

RÈGLEMENT

NATATION COURSE

JANVIER - JUIN 2025



contact@ffnatation33.org

06 08 28 86 82

CALENDRIER

MEETINGS CLUBS

Meetings Nationaux

Ligue NA

CD33 Natation

Meet. Club Aveniris

osez

JANVIER			FÉVRIER			MARS			AVRIL			MAI			JUIN			JUILLET		
1	M	1	S	AGEN	1	S	1	M	1	J	1	J	1	D	1	LNA CHALLENGE	1	M		
2	J	2	D		2	D	2	M	2	V	2	V	2	L	2	L	2	M		
3	V	3	L		3	L	3	J		3	S	3	S	3	M		3	J		
4	S	4	M		4	M	4	V	CHPTS LNA JUN / SEN	4	D	4	D	4	M		4	V		
5	D	5	M		5	M	5	S		5	L	5	L	5	J		5	S		
6	L	6	J		6	J	6	D	MCA	6	M	6	M	6	V		6	D		
7	M	7	V		7	V	7	L		7	M	7	M	7	S	CHPTS 33 - Maîtres	7	L		
8	M	8	S		8	S	8	M		8	J	8	J	8	D	CFD	8	M		
9	J	9	D	Meet. Ornon	9	D	9	M		9	V	9	V	9	L	MCA	9	M		
10	V	10	L		10	L	10	J		10	S	10	S	10	M		10	J		
11	S	11	M		11	M	11	V		11	D	11	D	11	M		11	V		
12	D	12	M		12	M	12	S	LNA CHALLENGE - Bx	12	L	12	L	12	J		12	S		
13	L	13	J		13	J	13	D		13	M	13	M	13	V	LNA TOUR	13	D		
14	M	14	V		14	V	14	L		14	M	14	M	14	S	AVENIR CUP	14	L		
15	M	15	S	LNA TOUR	15	S	Meet. La Teste	15	M	15	J	15	J	15	D	COUPE ÉTÉ	15	M		
16	J	16	D	MCA	16	D	MCA	16	M	16	V	16	V	16	L		16	M		
17	V	17	L	Meet. M. Salles	17	L		17	J	17	S	17	S	17	M		17	J		
18	S	18	M		18	M		18	V	18	D	18	D	18	M		18	V		
19	D	19	M		19	M		19	S	19	L	19	L	19	J		19	S		
20	L	20	J		20	J		20	D	20	M	20	M	20	V		20	D		
21	M	21	V		21	V		21	L	21	M	21	M	21	S	CHPTS 33	21	L		
22	M	22	S	CIRCUIT 2 - J/S	22	S	MEET. LNA BENJAMINS	22	M	22	J	22	J	22	D	BENJ/JUN/SEN	22	M		
23	J	23	D	CIRCUIT 2 - BENJ	23	D		23	M	23	V	23	V	23	L		23	M		
24	V	24	L		24	L		24	J	24	S	24	S	24	M		24	J		
25	S	25	M		25	M		25	V	25	D	25	D	25	M		25	V		
26	D	26	M		26	M		26	S	26	L	26	L	26	J		26	S		
27	L	27	J		27	J		27	D	27	M	27	M	27	V		27	D		
28	M	28	V		28	V		28	L	28	M	28	M	28	S	CHPTS LNA - ÉTÉ BENJAMINS	28	L		
29	M				29	S	CIRCUIT 3 - B/J/S	29	M	29	J	29	J	29	D		29	M		
30	J				30	D	COUPE PRINTEMPS	30	M	30	V	30	V	30	L		30	M		
31	V	Meet. N			31	L				31	S	31	S				31	J		

SOMMAIRE

INFORMATIONS GENERALES :

- Engagements / tarifs / pénalités 1
- Formations "officiels" / feuille de jury / Quota officiels 2
- Les Organisations organisées par des clubs 3

LES AVENIRS :

- Les Avenirs - introduction et récapitulatif des dates 4
- Le Meeting Club Avenirs (MCA) : dates, programmes et règlements 5
- MCA - les cartes, badges et pass'nageurs 6
- Les finalités Avenirs 7
- Coupe de Printemps 8
- Avenir Cup 9
- Coupe d'été 10

LES BENJAMINS :

- Les Benjamins - introduction, récapitulatif des dates et trophées 11
- Les trophées FFN et récompenses 12
- Stages et regroupements départementaux 13
- 4 circuits de travail - explications des circuits 1 à 4 14
- Circuit 1 15
- Circuit 2 16
- Circuit 3 17
- Circuit 4 18
- Interclubs Benjamins 19
- Championnats Gironde été 20 - 21

LES JUNIORS - SENIORS :

- Les Juniors - Seniors : introduction et récapitulatif des dates 22
- Circuit 1 23
- Circuit 2 24
- Circuit 3 25
- Circuit 4 26
- Championnats Gironde Eté 27 - 28

TOUTES CATEGORIES :

- Le Record de l'heure 2024 29

LES MAITRES :

- Championnat Gironde été 30

NATATION EN EAU LIBRE :

- Circuit Osez la natation en eau libre 2024 31

LES OFFICIELS

FORMATIONS :

Le CD33 Natation met en place des formations

- chronométreurs (visio + 40 courses chronométrées + 10 courses Juge à l'arrivée)
- Starter
- Juge
- Juge arbitre

Le calendrier des formations se trouve [ICI](#)

Le suivi des personnes en formation est disponible :

- pour les chronométreurs [ICI](#) (les officiels qui ont fini leur formation ne figure plus sur cet onglet)
- pour les Juges [ICI](#)

FEUILLE DE JURY :

Pour chaque compétition organisée par le CD33 Natation (et les MCA), il est demandé aux clubs de remplir la feuille de jury le vendredi avant 12h00, veille de la compétition.

RAPPEL :

- Les officiels doivent être **LICENCIES** pour prendre part au jury
- Aucun "examen chrono" ne sera pris sur le bord du bassin. Ils doivent être inscrits sur la feuille de jury

Cliquez [ICI](#) pour voir la feuille de jury

QUOTA OFFICIELS / NAGEURS :

Sur chaque compétition départementale, le club doit engager des officiels par rapport aux nombre de nageurs engagés. Ce calcul se fait par réunion. Retrouvez [ICI](#) le quota selon le type de compétition (Interclubs, pré saison, circuit, etc.)

LES ORGANISATIONS "CLUBS"

MEETING ORNON NATATION :

Organisé par le club **Ornon Natation** à la piscine Olympique de Villenave d'Ornon

Contact : asso.ornon.natation@gmail.com

- Dimanche 9 février 2025
- Catégories : Avenir, Benjamins, Juniors / seniors

MEETING MICHEL SALLES :

Organisé par le club de l'**Union Saint Bruno Bordeaux** à la piscine Tissot - Demie journée

Contact : natation.usb@saint-bruno.org

- Dimanche 16 février 2025
- Catégories : Benjamins, Juniors 1

CHALLENGE AIMÉ BROUSTE - LNA CHALLENGE :

Organisé par le club des Girondins de Bordeaux. Piscine du Grand parc à Bordeaux

Contact : contact@girondins-natation.com

- Samedi 12 et dimanche 13 Avril 2025
- Catégories : Benjamins et Avenir



CHALLENGE DU BASSIN :

Organisé par le club de l'AS La Teste Natation.

Contact : astnatation.secretariat@gmail.com

- Samedi 15 et Dimanche 16 mars 2025
- Catégorie : Juniors / Seniors

MEETING JEAN BOITEUX - MEETING NATIONAL :

Organisé par le club des Girondins de Bordeaux.

Contact : contact@girondins-natation.com

- Vendredi 30, samedi 31 mai et dimanche 1 Juin 2025
- Catégories : Juniors / seniors

LES AVENIRS

- Nageurs nés en 2014 et après :
 - Avenirs 3 = 2014 - 11 ans
 - Avenirs 2 = 2015 - 10 ans
 - Avenirs 1 = 2016 et avant - 9 ans

Le règlement sportif 2025 des avenir a été construit en prenant en compte la saison sportive 2024. Les programmes de cette catégorie sont basés sur le circuit MCA. Dans les pages suivantes, vous trouverez toutes les explications sur ce circuit, qui a pour objectifs d'intégrer progressivement les plus jeunes nageurs des clubs à la compétition tout en élevant progressivement le niveau de performance sur certaines dates clés dans la saison sportive. La formation des nageurs est au centre de ce dispositif où la qualification à diverses échelons n'est pas la finalité.

Les compétitions 2025 pour la catégorie avenir organisées et/ou coordonnées par le CD33:

- MCA 1 : Dimanche 19 janvier 2025
- MCA 2 : Dimanche 16 février 2025
- MCA 3 : Dimanche 16 mars 2025
- **Coupe de Printemps** : Dimanche 30 mars 2025
- MCA 4 : Dimanche 6 avril 2025
- MCA 5 : Dimanche 18 mai 2025
- MCA 6 : Lundi 9 juin 2025
- **Avenir Cup** : samedi 14 juin 2025
- **Coupe été** : Dimanche 15 juin 2025

Les nageurs de la catégorie avenir doivent nager en maillot de bain. Le port d'une combinaison ou d'un jammer entraînera une disqualification. Se reporter à l'annuel règlement 2025.

LES FINALITES "AVENIRS"		
COUPE PRINTEMPS	DIMANCHE 30 MARS	LA TESTE DE BUCH
AVENIR CUP	SAMEDI 14 JUIN	AMBARES
COUPE ETE	DIMANCHE 15 JUIN	PAUILLAC

LES COUPES (2014-2015) :

- Le niveau départemental, est le 2ème niveau de compétition, après les organisations clubs (MCA)
- Les coupes départementales viennent finir un trimestre de travail pour les nageurs nés en 2014 et 2015
 - Coupe printemps : Mars après MCA 1, 2, 3
 - Coupe Eté : juin après MCA 4, 5, 6
- Pour les nageurs qui ont validé un 100 4 Nages
- De nouvelles épreuves en plus des épreuves traditionnelles que l'on retrouve sur les MCA : 200 NL , 400 NL,
- Compétition individuelle avec une notion "club"
- Lors de chaque "coupe", une coupe est remise en jeu. Le club qui gagne la coupe doit la ramener sur la prochaine coupe suivante.
- Sur chaque épreuve le meilleur et la meilleure nageur.se de chaque club marque des points sur chaque épreuve avec le barème suivant : 20 pts pour le 1er du classement, 18 points pour le 2ème, 16 points pour le 3ème, 15, 14, 13, 12, etc
- Le 1er relais de chaque club marque des points avec le même barème

L'AVENIR CUP (2016 - 2017) :

- Finalité pour les nageurs nés en 2016 et 2017
- Compétition organisée avant les vacances scolaires d'été (1/2 journée)
- Pour participer à cette compétition, les nageurs devront avoir nagé au préalable :
 - Un 50 m (pap - dos)
 - Un 50 m (Dos - Brasse)
 - Un 50 m (brasse - crawl)
- Des podiums individuels seront réalisés par année d'âge

REGLEMENT :

- ## PROGRAMME :

RECOMPENSES :

- Podiums sur chaque épreuves (2014 et 2015)
- Le classement de la coupe de printemps se fera sur toutes les épreuves (épreuves individuelles et relais) => pour les modalités de classement, se rendre à la page 7.

EXTRANAT:

- 8

AVENIR CUP

AVENIR CUP	
SAMEDI 14 JUIN	AMBARES
CATÉGORIE : AVENIRS	25 M - 5 COULOIRS

REGLEMENT :

- Cette compétition est réservée aux nageurs nés en 2016 et 2017
- Pour se qualifier à cette compétition, les nageurs devront avoir nagé :
 - Un 50 m (25 dos - 25 brasse)
 - Un 50 m (25 pap - 25 Dos)
 - Un 50 m (25 Brasse - 25 crawl)
- Classement au temps
- 2 engagements individuels dans l'après midi
- Composition des relais :
 - 2 filles ou 2 garçons ou 1 fille / 1 garçon (même classement)
- Le relais 2 x 50 (4 nages) s'organisera de la façon suivante :
 - 1er relayeur : 25 pap - 25 dos
 - 2eme relayeur : 25 Brasse - 25 NL

PROGRAMME :

APRES-MIDI	
2 x 50 NL - Mixte	
25 Papillon	
25 dos	
25 brasse	
2 x 50 (4 nages) - Mixte	

RECOMPENSES :

- Podiums sur chaque épreuve individuelles (2016 - 2017)
- Podium pour les 3 premières équipes de relais
 - Petites coupes pour tous les nageurs du podium

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 11 juin** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

COUPE D'ETE

COUPE D'ETE	
DIMANCHE 15 JUIN	PAUILLAC
CATÉGORIE : AVENIRS	25 M - 6 COULOIRS

REGLEMENT :

- Cette compétition est réservée aux nageurs nés en 2014 et 2015.
- Pour se qualifier à cette compétition, les nageurs devront avoir nagé un 100 4 nages sur une compétition officielle. Les performances N-1 (à partir du 1/01/2024) sont prises en compte.
- Les nageurs qui s'engagent à cette compétition sont obligés de nager les 4 épreuves individuelles du programme.
- Les nageurs qui ne sont pas en capacité de nager une des épreuves du programme ne doivent pas participer à cette compétition.
- Composition des relais : 2 filles / 2 garçons. Possibilité de faire des relais 1 fille - 3 garçons (ou inversement) mais ils seront "hors concours".
- Les forfaits doivent être réalisés 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé.
- Un défilé déguisé sera organisé en début d'après midi. Le thème : " Tous à la plage "

PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
100 4 nages Dames	100 4 Nages Messieurs
50 Pap Messieurs	50 Pap Dames
50 Dos Dames	50 Dos Messieurs
50 brasse Messieurs	50 Brasse Dames
4 x 50 NL	4 x 50 4 Nages

RECOMPENSES :

- Podiums sur chaque épreuves (2014 - 2015 - 2016 et plus)
- Classement coupe d'été : Le 1er / ere 2014 et le 1er / ere 2015 de chaque club marque des points (20, 18, 16, 15, 14 etc

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 11 juin** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

LES BENJAMINS

- Nageurs nés en 2012 et 2013
 - Benjamins 1 = 2013
 - Benjamins 2 = 2012

Les règlements sportifs 2025 ont été construits pour permettre aux nageurs de cette catégorie de continuer leur parcours de formation. Le CD33 natation s'appuie sur les trophées FFN benjamins du **nageur complet** et **4 nageurs** pour construire les programmes. Les contenus se veulent diversifiés et innovants avec beaucoup de relais et de challenges.

Les championnats départementaux été et automne seront les compétitions références pour se qualifier aux échéances régionales, voir nationale (automne).

Comme spécifié dans l'annuel règlement, il y aura une période de **"Formation"** qui ne sera pas qualificative (mais où les performances sont comptabilisées pour les trophées FFN). Dans cette période (janvier à mars), c'est l'occasion pour les entraîneurs et les nageurs de s'engager et nager différentes épreuves : Sprint, demi fond, 200 mètres, etc.

- Période de formation : Du 1er janvier au 31 mars 2025

Les compétitions 2025 pour la catégorie Benjamine organisées par le CD33 Natation :

- Circuit 1 : Samedi 25 janvier 2025
- Circuit 2 : Dimanche 23 février 2025
- Circuit 3 : Samedi 29 mars 2025
- Circuit 4 : Jeudi 8 mai 2025
- Interclubs Benjamins : Dimanche 25 mai 2025
- Championnats Départementaux été : Samedi 21 et Dimanche 22 juin 2025

Les nageurs de la catégorie benjamins doivent nager en maillot de bain. Le port d'une combinaison ou d'un jammer entraînera une disqualification. Se reporter à l'annuel règlement 2025.

LES BENJAMINS

LES TROPHÉES FFN - BENJAMINS :

Ils sont à réaliser entre le 1er janvier et le 24 novembre 2025,

Pour les nageurs Benjamins 1 (2013) :

- Nageur complet : **800 NL - 200 4 Nages - un 50 mètres de spécialité**
- 4 nageurs : **100 Papillon - 100 dos - 100 brasse - 100 NL**

Pour les nageurs Benjamins 2 (2012) :

- Nageur complet : **800 NL - 400 4 Nages - un 50 mètres de spécialité**
- 4 nageurs : **200 Papillon - 200 dos - 200 brasse - 200 NL**

LES RECOMPENSES DES TROPHÉES :

Chaque nageur qui validera un trophée FFN (nageur complet et/ou 4 nageurs), se verra remettre le badge correspondant à son trophée. Le suivi et la distribution des badges sont gérés par les entraîneurs.

Les badges :



Les 3 meilleures nageuses 2012 et 2013 ainsi que les 3 meilleurs nageurs 2012, 2013 des classements des 2 trophées FFN se verront remettre un trophée en fin de saison.

STAGES & REGROUPEMENTS DÉPARTEMENTAUX

Le CD33 Natation souhaite accompagner les benjamins dans leur parcours de formation de nageur. C'est pourquoi, en plus de l'organisation de compétition pour cette catégorie, l'organisation d'un ou plusieurs stages est prévu dans la saison sportive 2025.

Objectif de la saison pour le département de la Gironde :

Qualifier une équipe à la finale de la Coupe de France des départements qui se déroulera fin décembre 2025.

Pour ce faire, le CD33 Natation organisera :

- Un stage départemental "élargi" préparatif à la CFD:
 - Du samedi 19 au lundi 21 Avril 2025
 - Lieu à valider
 - Encadrement à valider
- Une journée de cohésion avec l'équipe départementale
 - Mercredi 4 Juin
 - A l'Aqua stadium de Mérignac
 - Une séance dans l'eau le matin
 - Une activité terrestre l'après midi
- Un stage départemental pour préparer la finale de la CFD*
 - Dates à valider
 - A l'Aqua stadium de Mérignac
 - Séances dans l'eau et PPG

*Si le département de la Gironde n'arrive pas à qualifier d'équipe pour la finale nationale de la CFD, le CD33 Natation se réserve le droit d'organiser un stage à destination de la catégorie avenir et benjamine pour préparer la CFD 2026.

Les critères de qualifications et de sélections pour les stages et sélections sont du ressort de la commission sportive et seront présentés au fil de la saison sportive.

LES DATES CLÉS :

- Fin février / début mars : Diffusion de la liste des nageurs sélectionnés pour le stage de fin mars
- Samedi 19 au Lundi 21 avril : Stage départemental
- Mi mai 2025 : Diffusion de la liste des nageurs sélectionnés pour la CFD
- Mercredi 4 juin 2025 : Journée cohésion
- Samedi 7 et dimanche 8 juin : Coupe de France des départements à Périgueux
- Début Octobre 2025 : Diffusion de la liste des nageurs sélectionnés pour le stage de début novembre
- Novembre 2025 : Stage départemental
- Samedi 20 et dimanche 21 Décembre 2025 : Finale nationale CFD

CIRCUIT 1 : TOURNOI DE VITESSE

SAMEDI 25 JANVIER	LA TESTE DE BUCH
CATÉGORIE : BENJAMIN	25 M - 6 COULOIRS

REGLEMENT :

- Série + 1/2 finale + Finale par année d'âge dans la même réunion
- 12 nageurs qualifiés en 1/2 finale. 6 nageurs qualifiés en finale
- 4 engagements individuels sur l'ensemble de la compétition
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé
- Composition des relais : 2 filles / 2 garçons. Possibilité de faire des relais 1 fille - 3 garçons (ou inversement) mais ils seront "hors concours"

PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
4x50 nl Mixte - (Séries)	4x50 4N Mixte - (Séries)
50 Brasse D&M - (Séries)	50 Pap D&M - (Séries)
50 NL D&M - (Séries)	50 Dos D&M - (Séries)
50 Brasse D&M - (1/2 finales par année)	50 Pap D&M - (1/2 finales par année)
50 NL D&M - (1/2 finales par année)	50 Dos D&M - (1/2 finales par année)
50 Brasse D&M - (Finales par année)	50 Pap D&M - (Finales par année)
50 NL D&M - (Finales par année)	50 Dos D&M - (Finales par année)
4x50 nl Mixte - Finale	4x50 4 N Mixte - Finale

RECOMPENSES :

- Médailles aux 3 premiers relais à l'issue de la finale
- Médailles aux 3 premier.e.s (par année d'âge) à l'issue des finales des épreuves individuelles

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 22 janvier** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

CIRCUIT 2 : TROPHÉE 4 NAGES

DIMANCHE 23 FÉVRIER

CATÉGORIE : BENJAMIN

25 M -

REGLEMENT :

- 4 engagements individuels dans la journée
- Composition des relais : 2 filles / 2 garçons.
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé*

Orientation et rappel des épreuves du trophée 4 nageurs :

- Né.e.s en 2012 : 200 Pap / 200 Dos / 200 B / 200 NL
- Né.e.s en 2013 : 100 Pap / 100 Dos / 100 B / 100 NL

PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
200 4Nages Dames	200 4Nages Messieurs
100 Pap M-D	100 Brasse D-M
200 NL M-D	200 Dos D-M
100 dos M-D	100 NL D-M
200 Brasse M-D	200 Pap D-M
4 x 50 4 Nages Mixte	4 x 50 NL Mixte

RECOMPENSES :

- Pas de récompenses

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 19 février** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

CIRCUIT 3

SAMEDI 29 MARS	LA TESTE DE BUCH
CATÉGORIE : BENJ / JUN /SEN	25 M - 6 COULOIRS

REGLEMENT :

- 3 engagements individuels dans la journée
- Composition des relais : 2 filles / 2 garçons.
- Les benjamins n'ont pas le droit de s'engager sur le 1500 NL
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé

Orientation et rappel des épreuves du trophée du nageur complet :

- Né.e.s en 2012 : 800 NL / 400 4 Nages
- Né.e.s en 2013 : 400 NL / 200 4 Nages

PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
4 x 50 NL Mixte	4 x 50 4 nages Mixte
400 4 Nages Messieurs	400 4 Nages Dames
200 4 Nages Dames	200 4 Nages Messieurs
1500 NL Messieurs	1500 NL Dames
400 NL Dames	400 NL Messieurs
800 NL Messieurs	800 NL Dames

RECOMPENSES :

- Pas de récompenses

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 26 mars** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

CIRCUIT 4

JEUDI 8 MAI	BORDEAUX - GRAND PARC
CATÉGORIE : BENJ / JUN / SEN	25 M - 8 COULOIRS

REGLEMENT :

- 3 engagements individuels + relais
- Relais "surprises" :
 - 4x50 4 nages et 4x100 4 nages => chaque nageur de l'équipe tire au sort sa nage
 - Le tirage au sort se fera juste avant la course
- Composition des relais : 2 filles / 2 garçons.
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé

PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
4X100 NL Mixte	4X100 4N - SURPRISE - Mixte
50 Pap M-D	50 Brasse D-M
100 NL M-D	100 Dos D-M
50 Dos M-D	50 NL D-M
100 Brasse M-D	100 Pap D-M
4X50 4 N - SURPRISE - Mixte	4X50 NL Mixte

RECOMPENSES :

- Pas de récompenses

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **lundi 5 mai** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

INTERCLUBS BENJAMINS 24 / 33 / 47	
DIMANCHE 25 MAI	BERGERAC
CATÉGORIE : BENJAMIN	25 M - 6 COULOIRS

REGLEMENT :

- Compétition nationale (voir annuel reglement 2025)
- Une équipe = 4 filles OU 4 garçons
- Chaque nageur de l'équipe participe :
 - aux 2 relais
 - à deux 100 mètres différents (Attention, chaque 100 m doit être nagé par 2 nageurs différents)
- Pour le relais 4 x 100 4 N, chaque nageur nageur 100 4 Nages
- 1 remplaçant.e par équipe (2 épreuves)

PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
4 X 200 NL Dames	4 x 200 NL Messieurs
4 x 100 4 nages Messieurs	4 x 100 4 Nages Dames
100 Papillon Dames	100 Papillon Messieurs
100 Brasse Messieurs	100 Brasse Dames
100 NL Dames	100 NL Messieurs
100 Dos Messieurs	100 Dos Dames

RECOMPENSES :

- Médailles et coupes aux 3 premier.e.s équipes

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 21 mai** (23h59)

CHAMPIONNATS DE GIRONDE ÉTÉ (PAGE 1/2)

**SAMEDI 21
DIMANCHE 22 JUIN**

LA TESTE DE BUCH

CATÉGORIE : BENJ / JUN / SEN

25 M - 6 COULOIRS

REGLEMENT :

- Les nageurs devront avoir réalisé les performances de.s grille.s de qualification depuis le **1/01/2024** :
 - Benjamins : grille Benjamins (page suivante)
- Les benjamins ne pourront pas nager le 1500 nl
- 8 engagements maximum sur toute la compétition
 - 6 engagements rentrant dans la grille de temps + 2 épreuves complémentaires dans la compétition
 - Le 1500 nl et le 800 nl ne peuvent pas faire partie des épreuves complémentaires
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé

PROGRAMME :

SAMEDI	
MATIN	APRES-MIDI
1500 NL Messieurs JUN/SEN	1500 NL Dames JUN/SEN
400 NL Dames	400 NL Messieurs
50 Brasse M & D	50 NL D & M
PODIUMS	PODIUMS
200 NL M & D	200 Papillon D & M
100 Papillon M & D	100 Dos D & M
200 4 Nages Messieurs	200 4 Nages Dames
PODIUMS	PODIUMS
MATIN	APRES-MIDI
800 NL Dames	800 NL Messieurs
50 Papillon M & D	50 Dos D & M
200 Dos M & D	200 Brasse D & M
PODIUMS	PODIUMS
100 brasse M & D	100 NL D & M
400 4 Nages Messieurs	400 4 Nages Dames
PODIUMS	PODIUMS

RECOMPENSES :

- Médailles aux 3 premier.e.s par catégories :
 - Benjamins

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 18 juin** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

LES JUNIORS - SENIORS

- Nageurs nés à partir de 2011
 - Juniors 1 = 2011 - 14 ans
 - Juniors 2 = 2010 - 15 ans
 - Juniors 3 = 2009 - 16 ans
 - Juniors 4 = 2008 - 17 ans
 - Juniors 5 = 2007 - 18 ans
 - Seniors = 2006 et avant - 19 ans et +

Les règlements sportifs 2025 pour cette catégorie ont été construits de façon à faire nager les nageurs de niveau départemental tout au long de la saison sportive. Toutes les épreuves du programme seront proposées au moins 1 fois entre janvier et les championnats régionaux été.

Les compétitions 2025 pour la catégorie Juniors-seniors organisées par le CD33:

- Circuit 1 : Dimanche 26 janvier 2025
- Circuit 2 : Samedi 22 février 2025
- Circuit 3 : Samedi 29 mars 2025
- Circuit 4 : Jeudi 8 mai 2025
- Championnats Départementaux été : Samedi 21 et dimanche 22 juin 2025

CIRCUIT 1 : TOURNOI VITESSE

DIMANCHE 26 JANVIER

LA TESTE DE BUCH

CATÉGORIE : JUNIORS/SENIORS

25 M - 6 COULOIRS

REGLEMENT :

- Série + 1/2 finale (Jun 1/2 ET Jun 3 et +) + Finale (Jun 1/2 ET Jun 3 et +) dans la même réunion
- 12 nageurs qualifiés en 1/2 finale. 6 nageurs qualifiés en finale
- 4 engagements individuels sur l'ensemble de la compétition
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé
- Composition des relais : 2 filles / 2 garçons. Possibilité de faire des relais 1 fille - 3 garçons (ou inversement) mais ils seront "hors concours" et ne pourront pas participer aux finales.

PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
4x50 nl Mixte - (Séries)	4x50 4N Mixte - (Séries)
50 Brasse D&M - (Séries)	50 Pap D&M - (Séries)
50 NL D&M - (Séries)	50 Dos D&M - (Séries)
50 Brasse D & M - (1/2 finales Jun 1/2 et Jun3 et +)	50 Pap D & M - (1/2 finales Jun 1/2 et Jun3 et +)
50 NL D&M - (1/2 finales Jun 1/2 et Jun3 et +)	50 Dos D&M - (1/2 finales Jun 1/2 et Jun3 et +)
50 Brasse D & M - (Finales Jun 1/2 et Jun 3 et +)	50 Pap D & M - (Finales Jun 1/2 et Jun 3 et +)
50 NL D&M - (Finales Jun 1/2 et Jun 3 et +)	50 Dos D&M - (Finales Jun 1/2 et Jun 3 et +)
4x50 nl Mixte - Finale	4x50 4 N Mixte - Finale

RECOMPENSES :

- Médailles aux 3 premiers relais à l'issue de la finale
- Médailles aux 3 premier.e.s à l'issue des finales des épreuves individuelles :
 - Jun 1/2
 - Jun 3 et plus

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 22 janvier** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

CIRCUIT 2	
SAMEDI 22 FÉVRIER	
CATÉGORIE : JUNIORS/SENIORS	

REGLEMENT :

- 4 engagements dans la journée
- Les relais Mixtes seront composés obligatoirement de 2 filles et 2 garçons
- Les forfaits doivent être réalisés 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé.

PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
4 X 50 NL - Mixte	4 X 50 4 Nages - Mixte
100 Pap M-D	100 Dos D-M
200 Dos M-D	200 Brasse D-M
100 Brasse M-D	100 NL D-M
200 NL M-D	200 Pap D-M
100 4 Nages Messieurs	100 4 Nages Dames

RECOMPENSES :

- Pas de récompenses sur cette compétition

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 19 février** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

CIRCUIT 3

SAMEDI 29 MARS	LA TESTE DE BUCH
CATÉGORIE : BENJ / JUN /SEN	25 M - 6 COULOIRS

REGLEMENT :

- 3 engagements individuels dans la journée
- Composition des relais : 2 filles / 2 garçons.
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé

PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
4 x 50 NL Mixte	4 x 50 4 nages Mixte
400 4 Nages Messieurs	400 4 Nages Dames
200 4 Nages Dames	200 4 Nages Messieurs
1500 NL Messieurs	1500 NL Dames
400 NL Dames	400 NL Messieurs
800 NL Messieurs	800 NL Dames

RECOMPENSES :

- Pas de récompenses

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 26 mars** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

CIRCUIT 4

JEUDI 8 MAI	BORDEAUX - GRAND PARC
CATÉGORIE : BENJ / JUN / SEN	25 M - 8 COULOIRS

REGLEMENT :

- 3 engagements individuels + relais
- Relais "surprises" :
 - 4x50 4 nages et 4x100 4 nages => chaque nageur de l'équipe tire au sort sa nage
 - Le tirage au sort se fera juste avant la course
- Composition des relais : 2 filles / 2 garçons.
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé

PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
4X100 NL Mixte	4X100 4N - SURPRISE - Mixte
50 Pap M-D	50 Brasse D-M
100 NL M-D	100 Dos D-M
50 Dos M-D	50 NL D-M
100 Brasse M-D	100 Pap D-M
4X50 4 N - SURPRISE - Mixte	4X50 NL Mixte

RECOMPENSES :

- Pas de récompenses

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 5 mai** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

CHAMPIONNATS DE GIRONDE ÉTÉ (PAGE 1/2)

SAMEDI 21 DIMANCHE 22 JUIN	LA TESTE DE BUCH
CATÉGORIE : BENJ / JUN / SEN	25 M - 6 COULOIRS

REGLEMENT :

- Les nageurs devront avoir réalisé les performances de.s grille.s de qualification depuis le **1/01/2024** :
- Une seule série de 1500 nl par sexe => 6 meilleur.e.s temps
- 8 engagements maximum sur toute la compétition
 - 6 engagements rentrant dans la grille de temps + 2 épreuves complémentaires dans la compétition
 - Le 1500 nl et le 800 nl ne peuvent pas faire partie des épreuves complémentaires
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé

PROGRAMME :

SAMEDI	
MATIN	APRES-MIDI
1500 NL Messieurs JUN/SEN	1500 NL Dames JUN/SEN
400 NL Dames	400 NL Messieurs
50 Brasse M & D	50 NL D & M
PODIUMS	PODIUMS
200 NL M & D	200 Papillon D & M
100 Papillon M & D	100 Dos D & M
200 4 Nages Messieurs	200 4 Nages Dames
PODIUMS	PODIUMS
MATIN	APRES-MIDI
800 NL Dames	800 NL Messieurs
50 Papillon M & D	50 Dos D & M
200 Dos M & D	200 Brasse D & M
PODIUMS	PODIUMS
100 brasse M & D	100 NL D & M
400 4 Nages Messieurs	400 4 Nages Dames
PODIUMS	PODIUMS

RECOMPENSES :

- Médailles aux 3 premier.e.s par catégories :
 - Juniors / Séniors

EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 18 juin** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

CHAMPIONNATS DE GIRONDE ÉTÉ (PAGE 2/2)

**SAMEDI 21
DIMANCHE 22 JUIN**

LA TESTE DE BUCH

CATÉGORIE : BENJ / JUN /SEN

25 M - 8 COULOIRS

GRILLE DE TEMPS JUNIORS / SENIORS : V2

EPREUVES	FILLES					
	JUN 1 2011	JUN 2 2010	JUN 3 2009	JUN 4 2008	JUN 5 2007	SENIORS 2006 et AVANT
50 NL	0.39	0.37	0.3550	0.35	0.3350	0.33
100 NL	1.26	1.21	1.17	1.16	1.15	1.1350
200 NL	3.16	3.07	2.50	2.4550	2.4250	2.3950
400 NL	6.45	6.35	6.25	6.17	6.10	6.00
800 NL	12.00	11.30	11.00	10.40	10.20	10.00
1500 NL	6 meilleurs temps seront retenus à l'issue des engagements des clubs					
50 DOS	0.46	0.4350	0.42	0.41	0.4050	0.3950
100 DOS	1.40	1.35	1.31	1.2850	1.2650	1.24
200 DOS	3.27	3.21	3.15	3.07	3.04	3.01
50 BRASSE	0.48	0.47	0.46	0.4550	0.45	0.4450
100 BRASSE	1.48	1.46	1.4250	1.4050	1.39	1.39
200 BRASSE	3.56	3.48	3.39	3.35	3.32	3.28
50 PAPILLON	0.4350	0.41	0.39	0.3850	0.3750	0.3650
100 PAPILLON	1.40	1.36	1.3350	1.30	1.27	1.22
200 PAPILLON	3.45	3.33	3.20	3.16	3.13	3.09
200 4 NAGES	3.30	3.20	3.14	3.09	3.0650	3.0350
400 4 NAGES	7	6.45	6.30	6.20	6.10	6

EPREUVES	GARCONS					
	JUN 1 2011	JUN 2 2010	JUN 3 2009	JUN 4 2008	JUN 5 2007	SENIORS 2006 et AVANT
50 NL	0.3750	0.35	0.3350	0.3150	0.3050	0.30
100 NL	1.24	1.19	1.14	1.10	1.08	1.07
200 NL	3.09	2.57	2.44	2.335	2.31	2.2850
400 NL	6.40	6.25	6.12	6.08	6	5.50
800 NL	11.45	11.15	10.50	10.30	10.10	9.50
1500 NL	6 meilleurs temps seront retenus à l'issue des engagements des clubs					
50 DOS	0.44	0.4150	0.3950	0.37	0.3650	0.3550
100 DOS	1.37	1.31	1.26	1.2250	1.21	1.20
200 DOS	3.24	3.17	3.10	3.06	2.55	2.45
50 BRASSE	0.47	0.45	0.44	0.41	0.4050	0.40
100 BRASSE	1.43	1.40	1.3650	1.34	1.3150	1.28
200 BRASSE	3.52	3.45	3.39	3.21	3.16	3.12
50 PAPILLON	0.43	0.40	0.37	0.35	0.34	0.3250
100 PAPILLON	1.33	1.28	1.2450	1.2150	1.1950	1.1700
200 PAPILLON	3.35	3.20	3.09	2.56	2.54	2.51
200 4 NAGES	3.22	3.15	3.08	3.03	2.58	2.56
400 4 NAGES	6.55	6.40	6.27	6.17	6.05	5.50

RECORD DE L'HEURE 2024**TOUT AU LONG DE L'ANNEE****CATÉGORIE : TOUTES CATEGORIES****25 M - 50 M****PRINCIPE :**

Le CD33 Natation propose en partenariat avec ces clubs locaux affiliés à la FFN d'organiser une ou plusieurs étapes du record de l'heure. **Le principe est de nager la plus grande distance en une heure.**

REGLEMENT :

- Réservé aux nageurs licenciés à la FFN
- 10 € l'engagement
- Le style de nage est libre
- Les nageurs peuvent avoir une gourde et s'arrêter pour boire
- Les nageurs peuvent sortir de l'eau pendant l'heure et y retourner ensuite
- La distance totale sera ramenée au dernier 25 mètres nagé

PROGRAMME D'UNE ETAPE :

RECORD DE L'HEURE
Echauffement libre : 30'
Epreuve d'une heure
Podiums - Remise des diplomes

ORGANISATEURS :

Les clubs souhaitant organiser une étape doivent envoyer un mail à contact@ffnatation33.org

un calendrier sera diffusé aux clubs et une communication sera assurée par le CD33 natation via les réseaux sociaux.

L'intégralité des engagements reviennent aux clubs organisateurs

Le CD33 Natation fournit les médailles et diplômes aux organisateurs

Le suivi des distances et les classements sont réalisés par le CD33 natation.

Une cérémonie en fin d'année sera organisée par le CD33 Natation avec les clubs organisateurs et les meilleurs nageurs de l'année.

CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAL ETE

DIMANCHE 8 JUIN

LANGON - BASSIN EXTERIEUR

CATÉGORIE : MAITRES

25 M - 5 COULOIRS

L'organisation de cette compétition est déléguée au club des Masters Langon Sud Gironde
Contact : contact@masters-natation-langon.fr

REGLEMENT :

- Pour les nageurs ayant au moins 25 ans au 31 décembre de l'année en cours
- Les épreuves :
 - 10 individuelles
 - 2 relais mixte
- Chaque nageur ou nageuse devra effectuer une nage individuelle + 1 relais minimum dont le 10x50 NL
- Pour le relais 4 x 50m 4 N (2 dames + 2 messieurs)
- Pour le relais 10 x 50 NL (minimum 4 Dames)
- Les 2 relais sont obligatoires pour être classé
- Chaque équipe aura droit à un(e) remplaçant(e) en cas de blessure au cours de la compétition.

PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
4 x 50 4 Nages	50 papillon
400 NL	100 Dos
100 Papillon	50 brasse
50 Dos	100 NL
100 Brasse	200 4 Nages
50 NL	10 x 50 NL

CLASSEMENT :

Il n'y a pas de classements par catégories d'âge.

IL s'effectue d'après les points de la table de cotation FFN affectés d'un coefficient de majoration moyen calculé à partir des records du monde de la catégorie d'âge (50 et 100m) comparés au record du monde en C1 (base 1). Attention : Le total des points marqués après affectation du coefficient de majoration est plafonné à 1500 points pour les épreuves individuelles et les relais.

RECOMPENSES :

Une coupe à l'équipe gagnante et aux équipes classées 2ème et 3ème et divers lots de vin pour chaque club.

EXTRANAT & TARIFS :

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **jeudi 5 juin** (23h59)
- Le montant est de 50 € par équipe
- le montant "hors équipe" est de 6€ en individuel, les relais sont gratuits

CIRCUIT OSEZ LA NATATION EN EAU LIBRE	
OSEZ HOURTIN	DIMANCHE 11 MAI
OSEZ LIBOURNE	SAMEDI JUIN
OSEZ ARCACHON	SAMEDI JUIN
OSEZ HOSTENS	SAMEDI 6 SEPTEMBRE
OSEZ BORDEAUX	DIMANCHE SEPTEMBRE

Le circuit **Osez la natation en eau libre** est coordonné par le CD33 natation. les étapes sont organisées par les clubs locaux et par le CD33 Natation pour l'étape qui se déroule à Hostens.

L'objectif de ce circuit est de promouvoir la discipline de la natation en eau libre en Gironde. Pour ce faire, les organisateurs proposent des distances de 500 mètres accessibles au plus grands nombres.

Le CD33 natation et ces clubs partenaires proposent un panel important de distances pour satisfaire le plus grand nombre de nageurs : 500, 1000, 1500, 2000, 3000, 4000 et 5000 mètres ainsi que des relais.

s étapes permettent aux nageurs

INFORMATIONS ET RENSEIGNEMENTS :

Un site dédié au circuit Osez la natation en eau libre a été créé ou vous pourrez retrouver pour chaque étape les règlements des manifestations, les distances, les tarifs, les spécificités, etc.

les informations sur le site seront mis au fil du temps et selon l'avancement des travaux de chaque organisateur.

SITE INTERNET :

Le site est accessible en cliquant ICI

<https://eaulibre.ffnatation33.org/>