02:42,25	02:56,28
	M	02:26,46	02:35,24	02:41,71	02:55,69	02:19,61	02:27,98	02:34,15	02:47,47	02:15,93	02:24,08	02:30,08	02:43,06	02:12,61	02:20,56	02:26,42	02:39,08
400 4 nages	D	05:27,34	05:46,98	06:01,44	06:32,69	05:15,02	05:33,92	05:47,83	06:17,91	05:12,75	05:31,51	05:45,32	06:15,18	05:08,72	05:27,24	05:40,88	06:10,35
	M	05:09,80	05:28,38	05:42,06	06:11,64	04:57,12	05:14,94	05:28,06	05:56,43	04:48,11	05:05,39	05:18,11	05:45,62	04:42,69	04:59,65	05:12,14	05:39,12





**Bassin** 50 mètres - 8 couloirs –Chronométrage automatique

**Extra Nat** Date limite mardi 28 janvier - 23h59

**Catégories** Juniors/Séniors

«Eduquer la maturité physique et sportive»

**Type de compétition** Individuelle, performances insérées dans les classements FFN

**Qualificative pour** Championnats de France Juniors, Elite, N2 et Open été

**Conditions de participation** Compétition ouverte aux nageurs licenciés ayant réalisés les temps de qualification selon la grille correspondante.

- La recherche de performance sera effectuée sur la saison N-1 + N. Elle sera effectuée en bassin de 50m PUIS en bassin de 25m (grille de conversion). Si un temps en 25m est retenu, il sera converti en 50m selon la table fédérale. En cas d'absence de performance dans la base de données, l'engagement ne sera pas possible. Pas de No Time.
- Possibilité de dérogation à la grille de temps fixée à 20% maximum du total des engagements, hors courses complémentaires. Un contrôle de ce pourcentage sera effectué une fois les résultats de la compétition remontés vers le serveur fédéral

Programme FINA mis à jour le jour même des épreuves en tenant compte des forfaits (Programme olympique + les 50 m de spécialités + 800 m NL Dames/Messieurs et 1500 NL Dames/Messieurs).

**Engagement** La qualification sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves hors 400 4n, 800 nl et 1500 nl

Séries et finales sur 50m, 100m, 200m et 400m.

- Finales**
- Finales A toutes catégories, Finale B juniors 2/3 et Finale C juniors 1
  - Classement au temps pour les 800 NL et 1500 m NL Dames et Messieurs.

**Récompenses** Médailles aux trois premiers des finales « A » - Juniors 1ère et 2ème année - Juniors 3ème et 4ème année ( podiums effectué le matin)

Epreuves classements aux temps, médailles aux trois premiers toutes catégories

**Utilisation du bassin sportif** le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche

**Ouverture du bassin** Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1<sup>er</sup> départs  
Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.

**Organisation** SU AGEN (lien du site internet)



# PROGRAMME

**14H00-15H30**  
**Fin prévue 18H30**

## **1ère REUNION** **Vendredi AM**

**400 4N dames et messieurs**

**50 Brasse dames et messieurs**

**50 NL dames et messieurs**

**800 NL dames série rapide**

**1500 NL messieurs série rapide**

**50 Dos dames et messieurs**

**50 Papillon dames et messieurs**

**800 NL dames séries lentes**

**1500 NL messieurs séries lentes**

**07H30-09H00**  
**Fin prévue 12H30**

## **2ème REUNION** **Samedi Matin**

**1500 NL dames séries lentes**

**200 4N dames et messieurs**

**200 NL dames et messieurs**

**200 Dos dames et messieurs**

**100 Brasse dames et messieurs**

**100 Papillon dames et messieurs**

**14H30-16H00**  
**Fin prévue 19H30**

## **3ème REUNION** **Samedi AM**

**50 Dos dames et messieurs**  
**Finales C-B-A**

**50 Brasse dames et messieurs**  
**Finales C-B-A**

**1500 NL dames série rapide**

**200 4N dames et messieurs**

**Finales C-B-A**

**200 NL dames et messieurs**  
**Finales C-B-A**

**200 Dos dames et messieurs**  
**Finales C-B-A**

**50 Papillon dames et messieurs**  
**Finales C-B-A**

**50 NL dames et messieurs**  
**Finales C-B-A**

**100 Brasse dames et messieurs**  
**Finales C-B-A**

**100 Papillon dames et messieurs**  
**Finales C-B-A**

**400 4N dames et messieurs**  
**Finale C-B-A**

**07H30-10H00**  
**Fin prévue 12H00**

## **3EME REUNION** **Dimanche Matin**

**800 NL messieurs séries lentes**

**400 NL dames et messieurs**

**200 Brasse dames et messieurs**

**100 NL dames et messieurs**

**200 Papillon dames et messieurs**

**100 Dos dames et messieurs**

**200 NL Dames et messieurs**

**13H30-15H00**  
**Fin prévue 17H00**

## **4EME REUNION** **Dimanche AM**

**800 NL messieurs série rapide**

**400 NL dames et messieurs**  
**Finales A-B-C**

**200 Brasse dames et messieurs**  
**Finales C-B-A**

**100 NL dames et messieurs**  
**Finales A-B-C**

**200 Papillon dames et messieurs**  
**Finales A**

**100 Dos dames et messieurs**  
**Finales C-B-A**

***HORAIRES***  
***A TITRE INDICATIF***

# GRILLE DE QUALIFICATION (BASSIN DE 50M)

Epreuves	Catégories	14 ans (2011)	15 ans (2010)	16 ans (2009)	17 ans (2008)
50 nage libre	Dames	00:30,29	00:29,69	00:29,37	00:28,97
	Messieurs	00:28,29	00:27,39	00:26,62	00:26,09
100 nage libre	Dames	01:06,07	01:04,16	01:03,50	01:02,74
	Messieurs	01:01,85	00:59,78	00:58,02	00:56,79
200 nage libre	Dames	02:24,42	02:19,77	02:18,69	02:16,31
	Messieurs	02:15,48	02:10,71	02:06,32	02:04,19
400 nage libre	Dames	05:01,93	04:53,48	04:48,97	04:44,49
	Messieurs	04:46,89	04:34,72	04:28,28	04:20,88
800 nage libre	Dames	10:19,67	09:59,52	09:55,27	09:42,93
	Messieurs	09:54,21	09:28,29	09:14,64	09:01,70
1500 nage libre	Dames	20:01,25	19:12,80	19:00,30	18:46,86
	Messieurs	19:02,41	18:08,52	17:37,44	17:11,39
50 dos	Dames	00:34,76	00:33,89	00:33,33	00:32,96
	Messieurs	00:32,87	00:31,53	00:30,54	00:29,76
100 dos	Dames	01:15,12	01:13,39	01:12,13	01:10,95
	Messieurs	01:11,56	01:07,62	01:05,89	01:04,34
200 dos	Dames	02:41,55	02:38,03	02:35,61	02:34,37
	Messieurs	02:36,20	02:27,40	02:23,22	02:19,59
50 brasse	Dames	00:38,58	00:37,47	00:36,80	00:36,39
	Messieurs	00:36,43	00:34,38	00:33,35	00:32,63
100 brasse	Dames	01:24,44	01:21,70	01:21,01	01:20,60
	Messieurs	01:20,01	01:16,14	01:13,12	01:11,30
200 brasse	Dames	03:02,27	02:56,73	02:55,54	02:53,49
	Messieurs	02:55,32	02:45,82	02:38,66	02:36,17
50 papillon	Dames	00:32,29	00:31,35	00:30,92	00:30,51
	Messieurs	00:30,41	00:29,22	00:28,32	00:27,61
100 papillon	Dames	01:13,05	01:10,53	01:09,28	01:08,46
	Messieurs	01:08,42	01:05,38	01:03,02	01:01,68
200 papillon	Dames	02:48,31	02:40,23	02:37,31	02:32,85
	Messieurs	02:36,38	02:26,22	02:22,85	02:19,53
200 4 nages	Dames	02:43,37	02:39,94	02:37,03	02:35,76
	Messieurs	02:35,24	02:27,98	02:24,08	02:20,56
400 4 nages	Dames	05:46,98	05:33,92	05:31,51	05:27,24
	Messieurs	05:28,38	05:14,94	05:05,39	04:59,65



« Stimuler les potentiels  
et dynamiser la natation régionale »

**Bassin** 50 mètres - 8 couloirs –Chronométrage automatique

**Extra Nat** Date limite mardi 11 février - 23h59

**Catégories** Juniors/Séniors

**Type de compétition** Individuelle, performances insérées dans les classements FFN

**Qualificative pour** Championnats de ligue

**Conditions de participation** Compétition ouverte aux nageurs licenciés ayant réalisés les temps de qualification sur la saison N-1 et N (au 9 février inclus) selon la grille correspondante à leur catégorie en bassin de 25m ou 50m.

**Engagement** La qualification sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves

Seront retenues les 16 meilleures performances en année N-1 et N, pour les 400m NL et 400m 4N et les 8 meilleures pour les 800m et 1500mNL, identifiées dans la base de données fédérale du nageur

**Finales** Toutes catégories pour les 50m

**Récompenses** Médailles aux trois premiers toutes catégories aux finales des 50m  
Epreuves classements aux temps, médailles aux trois premiers J1/J2 et J3 et +

**Utilisation du bassin sportif** le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche

**Ouverture du bassin** Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1<sup>er</sup> départs  
Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.

**Organisation** CN BRIVE (lien du site internet)



# PROGRAMME

<b>08H00-09H30</b> <b>Fin prévue 12H30</b> <b>Samedi matin</b>	<b>08H00-09H30</b> <b>Fin prévue 12H30</b> <b>Dimanche matin</b>
50 pap dames et messieurs séries	50 br dames et messieurs séries
50 dos dames et messieurs séries	50 NL dames et messieurs séries
100 br dames et messieurs	100 dos dames et messieurs
200 pap dames et messieurs	200 NL dames et messieurs
400 NL dames et messieurs	400 4N dames et messieurs
50 pap dames et messieurs 1/4finale	50 br dames et messieurs 1/4 finale
50 dos dames et messieurs 1/4 finale	50 NL dames et messieurs 1/4 finale
200 4N dames et messieurs	
<b>15H00-16H30</b> <b>Fin prévue 19H00</b> <b>Samedi après-midi</b>	<b>14H00-15H00</b> <b>Fin prévue 18H00</b> <b>Dimanche après-midi</b>
50 pap dames et messieurs 1/2 finale	50 br dames et messieurs 1/2 finale
50 dos dames et messieurs 1/2 finale	50 NI dames et messieurs 1/2 finale
100 NL dames et messieurs	100 pap dames et messieurs
200 dos dames et messieurs	200 Br dames et messieurs
1500 NL dames et messieurs	800 NL dames et messieurs
50 pap dames et messieurs Finale	50 br dames et messieurs
50 dos dames et messieurs Finale	50 NL dames et messieurs Finale
8 X 100 Nage libre Mixte	

**HORAIRES**  
**A TITRE INDICATIF**

# GRILLE DE QUALIFICATION

Catégories		14 ANS		15 ANS		16 ANS		17 ANS et +	
Epreuves	Sexe	LNA Tour		LNA Tour		LNA Tour		LNA Tour	
	Bassin	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50 nage libre	Dames	00:33,58	00:34,28	00:32,90	00:33,60	00:32,54	00:33,24	00:32,09	00:32,79
	Messieurs	00:31,32	00:32,02	00:30,30	00:31,00	00:29,43	00:30,13	00:28,83	00:29,53
100 nage libre	Dames	01:13,57	01:14,77	01:11,41	01:12,61	01:10,67	01:11,87	01:09,80	01:11,00
	Messieurs	01:08,50	01:10,00	01:06,16	01:07,66	01:04,16	01:05,66	01:02,77	01:04,27
200 nage libre	Dames	02:40,54	02:43,44	02:35,28	02:38,18	02:34,06	02:36,96	02:31,37	02:34,27
	Messieurs	02:29,73	02:33,33	02:24,33	02:27,93	02:19,36	02:22,96	02:16,95	02:20,55
400 nage libre	Dames	05:35,50	05:41,70	05:25,94	05:32,14	05:20,84	05:27,04	05:15,77	05:21,97
	Messieurs	05:16,98	05:24,68	05:03,21	05:10,91	04:55,92	05:03,62	04:47,55	04:55,25
800 nage libre	Dames	11:28,40	11:41,30	11:05,60	11:18,50	11:00,79	11:13,69	10:46,82	10:59,72
	Messieurs	10:56,59	11:12,49	10:27,25	10:43,15	10:11,80	10:27,70	09:57,16	10:13,06
1500 nage libre	Dames	22:15,00	22:39,50	21:20,16	21:44,66	21:06,02	21:30,52	20:50,81	21:15,31
	Messieurs	21:02,80	21:32,90	20:01,81	20:31,91	19:26,64	19:56,74	18:57,16	19:27,26
50 dos	Dames	00:38,04	00:39,34	00:37,05	00:38,35	00:36,42	00:37,72	00:36,00	00:37,30
	Messieurs	00:35,70	00:37,20	00:34,18	00:35,68	00:33,06	00:34,56	00:32,18	00:33,68
100 dos	Dames	01:22,72	01:25,02	01:20,76	01:23,06	01:19,33	01:21,63	01:18,00	01:20,30
	Messieurs	01:17,99	01:20,99	01:13,53	01:16,53	01:11,57	01:14,57	01:09,82	01:12,82
200 dos	Dames	02:57,43	03:02,83	02:53,45	02:58,85	02:50,71	02:56,11	02:49,31	02:54,71
	Messieurs	02:49,88	02:56,78	02:39,92	02:46,82	02:35,19	02:42,09	02:31,08	02:37,98
50 brasse	Dames	00:42,96	00:43,66	00:41,71	00:42,41	00:40,95	00:41,65	00:40,48	00:41,18
	Messieurs	00:40,13	00:41,23	00:37,81	00:38,91	00:36,64	00:37,74	00:35,83	00:36,93
100 brasse	Dames	01:33,66	01:35,56	01:30,56	01:32,46	01:29,78	01:31,68	01:29,32	01:31,22
	Messieurs	01:28,05	01:30,55	01:23,67	01:26,17	01:20,25	01:22,75	01:18,19	01:20,69
200 brasse	Dames	03:21,78	03:26,28	03:15,51	03:20,01	03:14,16	03:18,66	03:11,84	03:16,34
	Messieurs	03:12,52	03:18,42	03:01,76	03:07,66	02:53,66	02:59,56	02:50,84	02:56,74
50 papillon	Dames	00:35,94	00:36,54	00:34,88	00:35,48	00:34,39	00:34,99	00:33,93	00:34,53
	Messieurs	00:33,72	00:34,42	00:32,37	00:33,07	00:31,35	00:32,05	00:30,55	00:31,25
100 papillon	Dames	01:21,27	01:22,67	01:18,42	01:19,82	01:17,01	01:18,41	01:16,08	01:17,48
	Messieurs	01:16,03	01:17,43	01:12,59	01:13,99	01:09,92	01:11,32	01:08,41	01:09,81
200 papillon	Dames	03:07,18	03:10,48	02:58,04	03:01,34	02:54,73	02:58,03	02:49,69	02:52,99
	Messieurs	02:53,68	02:56,98	02:42,18	02:45,48	02:38,37	02:41,67	02:34,61	02:37,91
200 4 nages	Dames	03:01,49	03:04,89	02:57,61	03:01,01	02:54,32	02:57,72	02:52,88	02:56,28
	Messieurs	02:51,59	02:55,69	02:43,37	02:47,47	02:38,96	02:43,06	02:34,98	02:39,08
400 4 nages	Dames	06:25,19	06:32,69	06:10,41	06:17,91	06:07,68	06:15,18	06:02,85	06:10,35
	Messieurs	06:02,64	06:11,64	05:47,43	05:56,43	05:36,62	05:45,62	05:30,12	05:39,12



«Renforcer le désir de nager  
et de se confronter»

Bassin	50 mètres - 8 couloirs –Chronométrage automatique
Extra Nat	Date limite mardi 18 mars - 23h59
Catégories	Benjamins
Type de compétition	Individuelle, performances insérées dans les classements FFN
Qualificative pour	Championnats de ligue
Conditions de participation	Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle Aquitaine ayant réalisés des temps sur la saison N-1 et N (au 16 mars inclus)
Engagement	<p>Pas de limites d'engagements / <b>Pas de grille de temps</b> <i>Seront pris en compte au maximum les 56 meilleurs temps TC par épreuves</i> <u>Le 400 NL est réservé aux Benjamins(es) 2ème année.</u> <b>1 relais par club - 1 relais par département</b></p> <p>Médailles aux trois premiers Benjamins(es) 1ère année et Benjamins(es) 2ème année sur chaque épreuves. Classement au temps.</p>
Récompenses	<p>Coupes aux trois premiers relais TC 4X100 NL mixte et 4X100 4N mixte. Classement au temps. Lots aux trois premiers relais TC 4X200 NL des départements. Classement au temps.</p> <p><u><b>Trophées aux premiers Benjamins(es) 1ère année et Benjamins(es) 2ème année au cumul des points :</b></u> <b>50m de spécialité (Pap/Dos/Brasse/NL) - 400 NL - 2004N pour les Benjamins(es) 2ème année</b> <b>50m de spécialité (Pap/Dos/Brasse) - 100 NL - 2004N pour les Benjamins(es) 1ère année</b></p>
Utilisation du bassin sportif	le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche
Ouverture du bassin	Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1 <sup>er</sup> départs Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.
Organisation	Ligue Nouvelle Aquitaine Natation (lien du site internet)

# PROGRAMME

**15H00-16H30**  
**Fin prévue 19H00**

**08H30-10H00**  
**Fin prévue 12H00**

**14H00-15H00**  
**Fin prévue 17H00**

## **1ère REUNION** **Samedi AM**

**4X100 4N mixte**

**50 Papillon dames et messieurs**

**100 Dos dames et messieurs Finales**

**50 Brasse dames et messieurs**

**100 Nage libre dames et messieurs**

## **2ème REUNION** **Dimanche Matin**

**4X100 NL mixte**

**50 Dos dames et messieurs**

**100 Papillon dames et messieurs**

**400 NL dames et messieurs**

## **3EME REUNION** **Dimanche AM**

**4X200 NL mixte ( par département)**

**50 Nage libre dames et messieurs**

**100 Brasse dames et messieurs**

**200 4N dames et messieurs**

***HORAIRES***  
***A TITRE INDICATIF***

**Bassin**

50 mètres - 8 couloirs –Chronométrage automatique

**Extra Nat**

Date limite mardi 1 avril- 23h59

**Catégories**

Juniors/Séniors

**Type de compétition**

Individuelle, performances insérées dans les classements FFN

**Qualificative pour**

Championnats de France Juniors

**Conditions de participation**

Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle Aquitaine, ayant réalisés les temps de qualification sur la saison N-1 et N (30 mars inclus) selon la grille correspondante à leur catégorie en bassin de 25m ou 50m.

**Engagement**

La qualification sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves  
Les épreuves du 800 nl, 1500 nl et 400 4n pourront être choisies comme épreuves complémentaires. Dans ce cas, seront retenus des temps réalisées en année N et N-1 identifiés dans la base de données fédérales du nageur (**pas de NT**).

**Finales**

Finales A TC - B TC C J1/J2 sur les épreuves 50-100-200  
Finales A TC B TC sur les épreuves du 400 nl et 200 papillon  
L'épreuve du 800 nl sera nagée au classement au temps avec séries lentes le matin et série rapide l'après-midi.  
Les épreuves du 400 4n et 1500 nl seront nagées au classement au temps.

**Récompenses**

Médailles aux trois premiers des finales « A » toutes catégories  
Epreuves classements aux temps, médailles aux trois premiers toutes catégories  
Dotation pour la meilleure performance Dames et Messieurs à la table de cotation.

**Utilisation du bassin sportif**

le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche

**Ouverture du bassin**

Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1<sup>er</sup> départs  
Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.

**Organisation**

Ligue Nouvelle Aquitaine Natation

# PROGRAMME

**14H30-16H00**  
Fin prévue 19H00

## 1ère REUNION Vendredi AM

50 Papillon dames et messieurs

50 Dos dames et messieurs

400x4N dames et messieurs

CLT

50 Brasse dames et messieurs

50 Nage Libre dames et messieurs

1500 libre dames et messieurs

CLT

Finales 50 Papillon dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

Finales 50 Dos dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

Finales 50 Brasse dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

Finales 50 Nage Libre dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

**08H00-09H30**  
Fin prévue 12H00

## 2ème REUNION

### Samedi matin

100 Dos dames et messieurs

200 Brasse dames et messieurs

100 Papillon dames et messieurs

800 Nage libre dames et messieurs Séries lentes

200 4N dames et messieurs

200 Nage libre dames et messieurs

**15H00-16H30**  
Fin prévue 18H30

## 3ème REUNION

### Samedi AM

Finale 100 Dos dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

200 Brasse dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

100 Papillon dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

800 Nage libre dames et messieurs Série rapide

200 4N dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

200 Nage libre dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

**08H00-09H30**  
Fin prévue 12H00

## 4ème REUNION

### Dimanche matin

200 Papillon dames et messieurs

200 Dos dames et messieurs

400 Nage libre dames et messieurs

100 Brasse dames et messieurs

100 Nage libre dames et messieurs

**14H00-15H30**  
Fin prévue 17H30

## 5ème REUNION

### Dimanche AM

Finales 200 Papillon dames et messieurs

*B TC A TC*

Finales 200 Dos dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

Finales 400 Nage libre dames et messieurs

*B TC A TC*

Finales 100 Brasse dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

Finales 100 Nage libre dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

**HORAIRES**  
**A TITRE INDICATIF**

# GRILLE DE QUALIFICATION

Catégories		14 ans (2011)		15 ans (2010)		16 ans (2009)		17 ans et plus (2008 et+)	
Epreuves	Sexe	Championnats LNA		Championnats LNA		Championnats LNA		Championnats LNA	
	BASSIN	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50 nage libre	Dames	00:30,85	00:31,55	00:30,23	00:30,93	00:29,89	00:30,59	00:29,48	00:30,18
	Messieurs	00:28,77	00:29,47	00:27,83	00:28,53	00:27,03	00:27,73	00:26,48	00:27,18
100 nage libre	Dames	01:07,62	01:08,82	01:05,63	01:06,83	01:04,95	01:06,15	01:04,15	01:05,35
	Messieurs	01:02,93	01:04,43	01:00,77	01:02,27	00:58,94	01:00,44	00:57,66	00:59,16
200 nage libre	Dames	02:27,54	02:30,44	02:22,69	02:25,59	02:21,57	02:24,47	02:19,09	02:21,99
	Messieurs	02:17,52	02:21,12	02:12,56	02:16,16	02:07,98	02:11,58	02:05,76	02:09,36
400 nage libre	Dames	05:08,31	05:14,51	04:59,51	05:05,71	04:54,81	05:01,01	04:50,14	04:56,34
	Messieurs	04:51,14	04:58,84	04:38,47	04:46,17	04:31,76	04:39,46	04:24,05	04:31,75
800 nage libre	Dames	10:32,59	10:45,49	10:11,60	10:24,50	10:07,17	10:20,07	09:54,32	10:07,22
	Messieurs	10:03,07	10:18,97	09:36,07	09:51,97	09:21,85	09:37,75	09:08,37	09:24,27
1500 nage libre	Dames	20:26,80	20:51,30	19:36,33	20:00,83	19:23,31	19:47,81	19:09,31	19:33,81
	Messieurs	19:19,91	19:50,01	18:23,78	18:53,87	17:51,40	18:21,50	17:24,26	17:54,36
50 dos	Dames	00:34,91	00:36,21	00:34,00	00:35,30	00:33,42	00:34,72	00:33,03	00:34,33
	Messieurs	00:32,74	00:34,24	00:31,34	00:32,84	00:30,31	00:31,81	00:29,50	00:31,00
100 dos	Dames	01:15,95	01:18,25	01:14,15	01:16,45	01:12,84	01:15,14	01:11,61	01:13,91
	Messieurs	01:11,54	01:14,54	01:07,44	01:10,44	01:05,64	01:08,64	01:04,02	01:07,02
200 dos	Dames	02:42,88	02:48,28	02:39,21	02:44,61	02:36,69	02:42,09	02:35,40	02:40,80
	Messieurs	02:35,81	02:42,71	02:26,64	02:33,54	02:22,29	02:29,19	02:18,51	02:25,41
50 brasse	Dames	00:39,49	00:40,19	00:38,33	00:39,03	00:37,63	00:38,33	00:37,21	00:37,91
	Messieurs	00:36,85	00:37,95	00:34,71	00:35,81	00:33,64	00:34,74	00:32,89	00:33,99
100 brasse	Dames	01:26,06	01:27,96	01:23,20	01:25,10	01:22,49	01:24,39	01:22,06	01:23,96
	Messieurs	01:20,84	01:23,34	01:16,81	01:19,31	01:13,67	01:16,17	01:11,77	01:14,27
200 brasse	Dames	03:05,36	03:09,86	02:59,59	03:04,09	02:58,35	03:02,85	02:56,22	03:00,72
	Messieurs	02:56,73	03:02,63	02:46,83	02:52,73	02:39,37	02:45,27	02:36,78	02:42,68
50 papillon	Dames	00:33,04	00:33,64	00:32,06	00:32,66	00:31,61	00:32,21	00:31,18	00:31,78
	Messieurs	00:30,98	00:31,68	00:29,74	00:30,44	00:28,80	00:29,50	00:28,06	00:28,76
100 papillon	Dames	01:14,69	01:16,09	01:12,07	01:13,47	01:10,77	01:12,17	01:09,91	01:11,31
	Messieurs	01:09,87	01:11,27	01:06,70	01:08,10	01:04,25	01:05,65	01:02,85	01:04,25
200 papillon	Dames	02:52,02	02:55,32	02:43,61	02:46,91	02:40,56	02:43,86	02:35,92	02:39,22
	Messieurs	02:39,60	02:42,90	02:29,01	02:32,31	02:25,50	02:28,80	02:22,04	02:25,34
200 4 nages	Dames	02:46,78	02:50,18	02:43,20	02:46,60	02:40,17	02:43,57	02:38,85	02:42,25
	Messieurs	02:37,61	02:41,71	02:30,05	02:34,15	02:25,98	02:30,08	02:22,32	02:26,42
400 4 nages	Dames	05:53,94	06:01,44	05:40,33	05:47,83	05:37,82	05:45,32	05:33,37	05:40,88
	Messieurs	05:33,06	05:42,06	05:19,06	05:28,06	05:09,11	05:18,11	05:03,14	05:12,14



# CIRCUIT RÉGIONAL LNA CHALLENGE AIMÉ BROUST - BORDEAUX



«Renforcer le désir de nager  
et de se confronter»

<b>Bassin</b>	25 mètres - 8 couloirs –Chronométrage automatique
<b>Extra Nat</b>	Date limite mardi 8 avril - 23h59
<b>Catégories</b>	Avenirs/benjamins
<b>Type de compétition</b>	Individuelle, performances insérées dans les classements FFN
<b>Qualificative pour</b>	Championnats de ligue
<b>Conditions de participation</b>	Compétition ouverte aux nageurs licenciés ayant réalisés les temps de qualification sur la saison N-1 et N (au 5 avril inclus) selon la grille correspondante à leur catégorie en bassin de 25m
<b>Epreuves</b>	Les épreuves du 200 4N et 400 Nage libre sont ouvertes aux Benjamins et Avenirs 3ème année Les épreuves 200 Papillon, 200 Dos et 200 Brasse sont ouvertes seulement aux Benjamins
<b>Engagement</b>	1 épreuves ouvre à X épreuves
<b>Finales</b>	Pas de finales / classement aux temps
<b>Récompenses</b>	Médailles aux trois premiers Avenirs toutes années d'âge Médailles aux trois premiers Benjamins(es) 1ère et 2ème année d'âge confondues
<b>Utilisation du bassin sportif</b>	le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche
<b>Ouverture du bassin</b>	Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1 <sup>er</sup> départs Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.
<b>Organisation et grille de temps</b>	Girondins de Bordeaux Natation (lien du site internet)



# PROGRAMME

08H00-9H30  
Fin prévue 12H00

14H30-15H30  
Fin prévue 18H30

08H00-9H30  
Fin prévue 12H00

14H00-15H00  
Fin prévue 17H30

1ERE REUNION Samedi Matin
50 Nage libre dames et messieurs
200 Brasse dames et messieurs <b>Benjamins</b>
100 Papillon dames et messieurs
100 4 nages dames et messieurs

2EME REUNION Samedi AM
200 Nage libre Dames et messieurs
100 Dos dames et messieurs
50 Brasse dames et messieurs
200 4n dames et messieurs <b>Benjamins et Avenirs 3</b>
4X50 4 nages Mixte <b>TC</b>

3EME REUNION Dimanche Matin
400 Nage libre Dames et messieurs <b>Benjamins et Avenirs 3</b>
100 Brasse dames et messieurs
200 Dos dames et messieurs <b>Benjamins</b>
50 Papillon dames et messieurs

4EME REUNION Dimanche AM
50 Dos dames et messieurs
200 Papillon dames et messieurs <b>Benjamins</b>
400 4n dames et messieurs CLT
100 Nage libre dames et messieurs
4X50 Nage libre Mixte <b>TC</b>

**HORAIRES**  
**A TITRE INDICATIF**



<b>Bassin</b>	25 mètres - 6 couloirs –Chronométrage automatique
<b>Extra Nat</b>	Date limite mardi 6 mai - 23h59
<b>Catégories</b>	Avenirs/benjamins
<b>Type de compétition</b>	Individuelle, performances insérées dans les classements FFN
<b>Qualificative pour</b>	Championnats de ligue
<b>Conditions de participation</b>	Compétition ouverte aux nageurs licenciés ayant réalisés les temps de qualification sur la saison N-1 et N (au 4 mai inclus) selon la grille correspondante à leur catégorie en bassin de 25m
<b>Engagement</b>	1 épreuves ouvre à X épreuves
<b>Finales</b>	Finales A et B Avenirs toutes années d'âge confondues sur les épreuves du 50m et 100m Finales A et B Benjamins 1ère et 2ème année sur les épreuves des : 50m et 100m Classement aux temps TC sur les épreuves des : 200m, 400m Nage libre, 400 4N et relais
<b>Récompenses</b>	Médailles aux trois premiers des finales par catégories Epreuves classements aux temps, médailles aux trois premiers par catégories Médailles aux 3 premiers relais club et aux 3 premières « sélection »
<b>Utilisation du bassin sportif</b>	le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche
<b>Ouverture du bassin</b>	Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1 <sup>er</sup> départs Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.
<b>Organisation et grille de temps</b>	Stade Poitevin Natation (lien du site internet)

«Renforcer le désir de nager et de se confronter»



# PROGRAMME

13H30-14H30  
Fin prévue 17H30

13H30-14H30  
Fin prévue 18H00

## 3ème REUNION

Samedi AM

200 Papillon  
Dames et  
messieurs  
**Benjamins 2**

**CLT**

50 Papillon  
dames et  
messieurs  
**finales A et B**  
**Avenirs/Benjami**  
**ns**

100 Dos dames  
et messieurs  
**finales A et B**  
**Avenirs/Benjami**  
**ns**

50 Brasse  
dames et  
messieurs  
**finales A et B**  
**Avenirs/Benjami**  
**ns**

100 Nage libre  
dames et  
messieurs  
**finales A et B**  
**Avenirs/Benjami**  
**ns**

200 Dos dames  
et messieurs

**CLT**

4X50 4n  
dames et  
messieurs **TC**

## 5ème REUNION

Dimanche AM

200 Brasse  
dames et  
messieurs

**Avenirs CLT**

100 Papillon  
dames et  
messieurs **finales**  
**A et B**  
**Avenirs/Benjamin**  
**s Benjamins**

50 Dos dames  
et messieurs  
**finales A et B**  
**Avenirs/Benjami**  
**ns**

100 Brasse  
dames et  
messieurs  
**finales A et B**  
**Avenirs/Benjami**  
**ns**

50 Nage libre  
dames et  
messieurs  
**finales A et B**  
**Avenirs/Benjami**  
**ns**

4X50 Nage  
libre dames et  
messieurs **TC**

07H30-8H30  
Fin prévue 12H00

## 4ème REUNION

Dimanche Matin

100 Papillon  
Dames et  
messieurs

50 Dos dames  
et messieurs

100 Brasse  
dames et  
messieurs

50 Nage libre  
dames et  
messieurs

200 Brasse  
dames et  
messieurs

**Benjamins**  
200 Nage libre  
dames et  
messieurs

**Benjamins 2**

15H30-16H30  
Fin prévue 19H30

## 1ère REUNION

Vendredi AM

400 Nage libre  
dames et  
messieurs

**Benjamins 2**  
**CLT**

200 Nage libre  
dames et  
messieurs  
**Avenirs/Benjami**  
**ns 2 CLT**

400 4N dames  
et messieurs  
**Benjamins 2**  
**CLT**

200 4 nages  
dames et  
messieurs  
**Avenirs/Benja**  
**mins 1 CLT**

4X50 Nage  
libre Mixte **TC**  
**CLT**

07H30-8H30  
Fin prévue 12H00

## 2ème REUNION

Samedi Matin

50 Papillon  
dames et  
messieurs **série**

100 Dos dames  
et messieurs  
**série**

50 Brasse  
dames et  
messieurs  
**série**

100 Nage libre  
dames et  
messieurs  
**série**

200 4n dames  
et messieurs  
**Benjamins 2**  
**CLT**

**HORAIRES**

**A TITRE INDICATIF**

# CIRCUIT RÉGIONAL LNA TOUR - LA ROCHELLE



« Stimuler les potentiels  
et dynamiser la natation régionale »

**Bassin** 50 mètres - 8 couloirs –Chronométrage automatique

**Extra Nat** Date limite mardi 13 mai - 23h59

**Catégories** Juniors/Séniors

**Type de compétition** Individuelle, performances insérées dans les classements FFN

**Qualificative pour** Championnats de ligue

**Conditions de participation** Compétition ouverte aux nageurs licenciés ayant réalisés les temps de qualification sur la saison N-1 et N (au 11 mai inclus) selon la grille correspondante à leur catégorie en bassin de 25m ou 50m.

La qualification sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves

**Engagement** Seront retenues les 16 meilleurs performances en année N-1 et N, pour les 400m NL et 400m 4N et les 8 meilleures pour les 800m et 1500mNL, identifiées dans la base de données fédérale du nageur

**Finales** Finale A TC - B TC - C Juniors 1 sur les 50m et le 100m  
Classement aux temps pour les épreuves des 200m, 400m, 800m et 1500m

**Récompenses** Médailles aux trois premiers des finales « A » TC et C Juniors 1  
Epreuves classements aux temps, médailles aux trois premiers toutes catégories

**Utilisation du bassin sportif** le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche

**Ouverture du bassin** Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1<sup>er</sup> départs  
Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.

**Organisation** Canards Rochelais Natation (lien du site internet)





# PROGRAMME

1ère REUNION Samedi matin	07H30-09H00 Fin prévue 12H00	2ème REUNION Samedi AM	14H00-15H00 Fin prévue 18H00
50 Pap dames et messieurs Séries		Finale 50 Pap dames et messieurs A TC B TC C J1	
100 Brasse dames et messieurs séries		1500 Nage libre messieurs série rapide CLT	
50 Nage libre dames et messieurs séries		Finale 100 Brasse dames et messieurs A TC B TC C J1	
PAUSE 20MIN		Finale 50 Nage libre dames et messieurs A TC B TC C J1	
800 Nage libre dames série rapide CLT		200 4n dames et messieurs séries CLT	
100 DOS dames et messieurs séries		1500 Nage libre messieurs série rapide CLT	
200 Pap dames et messieurs séries CLT		Finale 100 Dos dames et messieurs A TC B TC C J1	
		200 Nage libre dames et messieurs séries CLT	
3ème REUNION Dimanche matin	08H30-10H00 Fin prévue 12H30	4ème REUNION Dimanche AM	14H30-15H30 Fin prévue 17H30
50 Dos dames et messieurs Séries		Finale 50 Dos dames et messieurs A TC B TC C J1	
400 Nage libre dames série lente / série rapide CLT		400 Nage libre messieurs série lente / série rapide CLT	
50 Brasse dames et messieurs Séries		Finale 50 Brasse dames et messieurs A TC B TC C J1	
100 Pap dames et messieurs série		Finale 100 Pap dames et messieurs A TC B TC C J1	
PAUSE 20MIN		PAUSE 20MIN	
400 4n messieurs série lente / série rapide CLT		400 4n dames série lente / série rapide CLT	
100 Nage libre dames et messieurs séries		Finale 100 Nage libre dames et messieurs A TC B TC C J1	
200 Brasse dames et messieurs séries CLT		200 Dos dames et messieurs séries CLT	

**HORAIRES  
A TITRE INDICATIF**

# GRILLE DE QUALIFICATION

Catégories		14 ANS		15 ANS		16 ANS		17 ANS et +	
Epreuves	Sexe	LNA Tour		LNA Tour		LNA Tour		LNA Tour	
	Bassin	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50 nage libre	Dames	00:33,58	00:34,28	00:32,90	00:33,60	00:32,54	00:33,24	00:32,09	00:32,79
	Messieurs	00:31,32	00:32,02	00:30,30	00:31,00	00:29,43	00:30,13	00:28,83	00:29,53
100 nage libre	Dames	01:13,57	01:14,77	01:11,41	01:12,61	01:10,67	01:11,87	01:09,80	01:11,00
	Messieurs	01:08,50	01:10,00	01:06,16	01:07,66	01:04,16	01:05,66	01:02,77	01:04,27
200 nage libre	Dames	02:40,54	02:43,44	02:35,28	02:38,18	02:34,06	02:36,96	02:31,37	02:34,27
	Messieurs	02:29,73	02:33,33	02:24,33	02:27,93	02:19,36	02:22,96	02:16,95	02:20,55
400 nage libre	Dames	05:35,50	05:41,70	05:25,94	05:32,14	05:20,84	05:27,04	05:15,77	05:21,97
	Messieurs	05:16,98	05:24,68	05:03,21	05:10,91	04:55,92	05:03,62	04:47,55	04:55,25
800 nage libre	Dames	11:28,40	11:41,30	11:05,60	11:18,50	11:00,79	11:13,69	10:46,82	10:59,72
	Messieurs	10:56,59	11:12,49	10:27,25	10:43,15	10:11,80	10:27,70	09:57,16	10:13,06
1500 nage libre	Dames	22:15,00	22:39,50	21:20,16	21:44,66	21:06,02	21:30,52	20:50,81	21:15,31
	Messieurs	21:02,80	21:32,90	20:01,81	20:31,91	19:26,64	19:56,74	18:57,16	19:27,26
50 dos	Dames	00:38,04	00:39,34	00:37,05	00:38,35	00:36,42	00:37,72	00:36,00	00:37,30
	Messieurs	00:35,70	00:37,20	00:34,18	00:35,68	00:33,06	00:34,56	00:32,18	00:33,68
100 dos	Dames	01:22,72	01:25,02	01:20,76	01:23,06	01:19,33	01:21,63	01:18,00	01:20,30
	Messieurs	01:17,99	01:20,99	01:13,53	01:16,53	01:11,57	01:14,57	01:09,82	01:12,82
200 dos	Dames	02:57,43	03:02,83	02:53,45	02:58,85	02:50,71	02:56,11	02:49,31	02:54,71
	Messieurs	02:49,88	02:56,78	02:39,92	02:46,82	02:35,19	02:42,09	02:31,08	02:37,98
50 brasse	Dames	00:42,96	00:43,66	00:41,71	00:42,41	00:40,95	00:41,65	00:40,48	00:41,18
	Messieurs	00:40,13	00:41,23	00:37,81	00:38,91	00:36,64	00:37,74	00:35,83	00:36,93
100 brasse	Dames	01:33,66	01:35,56	01:30,56	01:32,46	01:29,78	01:31,68	01:29,32	01:31,22
	Messieurs	01:28,05	01:30,55	01:23,67	01:26,17	01:20,25	01:22,75	01:18,19	01:20,69
200 brasse	Dames	03:21,78	03:26,28	03:15,51	03:20,01	03:14,16	03:18,66	03:11,84	03:16,34
	Messieurs	03:12,52	03:18,42	03:01,76	03:07,66	02:53,66	02:59,56	02:50,84	02:56,74
50 papillon	Dames	00:35,94	00:36,54	00:34,88	00:35,48	00:34,39	00:34,99	00:33,93	00:34,53
	Messieurs	00:33,72	00:34,42	00:32,37	00:33,07	00:31,35	00:32,05	00:30,55	00:31,25
100 papillon	Dames	01:21,27	01:22,67	01:18,42	01:19,82	01:17,01	01:18,41	01:16,08	01:17,48
	Messieurs	01:16,03	01:17,43	01:12,59	01:13,99	01:09,92	01:11,32	01:08,41	01:09,81
200 papillon	Dames	03:07,18	03:10,48	02:58,04	03:01,34	02:54,73	02:58,03	02:49,69	02:52,99
	Messieurs	02:53,68	02:56,98	02:42,18	02:45,48	02:38,37	02:41,67	02:34,61	02:37,91
200 4 nages	Dames	03:01,49	03:04,89	02:57,61	03:01,01	02:54,32	02:57,72	02:52,88	02:56,28
	Messieurs	02:51,59	02:55,69	02:43,37	02:47,47	02:38,96	02:43,06	02:34,98	02:39,08
400 4 nages	Dames	06:25,19	06:32,69	06:10,41	06:17,91	06:07,68	06:15,18	06:02,85	06:10,35
	Messieurs	06:02,64	06:11,64	05:47,43	05:56,43	05:36,62	05:45,62	05:30,12	05:39,12

# CIRCUIT FÉDÉRAL JEAN BOITEUX - MÉRIGNAC



**Bassin** 50 mètres - 8 couloirs –Chronométrage automatique

**Extra Nat** Date limite mardi 27 mai - 23h59

**Catégories** Juniors/Séniors

«Eduquer la maturité physique et sportive»

**Type de compétition** Individuelle, performances insérées dans les classements FFN

**Qualificative pour** Championnats de France Elite et Open été

**Conditions de participation** Compétition ouverte aux nageurs licenciés ayant réalisés les temps de qualification selon la grille correspondante.

- La recherche de performance sera effectuée sur la saison N-1 + N. Elle sera effectuée en bassin de 50m PUIS en bassin de 25m (grille de conversion). Si un temps en 25m est retenu, il sera converti en 50m selon la table fédérale. En cas d'absence de performance dans la base, l'engagement ne sera pas possible. Pas de No Time.
- Possibilité de dérogation à la grille de temps fixée à 20% maximum du total des engagements, hors courses complémentaires. Un contrôle de ce pourcentage sera effectué une fois les résultats de la compétition remontés vers le serveur fédéral

**Engagement** La qualification sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves

Séries et finales sur 50m, 100m, 200m et 400m.

**Finales**

- Finales A et B toutes catégories, Finale C juniors 1ère et 2ème année
- Série lente/rapide pour les 800 NL et 1500 m NL Dames et Messieurs TC

Médailles aux trois premiers TC des finales A

**Récompenses**

Médailles aux trois premiers Juniors

Epreuves classements aux temps, médailles aux trois premiers toutes catégories

**Utilisation du bassin sportif**

Le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche

**Ouverture du bassin**

Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1<sup>er</sup> départs

Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.

**Organisation**

Girondins de Bordeaux Natation (lien du site internet)

# PROGRAMME

14H30-16H00  
Fin prévue 18H30

## 1ère REUNION Vendredi AM

800 NL dames et  
messieurs CLT

200 Brasse  
dames et  
messieurs

100 Dos dames et  
messieurs

50 Papillon dames  
et messieurs

400 4N dames et  
messieurs

15H00-16H30  
Fin prévue 19H30

## 3ème REUNION Samedi AM

50 Papillon dames  
et messieurs  
Finales C-B-A

200 NL dames et messieurs  
Finales C-B-A

400 4N Dos dames et  
messieurs Finale B-  
A

50 Dos dames et messieurs  
Finales C-B-A

1500 NL dames et  
messieurs Séries  
rapides

100 Brasse dames et  
messieurs  
Finales C-B-A

50 Papillon dames et  
messieurs Finales  
C-B-A

200 Papillon dames  
et messieurs  
Finales C-B-A

50 NL dames et  
messieurs Finales  
C-B-A

100 Dos dames et  
messieurs Finales  
C-B-A

14H00-15H30  
Fin prévue 18H00

07H00-08H30  
Fin prévue 12H30

## 2ème REUNION Samedi Matin

200 NL dames  
et messieurs

50 Dos dames et messieurs

100 Brasse dames et  
messieurs

200 Papillon dames et  
messieurs

50 NL dames  
et messieurs

1500 NL dames  
et messieurs  
Séries lentes

08H30-10H00  
Fin prévue 12H30

## 3EME REUNION Dimanche Matin

400 NL dames et  
messieurs

100 Papillon  
dames et  
messieurs

50 Brasse dames  
et messieurs

200 4N dames et  
messieurs

200 Dos Dames et  
messieurs

100 NL Dames et  
messieurs

4EME REUNION  
Dimanche AM

200 Brasse dames et  
messieurs

Finales C-B-A

400 NL  
messieurs série  
finale B-A

100 Papillon dames et  
messieurs  
Finales C-B-A

50 Brasse dames et  
messieurs Finales  
C-B-A

200 4N dames et  
messieurs  
Finales C-B-A

200 Dos dames et  
messieurs  
Finales C-B-A

100 NL dames et messieurs  
Finales C-B-A

**HORAIRES**  
**A TITRE INDICATIF**

# GRILLE DE QUALIFICATION (BASSIN DE 50M)

Epreuves	Catégories	14 ans (2011)	15 ans (2010)	16 ans (2009)	17 ans (2008)
50 nage libre	Dames	00:30,29	00:29,69	00:29,37	00:28,97
	Messieurs	00:28,29	00:27,39	00:26,62	00:26,09
100 nage libre	Dames	01:06,07	01:04,16	01:03,50	01:02,74
	Messieurs	01:01,85	00:59,78	00:58,02	00:56,79
200 nage libre	Dames	02:24,42	02:19,77	02:18,69	02:16,31
	Messieurs	02:15,48	02:10,71	02:06,32	02:04,19
400 nage libre	Dames	05:01,93	04:53,48	04:48,97	04:44,49
	Messieurs	04:46,89	04:34,72	04:28,28	04:20,88
800 nage libre	Dames	10:19,67	09:59,52	09:55,27	09:42,93
	Messieurs	09:54,21	09:28,29	09:14,64	09:01,70
1500 nage libre	Dames	20:01,25	19:12,80	19:00,30	18:46,86
	Messieurs	19:02,41	18:08,52	17:37,44	17:11,39
50 dos	Dames	00:34,76	00:33,89	00:33,33	00:32,96
	Messieurs	00:32,87	00:31,53	00:30,54	00:29,76
100 dos	Dames	01:15,12	01:13,39	01:12,13	01:10,95
	Messieurs	01:11,56	01:07,62	01:05,89	01:04,34
200 dos	Dames	02:41,55	02:38,03	02:35,61	02:34,37
	Messieurs	02:36,20	02:27,40	02:23,22	02:19,59
50 brasse	Dames	00:38,58	00:37,47	00:36,80	00:36,39
	Messieurs	00:36,43	00:34,38	00:33,35	00:32,63
100 brasse	Dames	01:24,44	01:21,70	01:21,01	01:20,60
	Messieurs	01:20,01	01:16,14	01:13,12	01:11,30
200 brasse	Dames	03:02,27	02:56,73	02:55,54	02:53,49
	Messieurs	02:55,32	02:45,82	02:38,66	02:36,17
50 papillon	Dames	00:32,29	00:31,35	00:30,92	00:30,51
	Messieurs	00:30,41	00:29,22	00:28,32	00:27,61
100 papillon	Dames	01:13,05	01:10,53	01:09,28	01:08,46
	Messieurs	01:08,42	01:05,38	01:03,02	01:01,68
200 papillon	Dames	02:48,31	02:40,23	02:37,31	02:32,85
	Messieurs	02:36,38	02:26,22	02:22,85	02:19,53
200 4 nages	Dames	02:43,37	02:39,94	02:37,03	02:35,76
	Messieurs	02:35,24	02:27,98	02:24,08	02:20,56
400 4 nages	Dames	05:46,98	05:33,92	05:31,51	05:27,24
	Messieurs	05:28,38	05:14,94	05:05,39	04:59,65





«Renforcer le désir de nager  
et de se confronter»

Bassin	25 mètres - 8 couloirs –Chronométrage automatique
Extra Nat	Date limite mardi 27 mai - 23h59
Catégories	Avenirs/benjamins
Type de compétition	Individuelle, performances insérées dans les classements FFN
Qualificative pour	Championnats de ligue
Conditions de participation	Compétition ouverte aux nageurs licenciés ayant réalisés les temps de qualification sur la saison N-1 et N (au 25 mai inclus) selon la grille correspondante à leur catégorie en bassin de 25m
Engagement	<b>6 épreuves maximum par nageur</b> (l'organisateur se donne le droit de limiter le nombre de participants sur certaines épreuves) <b>L' épreuve du 200 Papillon est ouverte seulement aux Benjamins 2ème année</b>
Finales	Pas de finale
Récompenses	Epreuves classements aux temps : Médailles aux trois premiers Avenirs toutes années confondues Médailles aux trois premiers Benjamins(es) 1ère année Médailles aux trois premiers Benjamins(es) 2ème année  Lot pour la meilleure performance dames et messieurs
Utilisation du bassin sportif	le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche
Ouverture du bassin	Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1 <sup>er</sup> départs Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.
Organisation et grille de temps	Aviron Bayonnais Natation (lien du site internet)

# PROGRAMME

14H00-15H00  
Fin prévue 18H30

08H00-9H30  
Fin prévue 12H00

14H00-15H00  
Fin prévue 17H30

2EME REUNION Samedi AM
400 Nage libre Dames et messieurs
50 Dos dames et messieurs
100 Brasse dames et messieurs
200 Papillon dames et messieurs <b>Benjamins 2</b>
50 Nage libre dames et messieurs
4X50 4 nages dames et messieurs <b>TC</b>

3EME REUNION Dimanche Matin
50 Brasse dames et messieurs
200 4N dames et messieurs
200 Nage libre dames et messieurs
100 Papillon dames et messieurs
200 Dos dames et messieurs
200 Brasse dames et messieurs

4EME REUNION Dimanche AM
50 Papillon dames et messieurs
100 Nage libre dames et messieurs
100 Dos dames et messieurs
4X50 Nage libre dames et messieurs <b>TC</b>

*HORAIRES  
A TITRE INDICATIF*



«Renforcer le désir de nager  
et de se confronter»

**Bassin** 25 mètres - 6 couloirs –Chronométrage automatique

**Extra Nat** Date limite mardi 3 juin - 23h59

**Catégories** Benjamins

**Type de compétition** Sélection départementale par équipe de 10 nageurs et de 10 nageuses

**Qualificative pour** Championnats de Ligue

**Conditions de participation** Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle Aquitaine

**Engagement** Règlement fédéral (lien du site internet ffn)

**Récompenses** Médailles aux trois premières équipes Garçons et aux trois premières équipes Filles.

**Utilisation du bassin sportif** le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche

**Ouverture du bassin** Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1<sup>er</sup> départs  
Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.

**Organisation** Ligue Nouvelle Aquitaine Natation (lien du site internet)

# PROGRAMME

**14H30-16H00**  
**Fin prévue 18H30**

**08H00-9H30**  
**Fin prévue 12H30**

<b>1ère RÉUNION</b> <b>SAMEDI AM</b>	<b>2ÈME RÉUNION</b> <b>DIMANCHE MATIN</b>
<b>10 x 50 nage libre messieurs et dames</b>	<b>Défilé des équipes</b>
<b>200 4 nages messieurs</b>	<b>10 x 100 nage libre dames et Messieurs</b>
<b>400 4 nages dames</b>	<b>200 4 nages dames</b>
<b>200 Papillon messieurs</b>	<b>400 4 nages messieurs</b>
<b>50 brasse dames</b>	<b>50 Papillon dames et messieurs</b>
<b>200 Papillon dames</b>	<b>200 brasse dames et messieurs</b>
<b>200 dos messieurs et dames</b>	<b>50 dos dames et messieurs</b>
<b>400 libre messieurs</b>	<b>400 libre dames</b>
<b>200 libre dames</b>	<b>200 libre messieurs</b>
<b>4X50 4N messieurs et dames</b>	<b>4X100 4N dames et messieurs</b>

***HORAIRES***  
***A TITRE INDICATIF***

# CIRCUIT RÉGIONAL LNA TOUR - POITIERS



« Stimuler les potentiels  
et dynamiser la natation régionale »

**Bassin** 50 mètres - 8 couloirs –Chronométrage automatique

**Extra Nat** Date limite mardi 11 juin - 23h59

**Catégories** Juniors/Séniors

**Type de compétition** Individuelle, performances insérées dans les classements FFN

**Qualificative pour** Championnats de ligue

**Conditions de participation** Compétition ouverte aux nageurs licenciés ayant réalisés les temps de qualification sur la saison N-1 et N (au 8 juin inclus) selon la grille correspondante à leur catégorie en bassin de 25m ou 50m.

**Engagement** Pas de limite d'engagement

**Finales** J3 et + : Finale A et B sur les 100m et le 200m Nage libre - Finale A sur les autres 200m  
J1/J2 : Finale A et B sur le 100m Nage libre - Finale A sur les autres nages

Séries sur 50m & finales sur 25m

Un nageur ne peut s'engager que sur une course par éliminatoire (cr, dos, brasse ou papillon)

*Nage libre* : 9 séries max de 8 nageurs

*Pap - dos et brasse* : 5 séries max de 8

**Courses éliminatoire** A l'issue des séries sur 50m, les 16<sup>er</sup> J1&J2 et les 16 1<sup>er</sup> J3 et + sont qualifiés pour les finales sur 25m ils sont répartis en deux 1/2 finales  
les quatre 1<sup>er</sup> de chaque 1/2 finale sont qualifiés pour la finale par élimination  
8 nageurs, puis 4 nageurs puis duel entre les 2 meilleurs

**Récompenses** Médailles aux trois premiers des finales « A » J1/J2 et J3 et +  
Epreuves classements aux temps, médailles aux trois premiers par catégories J1/J2 et J3 et +

**Utilisation du bassin sportif** le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche

Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1<sup>er</sup> départs

**Ouverture du bassin** Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.

**Organisation** Stade Poitevin Natation (lien du site internet)





# PROGRAMME

**07H30-09H00**  
Fin prévue 12H00

**14H00-15H00**  
Fin prévue 18H00

**19H30-20H15**  
Fin prévue 23H00

1ère REUNION Samedi matin	2ème REUNION Samedi AM
200 Dos dames et messieurs	Finale 200 Dos dames et messieurs A J3et+ A J1/J2
100 Brasse dames et messieurs	100 Brasse dames et messieurs A J3et+ B J3et+ A J1/J2
200 Papillon dames et messieurs	Finale 200 Papillon dames et messieurs A J3et+ A J1/J2
100 Nage libre dames et messieurs	Finale 100 Nage libre dames et messieurs A J3et+ B J3et+ A J1/J2 B J1/J2
200 4N dames et messieurs	Finale 200 4N dames et messieurs A J3et+ A J1/J2

3ème REUNION Samedi Soir
50 Nage libre dames et messieurs
50 Papillon dames et messieurs
50 Dos dames et messieurs
50 Brasse dames et messieurs
4X50 Nage libre Mixte
25 Nage libre dames et messieurs 1/2 Finales J1/J2
25 Nage libre dames et messieurs 1/2 Finales J3 et +
25 Papillon dames et messieurs 1/2 Finales J1/J2
25 Papillon dames et messieurs 1/2 Finales J3 et +
25 Dos dames et messieurs 1/2 Finales J1/J2
25 Dos dames et messieurs 1/2 Finales J3 et +
25 Brasse dames et messieurs 1/2 Finales J1/J2
25 Brasse dames et messieurs 1/2 Finales J3 et +
Finales par élimination 25 Nage libre dames et messieurs J1/J2
Finales par élimination 25 Nage libre dames et messieurs J3 et +
Finales par élimination 25 Papillon dames et messieurs J1/J2
Finales par élimination 25 Papillon dames et messieurs J3 et +
Finales par élimination 25 Dos dames et messieurs J1/J2
Finales par élimination 25 Dos dames et messieurs J3 et +
Finales par élimination 25 Brasse dames et messieurs J1/J2
Finales par élimination 25 Brasse dames et messieurs J3 et +

**08H30-10H00**  
Fin prévue 12H30

**14H30-15H30**  
Fin prévue 17H30

4ème REUNION Dimanche matin	5ème REUNION Dimanche AM
200 Nage libre dames et messieurs	Finale 200 Nage libre dames et messieurs A J3et+ B J3et+ A J1/J2 B J1/J2
100 Dos dames et messieurs	100 Dos dames et messieurs A J3et+ B J3et+ A J1/J2
200 brasse dames et messieurs	Finale 200 brasse dames et messieurs A J3et+ A J1/J2
100 Papillon dames et messieurs	100 Papillon dames et messieurs A J3et+ B J3et+ A J1/J2
	Finale 200 4N dames et messieurs A J3et+ A J1/J2

**HORAIRES**  
**A TITRE INDICATIF**

# GRILLE DE QUALIFICATION

Catégories		14 ANS		15 ANS		16 ANS		17 ANS et +	
Epreuves	Sexe	LNA Tour		LNA Tour		LNA Tour		LNA Tour	
	Bassin	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50 nage libre	Dames	00:33,58	00:34,28	00:32,90	00:33,60	00:32,54	00:33,24	00:32,09	00:32,79
	Messieurs	00:31,32	00:32,02	00:30,30	00:31,00	00:29,43	00:30,13	00:28,83	00:29,53
100 nage libre	Dames	01:13,57	01:14,77	01:11,41	01:12,61	01:10,67	01:11,87	01:09,80	01:11,00
	Messieurs	01:08,50	01:10,00	01:06,16	01:07,66	01:04,16	01:05,66	01:02,77	01:04,27
200 nage libre	Dames	02:40,54	02:43,44	02:35,28	02:38,18	02:34,06	02:36,96	02:31,37	02:34,27
	Messieurs	02:29,73	02:33,33	02:24,33	02:27,93	02:19,36	02:22,96	02:16,95	02:20,55
400 nage libre	Dames	05:35,50	05:41,70	05:25,94	05:32,14	05:20,84	05:27,04	05:15,77	05:21,97
	Messieurs	05:16,98	05:24,68	05:03,21	05:10,91	04:55,92	05:03,62	04:47,55	04:55,25
800 nage libre	Dames	11:28,40	11:41,30	11:05,60	11:18,50	11:00,79	11:13,69	10:46,82	10:59,72
	Messieurs	10:56,59	11:12,49	10:27,25	10:43,15	10:11,80	10:27,70	09:57,16	10:13,06
1500 nage libre	Dames	22:15,00	22:39,50	21:20,16	21:44,66	21:06,02	21:30,52	20:50,81	21:15,31
	Messieurs	21:02,80	21:32,90	20:01,81	20:31,91	19:26,64	19:56,74	18:57,16	19:27,26
50 dos	Dames	00:38,04	00:39,34	00:37,05	00:38,35	00:36,42	00:37,72	00:36,00	00:37,30
	Messieurs	00:35,70	00:37,20	00:34,18	00:35,68	00:33,06	00:34,56	00:32,18	00:33,68
100 dos	Dames	01:22,72	01:25,02	01:20,76	01:23,06	01:19,33	01:21,63	01:18,00	01:20,30
	Messieurs	01:17,99	01:20,99	01:13,53	01:16,53	01:11,57	01:14,57	01:09,82	01:12,82
200 dos	Dames	02:57,43	03:02,83	02:53,45	02:58,85	02:50,71	02:56,11	02:49,31	02:54,71
	Messieurs	02:49,88	02:56,78	02:39,92	02:46,82	02:35,19	02:42,09	02:31,08	02:37,98
50 brasse	Dames	00:42,96	00:43,66	00:41,71	00:42,41	00:40,95	00:41,65	00:40,48	00:41,18
	Messieurs	00:40,13	00:41,23	00:37,81	00:38,91	00:36,64	00:37,74	00:35,83	00:36,93
100 brasse	Dames	01:33,66	01:35,56	01:30,56	01:32,46	01:29,78	01:31,68	01:29,32	01:31,22
	Messieurs	01:28,05	01:30,55	01:23,67	01:26,17	01:20,25	01:22,75	01:18,19	01:20,69
200 brasse	Dames	03:21,78	03:26,28	03:15,51	03:20,01	03:14,16	03:18,66	03:11,84	03:16,34
	Messieurs	03:12,52	03:18,42	03:01,76	03:07,66	02:53,66	02:59,56	02:50,84	02:56,74
50 papillon	Dames	00:35,94	00:36,54	00:34,88	00:35,48	00:34,39	00:34,99	00:33,93	00:34,53
	Messieurs	00:33,72	00:34,42	00:32,37	00:33,07	00:31,35	00:32,05	00:30,55	00:31,25
100 papillon	Dames	01:21,27	01:22,67	01:18,42	01:19,82	01:17,01	01:18,41	01:16,08	01:17,48
	Messieurs	01:16,03	01:17,43	01:12,59	01:13,99	01:09,92	01:11,32	01:08,41	01:09,81
200 papillon	Dames	03:07,18	03:10,48	02:58,04	03:01,34	02:54,73	02:58,03	02:49,69	02:52,99
	Messieurs	02:53,68	02:56,98	02:42,18	02:45,48	02:38,37	02:41,67	02:34,61	02:37,91
200 4 nages	Dames	03:01,49	03:04,89	02:57,61	03:01,01	02:54,32	02:57,72	02:52,88	02:56,28
	Messieurs	02:51,59	02:55,69	02:43,37	02:47,47	02:38,96	02:43,06	02:34,98	02:39,08
400 4 nages	Dames	06:25,19	06:32,69	06:10,41	06:17,91	06:07,68	06:15,18	06:02,85	06:10,35
	Messieurs	06:02,64	06:11,64	05:47,43	05:56,43	05:36,62	05:45,62	05:30,12	05:39,12



« RÉUNIR LES MEILLEURS NAGEURS »

<b>Bassin</b>	50 mètres - 8 couloirs –Chronométrage automatique
<b>Extra Nat</b>	Date limite mardi 25 juin - 23h59
<b>Catégories</b>	Benjamins
<b>Type de compétition</b>	Individuelle, performances insérées dans les classements FFN
<b>Qualificative pour</b>	Championnats de France / 1ère phase sur RK
<b>Conditions de participation</b>	<p>Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle Aquitaine, ayant réalisés les temps de qualification sur la saison N-1 et N (au 22 juin inclus) selon la grille correspondante à leur catégorie en bassin de 25m ou 50m.</p> <p>La qualification sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves</p>
<b>Engagement</b>	<p>Les épreuves du 800 nl 400 nl et 400 4n pourront être choisies comme épreuves complémentaires.</p> <p>Dans ce cas, seront retenues les 16 meilleurs performances toutes catégories en année N pour le 800 nl / 400 4n et les 24 meilleurs temps toutes catégories pour le 400 nl, identifiés dans la base de données fédérale du nageur.</p>
<b>Finales</b>	Pas de finales. Classement aux temps sur chaque épreuve
<b>Récompenses</b>	Epreuves classements aux temps, médailles aux trois premiers toutes catégories <u>Dotation pour la meilleure performance Dames et Messieurs à la table de cotation.</u>
<b>Utilisation du bassin sportif</b>	le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche
<b>Ouverture du bassin</b>	Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1 <sup>er</sup> départs Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.
<b>Organisation</b>	Ligue Nouvelle Aquitaine Natation (lien du site internet)

**PUBLICATION DE LA  
GRILLE DE TEMPS  
LE 16 MAI 2025**

# PROGRAMME

**08H00-09H30**  
Fin prévue 12H00

**14H30-15H30**  
Fin prévue 18H30

**HORAIRES**  
**A TITRE INDICATIF**

<b>1ère REUNION</b> <b>Samedi matin</b>	<b>2ème REUNION</b> <b>Samedi AM</b>
800 Nage libre dames *	400 Nage libre messieurs
100 papillon messieurs	50 Dos dames
200 Dos dames	200 Papillon messieurs *
200 Nage libre messieurs	200 4N nages dames
50 Brasse dames	50 Nage libre messieurs
100 Dos messieurs	200 brasse dames
100 Nage libre dames	400 4N messieurs *
	50 papillon dames
	100 brasse messieurs

**08H00-09H30**  
Fin prévue 12H00

**14H00-15H00**  
Fin prévue 18H30

<b>3ème REUNION</b> <b>Dimanche matin</b>	<b>4ème REUNION</b> <b>Dimanche AM</b>
800 Nage libre messieurs *	400 Nage libre dames
100 Papillon dames	50 Dos messieurs
200 Dos messieurs	200 Papillon dames *
200 Nage libre dames	200 4N nages messieurs
50 Brasse messieurs	50 Nage libre dames
100 Dos dames	200 brasse messieurs
100 Nage libre messieurs	400 4N dames *
	50 papillon messieurs
	100 brasse dames

**\* benjamin(e)s 2ème année uniquement**

<b>Bassin</b>	50 mètres - 8 couloirs –Chronométrage automatique
<b>Extra Nat</b>	Date limite mardi 1 juillet- 23h59
<b>Catégories</b>	Juniors/Séniors
<b>Type de compétition</b>	Individuelle, performances insérées dans les classements FFN
<b>Qualificative pour</b>	Championnats de France Open été
<b>Conditions de participation</b>	<p>Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle Aquitaine, ayant réalisés les temps de qualification sur la saison N-1 et N (29 juin inclus) selon la grille correspondante à leur catégorie en bassin de 25m ou 50m.</p> <p>La qualification sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves Les épreuves du 800 nl, 1500 nl et 400 4n pourront être choisies comme épreuves complémentaires. Dans ce cas, seront retenus des temps réalisées en année N et N-1 identifiés dans la base de données fédérales du nageur ( pas de NT).</p>
<b>Engagement</b>	
<b>Finales</b>	<p>Finales A TC - B TC C J1/J2 sur les épreuves 50-100-200 Finales A TC B TC sur les épreuves du 400 nl et 200 papillon L'épreuve du 800 nl sera nagée au classement au temps avec séries lentes le matin et série rapide l'après-midi. Les épreuves du 400 4n et 1500 nl seront nagées au classement au temps.</p>
<b>Récompenses</b>	<p>Médailles aux trois premiers des finales « A » toutes catégories Epreuves classements aux temps, médailles aux trois premiers toutes catégories <u>Dotation pour la meilleure performance Dames et Messieurs à la table de cotation.</u></p>
<b>Utilisation du bassin sportif</b>	<p>le matériel d'entraînement ne sont pas autorisés dans le bassin sportif, à l'exception du pull boy et de la planche</p>
<b>Ouverture du bassin</b>	<p>Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1<sup>er</sup> départs Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.</p>
<b>Organisation</b>	Ligue Nouvelle Aquitaine Natation



# PROGRAMME

14H30-16H00  
Fin prévue 19H00

## 1ère REUNION Vendredi AM

50 Papillon dames et messieurs

50 Dos dames et messieurs

400x4N dames et messieurs

CLT

50 Brasse dames et messieurs

50 Nage Libre dames et messieurs

1500 libre dames et messieurs

CLT

Finales 50 Papillon dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

Finales 50 Dos dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

Finales 50 Brasse dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

Finales 50 Nage Libre dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

08H00-09H30  
Fin prévue 12H00

## 2ème REUNION

### Samedi matin

100 Dos dames et messieurs

200 Brasse dames et messieurs

100 Papillon dames et messieurs

800 Nage libre dames et messieurs Séries lentes

200 4N dames et messieurs

200 Nage libre dames et messieurs

*B TC A TC*

08H00-09H30  
Fin prévue 12H00

## 4ème REUNION

### Dimanche matin

200 Papillon dames et messieurs

200 Dos dames et messieurs

400 Nage libre dames et messieurs

100 Brasse dames et messieurs

100 Nage libre dames et messieurs

15H00-16H30  
Fin prévue 18H30

## 3ème REUNION

### Samedi AM

Finale 100 Dos dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

200 Brasse dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

100 Papillon dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

800 Nage libre dames et messieurs Série rapide

200 4N dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

200 Nage libre dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

14H00-15H30  
Fin prévue 17H30

## 5ème REUNION

### Dimanche AM

Finales 200 Papillon dames et messieurs

*B TC A TC*

Finales 200 Dos dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

Finales 400 Nage libre dames et messieurs

*B TC A TC*

Finales 100 Brasse dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

Finales 100 Nage libre dames et messieurs

*C J 1/2 B TC A TC*

**HORAIRES**  
**A TITRE INDICATIF**

# GRILLE DE QUALIFICATION

Catégories		14 ans (2011)		15 ans (2010)		16 ans (2009)		17 ans et plus (2008 et+)	
Epreuves	Sexe	Championnats LNA		Championnats LNA		Championnats LNA		Championnats LNA	
	BASSIN	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
50 nage libre	Dames	00:30,85	00:31,55	00:30,23	00:30,93	00:29,89	00:30,59	00:29,48	00:30,18
	Messieurs	00:28,77	00:29,47	00:27,83	00:28,53	00:27,03	00:27,73	00:26,48	00:27,18
100 nage libre	Dames	01:07,62	01:08,82	01:05,63	01:06,83	01:04,95	01:06,15	01:04,15	01:05,35
	Messieurs	01:02,93	01:04,43	01:00,77	01:02,27	00:58,94	01:00,44	00:57,66	00:59,16
200 nage libre	Dames	02:27,54	02:30,44	02:22,69	02:25,59	02:21,57	02:24,47	02:19,09	02:21,99
	Messieurs	02:17,52	02:21,12	02:12,56	02:16,16	02:07,98	02:11,58	02:05,76	02:09,36
400 nage libre	Dames	05:08,31	05:14,51	04:59,51	05:05,71	04:54,81	05:01,01	04:50,14	04:56,34
	Messieurs	04:51,14	04:58,84	04:38,47	04:46,17	04:31,76	04:39,46	04:24,05	04:31,75
800 nage libre	Dames	10:32,59	10:45,49	10:11,60	10:24,50	10:07,17	10:20,07	09:54,32	10:07,22
	Messieurs	10:03,07	10:18,97	09:36,07	09:51,97	09:21,85	09:37,75	09:08,37	09:24,27
1500 nage libre	Dames	20:26,80	20:51,30	19:36,33	20:00,83	19:23,31	19:47,81	19:09,31	19:33,81
	Messieurs	19:19,91	19:50,01	18:23,78	18:53,87	17:51,40	18:21,50	17:24,26	17:54,36
50 dos	Dames	00:34,91	00:36,21	00:34,00	00:35,30	00:33,42	00:34,72	00:33,03	00:34,33
	Messieurs	00:32,74	00:34,24	00:31,34	00:32,84	00:30,31	00:31,81	00:29,50	00:31,00
100 dos	Dames	01:15,95	01:18,25	01:14,15	01:16,45	01:12,84	01:15,14	01:11,61	01:13,91
	Messieurs	01:11,54	01:14,54	01:07,44	01:10,44	01:05,64	01:08,64	01:04,02	01:07,02
200 dos	Dames	02:42,88	02:48,28	02:39,21	02:44,61	02:36,69	02:42,09	02:35,40	02:40,80
	Messieurs	02:35,81	02:42,71	02:26,64	02:33,54	02:22,29	02:29,19	02:18,51	02:25,41
50 brasse	Dames	00:39,49	00:40,19	00:38,33	00:39,03	00:37,63	00:38,33	00:37,21	00:37,91
	Messieurs	00:36,85	00:37,95	00:34,71	00:35,81	00:33,64	00:34,74	00:32,89	00:33,99
100 brasse	Dames	01:26,06	01:27,96	01:23,20	01:25,10	01:22,49	01:24,39	01:22,06	01:23,96
	Messieurs	01:20,84	01:23,34	01:16,81	01:19,31	01:13,67	01:16,17	01:11,77	01:14,27
200 brasse	Dames	03:05,36	03:09,86	02:59,59	03:04,09	02:58,35	03:02,85	02:56,22	03:00,72
	Messieurs	02:56,73	03:02,63	02:46,83	02:52,73	02:39,37	02:45,27	02:36,78	02:42,68
50 papillon	Dames	00:33,04	00:33,64	00:32,06	00:32,66	00:31,61	00:32,21	00:31,18	00:31,78
	Messieurs	00:30,98	00:31,68	00:29,74	00:30,44	00:28,80	00:29,50	00:28,06	00:28,76
100 papillon	Dames	01:14,69	01:16,09	01:12,07	01:13,47	01:10,77	01:12,17	01:09,91	01:11,31
	Messieurs	01:09,87	01:11,27	01:06,70	01:08,10	01:04,25	01:05,65	01:02,85	01:04,25
200 papillon	Dames	02:52,02	02:55,32	02:43,61	02:46,91	02:40,56	02:43,86	02:35,92	02:39,22
	Messieurs	02:39,60	02:42,90	02:29,01	02:32,31	02:25,50	02:28,80	02:22,04	02:25,34
200 4 nages	Dames	02:46,78	02:50,18	02:43,20	02:46,60	02:40,17	02:43,57	02:38,85	02:42,25
	Messieurs	02:37,61	02:41,71	02:30,05	02:34,15	02:25,98	02:30,08	02:22,32	02:26,42
400 4 nages	Dames	05:53,94	06:01,44	05:40,33	05:47,83	05:37,82	05:45,32	05:33,37	05:40,88
	Messieurs	05:33,06	05:42,06	05:19,06	05:28,06	05:09,11	05:18,11	05:03,14	05:12,14



**Ligue Nouvelle Aquitaine de Natation**  
***NATATION COURSE***

**Siège social : Maison régionale des Sports 2 avenue de  
l'Université 33400 Talence**

**Grégory Beckmann**  
**Tél : 06.58.78.14.60**  
**E-Mail : [etr.natation@ffnatationlna.fr](mailto:etr.natation@ffnatationlna.fr)**