

COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE MARITIME



Bulletin « Spécial Règlements » 2010 2011

<http://seinemaritime.ffnatation.fr>



SPECIAL REGLEMENTS 2010-2011

Sommaire

❑ Affiliations et Licences	p3 à 4
❑ Engagements aux Compétitions	p5
❑ Catégories d'âges et Performances	p6
❑ Règlements « Avenirs-Poussins »	p7 à 11
❑ Dispositions particulières	p12
❑ Règlements financiers fédéraux	p13
❑ Règlements financiers « 76 »	p14 à 15
❑ Forfaits et dépassements de temps	p16
❑ Officiels	p17 à 18
❑ Calendrier général saison 2010 2011	p19 à 23
❑ Grille de temps Championnats « 76 »	p24
❑ Programme Coupe de France Benjamins 2010-2011	p25 à 26
❑ Projet Natation Synchronisée	p27 à 30
❑ 1 ^{er} Championnat « 76 » Eau Libre	p31 à 32
❑ Toutes les compétitions « Natation Course »	p32 à 61



COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE MARITIME

Site web : <http://seinemaritime.ffnatation.fr> Courriel : ffn_76@orange.fr



AFFILIATION DES CLUBS – LES LICENCES

ATTENTION: Comme chaque année les clubs doivent se ré affilier avant le 30/11/2010. Passé cette date des frais de gestion hors période seront appliqués..

Rappel : la feuille d'affiliation, accompagnée du règlement, éditée directement depuis extranat, doit être adressée directement à la F.F.N

***ATTENTION NOUVEAU SIEGE A COMPTER
DU 06 SEPTEMBRE 2010 :
Tour Essor***

14, rue Scandicci - 93500 PANTIN

Rappel : la prise de licences n'est possible qu'après validation de votre affiliation par la F.F.N.

Tarifs 2010 – 2011

Se reporter au chapitre « règlements financiers »

Nul ne peut participer ou officier à une compétition sans être licencié à la Fédération Française de Natation. ***Rappel : les licences sont gérées directement en ligne via l'interface www.extranat.fr.***

Rappel de la procédure

Utilisez le Login (identifiant) et le mot de passe que vous avez reçu de la Fédération Française de Natation pour vous connecter à www.extranat.fr.



COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE MARITIME

Site web : <http://seinemaritime.ffnatation.fr> Courriel : ffn_76@orange.fr



AFFILIATION DES CLUBS – LES LICENCES (suite...)

1. Vous créez ou renouvelez vos licences en ligne et, à la fin d'une session, vous imprimez **un bon de commande** correspondant aux licences sur lesquelles vous venez de travailler.
2. Vous envoyez ce bon de commande **accompagné du règlement** (le montant est affiché sur le bon de commande) au **Comité Régional de Normandie, 55 Route de Bretagne, 14760 Bretteville sur Odon.**
3. A ce moment, il appartient au Comité Régional d'oblitérer vos licences (participation aux compétitions) puis de transmettre votre règlement à la FFN pour homologation. Vous pourrez suivre en temps réel sur l'interface extranat le statut de vos licences (en cours, oblitérées, homologuées).

Vous procéderez de la même façon à chaque session de travail sur l'interface extranat.

Attention : la fiche licence contenue dans le livret du licencié doit être impérativement remplie et signée par lui-même ou son représentant légal s'il est mineur. Vous devez en conserver un exemplaire et remettre l'autre exemplaire au licencié.

TRANSFERT

Rappel : la procédure de transfert a été simplifiée depuis la saison 2008-2009. Une fois le transfert effectué sur extranat, le club quitté sera automatiquement averti par mail. Il n'y a plus de droit de transfert sauf athlètes de haut niveau (se reporter au spécial règlements Fédéral).

TARIFS DES LICENCES 2010-2011

Se reporter au chapitre « règlements financiers »



COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE MARITIME

Site web : <http://seinemaritime.ffnatation.fr> Courriel : ffn_76@orange.fr



ENGAGEMENTS AUX COMPETITIONS

□ Engagements en ligne sur Extranat



Pour toutes les compétitions portant le label **FFN GESTION INFORMATIQUE EXTRANAT**, les engagements sont à faire **EN LIGNE** sur www.extranat.fr. Les engagements, ainsi que les bons de commandes validés sont à réaliser avant la date limite de clôture. Les bons de commandes validés sont à transmettre, **accompagnés du règlement**, par voie postale au correspondant informatique et **doit être reçu par ce dernier au plus tard le jour de la compétition**.

□ Engagements au format PCE

Pour toutes les compétitions portant le label **Engagements format PCE**, les engagements sont à réaliser sur le logiciel de votre choix (nat2i, extranat pocket, AbcNatation....) ou sur bordereau papier. Les fichiers informatiques PCE doivent être transmis par mail **avant la date limite de clôture**. Les bordereaux papiers doivent être transmis par voie postale **avant la date limite de clôture**. Le règlement financier doit être transmis par voie postale, et **reçu par le correspondant informatique au plus tard le jour de la compétition**.

Pour ces deux types de compétitions, votre contact est

CORRESPONDANT INFORMATIQUE

Madame Christine MIGNOT – 5 Rue des Bons – 27350 HAUVILLE

Tél : 02.32.56.81.75 – Mail : cd76ffn@orange.fr

- ## □ Engagements aux rencontres « Avenirs-Poussins »
- Se reporter au chapitre « Avenirs-Poussins »**



COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE MARITIME

Site web : <http://seinemaritime.ffnatation.fr> Courriel : ffn_76@orange.fr



Catégories d'âges et Performances

□ Catégories d'âges pour la saison 2010-2011

Avenirs :	né(e)s en 2002 et après
Poussins :	né(e)s en 2000 et 2001
Benjamins :	né(e)s en 1998 et 1999
Minimes :	né(e) en 1996 et 1997
Cadets :	né(e) en 1994 et 1995
Juniors :	né(e)s en 1991, 1992 et 1993
Seniors :	né(e)s en 1990 et avant

□ Performances

Il est rappelé aux clubs que toutes les performances réalisées lors des compétitions Départementales et traitées par le département sont transmises au Comité régional. Seules les performances réalisées dans les compétitions inscrites au calendrier régional, national, ou international sont qualificatives. Il appartient aux clubs qui participent à des compétitions hors région de transmettre les améliorations de performances pour mise à jour. **Toutes les performances réalisées dans les Meetings ou Challenges sont des performances d'ANIMATION.**



AVENIRS – POUSSINS

□ Les rencontres Avenirs-Poussins

Les rencontres « Avenirs-Poussins » sont au nombre de trois l'hiver, trois l'été. Elles sont organisées par secteur géographiques :

- ❖ **Rouen** : Bihorel, Grand Couronne, Grand Quevilly, Mont Saint Aignan, Oissel et Rouen
- ❖ **Dieppe** : Dieppe, Forges les Eaux, Saint Valéry en Caux et Yvetot
- ❖ **Gravenchon** : Notre Dame de Gravenchon, Fauville, Bolbec et Saint Romain de Colbosc
- ❖ **Le Havre** : Cheminots Havrais, Club Nautique Havrais, Criquetot l'Esneval, Fécamp, Gonfreville l'Orcher et Montivilliers.

Règlement particulier : voir pages suivantes....

□ Les Finales Avenirs-Poussins

Une rencontre l'hiver, une rencontre l'été. Sur qualification lors des rencontres (voir pages suivantes ...)

Votre responsable de Secteur

- Rouen (rive droite, rive gauche et région)
M. Michel DENEUVE, Club des Vikings de Rouen, Centre Sportif Guy Boissière, Ile Lacroix, 76000 ROUEN.
- Gravenchon
Mme Elodie LEFEVRE, Piscine de Bolbec, 1 Rue Pierre Fauquet Lemaitre, 76210 BOLBEC
- Le Havre
M. Denis TASSERIE, 6 Rue Louis Ganne, 76620 LE HAVRE
- Dieppe
Mme Solène LAPLAUD, Gymnase Auguste Delaune ,Chemin des Vertus, 76550 St Aubin sur Scie



AVENIRS – POUSSINS (suite)

Les responsables de secteur sont tenus d'organiser en début de saison une réunion afin de déterminer les lieux d'implantation. Ils devront impérativement transmettre dans les huit jours les résultats des rencontres, faute de quoi ces résultats ne seront pas intégrés dans le classement Départemental.

□ **Règlement particulier des rencontres « Avenirs-Poussins »**

Les rencontres départementales Avenir/Poussins s'inscrivent dans le programme de formation de la F.F.N. pour ces catégories d'âge, en proposant un programme diversifié dans les 4 nages réglementaires qui amènera les nageurs(ses) au « Pass'Compétition ». ***Les enfants n'ayant pas un niveau de pratique suffisant pour intégrer ces rencontres devront être dirigés vers les tests E.N.F. du « Sauv'nage » et du « Pass'sports de l'eau ».***

□ **ENGAGEMENTS**

Chaque Club doit adresser ses engagements **au plus tard 8 jours avant la compétition**, au Responsable du Secteur, sur les fiches d'engagement roses et bleues. **Aucun nouvel engagement ne sera accepté le jour de la compétition**, sauf pour les relais. Les forfaits devront être déclarés au début de l'échauffement. Chaque Club participant doit, en même temps que ses engagements, désigner **2 ou 3 chronométreurs dont au moins un Officiel**, suivant le nombre de compétiteurs engagés.



AVENIRS – POUSSINS (suite)

□ COMPETITION

Pendant toute la durée de la rencontre, les nageurs doivent être encadrés par un responsable du Club. Chaque nageur doit savoir se présenter en chambre d'appel, et être capable d'effectuer la distance pour laquelle il est engagé, **sans s'arrêter ni se tenir au bord du bassin ou à la ligne d'eau**. Chaque nageur doit connaître et respecter, au moment du départ, les indications du Juge-Arbitre et du Starter. **En cas de départ anticipé, la règle des deux départs sera appliquée. Chaque nageur doit effectuer sa nage conformément au règlement ci-dessous (notion de nage réglementaire) :**

- ✓ **DOS** : Avant le signal du départ, les nageurs doivent s'aligner dans l'eau, face à l'extrémité de départ, avec les deux mains placées sur les poignées de départ. Au signal du départ, et après le virage, le nageur doit se repousser du mur et nager sur le dos pendant toute la durée de la course, sauf pendant l'exécution du virage. Lors du virage, il faut qu'une partie quelconque du corps du nageur touche le mur. Si le nageur vire avec une culbute, des battements sont autorisés lorsqu'il est en position ventrale, dès lors qu'ils sont réalisés pendant l'action continue du virage. Il doit être retourné à une position sur le dos lorsqu'il quitte le mur. A l'arrivée, le nageur doit être sur le dos lorsqu'il touche le mur.
- ✓ **BRASSE** : Dès le départ, et tout au long de la course, le cycle du mouvement doit comporter un mouvement de bras et un mouvement de jambes dans cet ordre. Tous les mouvements des bras et des jambes doivent être simultanés et dans le même plan horizontal sans mouvement alterné (pas de dissymétrie). A chaque virage, et à l'arrivée de la course, le contact avec le mur doit se faire avec les deux mains simultanément, soit au niveau de l'eau, soit au-dessus, soit au-dessous.



AVENIRS – POUSSINS (suite)

- ✓ **PAPILLON** : Les deux bras doivent être amenés en avant ensemble, au dessus de la surface de l'eau et ramenés en arrière en même temps, tout au long de la course. Les mouvements des pieds vers le haut et vers le bas doivent être simultanés. Les jambes et les pieds ne doivent pas nécessairement être au même niveau, mais ils ne doivent pas alterner les uns avec les autres. Le mouvement de jambes de brasse n'est pas autorisé. A chaque virage et à l'arrivée de la course, le contact doit se faire avec les deux mains simultanément, soit au niveau de l'eau, soit au-dessus, soit au-dessous. Le nageur doit rester à la surface de l'eau jusqu'au virage suivant ou jusqu'à l'arrivée.
- ✓ **CRAWL** : Les épreuves de NAGE LIBRE doivent être IMPERATIVEMENT nagées en CRAWL. Le Crawl sera considéré comme réglementaire si, durant toute la durée du parcours, le nageur ramène les bras vers l'avant, alternativement et au dessus de la surface de l'eau, si l'inspiration est latérale et si l'expiration est aquatique. Tout nageur effectuant tout ou partie de son parcours en gardant la tête au dessus de l'eau sera considéré dans une nage NON REGLEMENTAIRE.

Un nageur effectuant une nage NON-REGLEMENTAIRE pourra être disqualifié. Le Juge Arbitre devra annoncer, en début de réunion, quelles sont les fautes qui seront sanctionnées par une disqualification.

□ FINALES

Un nageur pourra participer à la finale dans l'épreuve ou il s'est qualifié suivant le barème figurant page suivante. Pour l'été, la qualification sur 100 mètres (Poussins) se fera à partir des résultats du 50 mètres correspondant. Afin de respecter la hiérarchie issue des rencontres, le temps d'engagement sur 100 mètres sera le temps réalisé lors du 50 mètres qualificatif. **Le règlement F.I.N.A sera appliqué.**



AVENIRS – POUSSINS (Fin)

Nombre de nageurs qualifiés en finale

Epreuves	Avenirs	Poussins
50 m Crawl Hiver	36 (6 séries)	36 (6 séries)
50 m Crawl Eté	36 (6 séries)	36 (6 séries)
100 m Crawl Eté	36 (6 séries)	36 (6 séries)
50 m Dos Hiver	24 (4 séries)	24 (4 séries)
50 m Dos Eté	24 (4 séries)	24 (4 séries)
100 m Dos Eté	24 (4 séries)	24 (4 séries)
50 m Brasse Hiver	24 (4 séries)	24 (4 séries)
50 m Brasse Eté	24 (4 séries)	24 (4 séries)
100 m Brasse Eté	24 (4 séries)	24 (4 séries)
50 m Papillon Hiver	18 (3 séries)	18 (3 séries)
50 m Papillon Eté	6 (1 séries)	12 (2 séries)
100 m 4 Nages Hiver	12 (2 séries)	18 (3 séries)
100 m 4 Nages Eté	12 (2 séries)	18 (3 séries)
4x50 m 4 Nages Hiver	12 (2 séries)	12 (2 séries)
4x50 m 4 Nages Eté	6 (1 série)	12 (2 séries)
4x50 m Crawl Hiver	12 (2 séries)	12 (2 séries)
4x50 m Crawl Eté	6 (1 série)	12 (2 séries)



COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE MARITIME

Site web : <http://seinemaritime.ffnatation.fr> Courriel : ffn_76@orange.fr



Dispositions particulières

□ Interclubs Toutes Catégories

Se reporter au « Spécial Règlements » Régional pour connaître la liste des équipes qualifiées sur le plan Régional. Toutes les autres équipes nagent au niveau Départemental

□ Interclubs Jeunes

Proposition d'engagements pour la finale Régionale sur la base des performances réalisées dans la saison.

□ Horaires

Les horaires de début de réunion pourront être modifiés de trente minutes en fonction du nombre d'engagés. Les clubs seront prévenus **par mail** dans la semaine précédent la compétition.

□ Epreuves longues

La commission se réserve le droit de doubler les séries de 400, 800 et 1500 m Nage Libre, ainsi que d'organiser les séries de 800 et 1500 m Nage Libre sous forme de séries mixtes.



Règlements Financiers Fédéraux

□ Affiliations des clubs

- Clubs annuels : 370 € jusqu'au 30 novembre, 462 € hors période.
- Clubs d'été : 279 €
- Gratuit pour les nouveaux clubs, sauf changement de nom, de numéro d'affiliation, de fusion.
- Le montant de l'affiliation doit être libellé à l'ordre de F.F.N et transmis avec la feuille d'affiliation directement à la F.F.N:

Fédération Française de Natation

Service Licences

Tour Essor

14 Rue Scandicci

93500 PANTIN

□ Licences

- Tarif réduit (10 ans en moins, nés en 2001 et après) : 22 €
- Tarif plein : 31 €

Tous les règlements de licences doivent être libellés à l'ordre de F.F.N. et transmis, avec le bon de commande correspondant, au Comité de Normandie

FFN Comité de Normandie

55 Route de Bretagne

14760 BRETTEVILLE SUR ODON



COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE MARITIME

Site web : <http://seinemaritime.ffnatation.fr> Courriel : ffn_76@orange.fr



Règlements Financiers Comité de Seine Maritime

□ Engagements

- Championnats 76 et Meetings 76
 - Course individuelle : 3.35 €
 - Relais : 7.50 €
- Promotions 76, Challenges et Critériums Poussins, Finales Avenirs Poussins
 - Course individuelle : 2.35 €
 - Relais : 7.50 €
- Natathlon
 - Forfait par nageur : 8.50 €
- Interclubs toutes catégories
 - Forfait par équipe : 34.00 €
- Interclubs Poussins, Benjamins
 - Forfait par équipe : 30.00 €
- Rencontres « Avenirs – Poussins »
 - Forfait saison : 55.00 €



COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE MARITIME

Site web : <http://seinemaritime.ffnatation.fr> Courriel : ffn_76@orange.fr



Règlements Financiers Comité de Seine Maritime (suite)

□ Pénalités Financières

■ Officiels manquants

Carton Rouge : 10.00 €

Se reporter au chapitre « Officiels »

■ Dépassements de temps

Dépassement de temps limite : 13.50 €

Se reporter au chapitre « Dépassements de Temps »

■ Forfaits non excusé

□ Forfait individuel championnats et meetings

■ 1 course : 13.50 €

■ 2 courses et plus : 27.00 €

□ Forfait Individuel Promotions, Challenges et Critériums Poussins, Finales Avenirs Poussins

■ 1 course : 11.50 €

■ 2 courses et plus : 23.00 €

□ Forfait Natathlon : 13.50 €

□ Forfait Interclubs : 47.00 €

□ Forfait relais (hors interclubs) : 17.00 €

Se reporter au chapitre « Forfaits »

□ Divers (programmes)

Un programme sera remis gratuitement à chaque club. Tout programme supplémentaire sera vendu au prix de 1.00 € (5 pages ou moins) ou 2.00 € (6 pages et plus).

Tout club non à jour de ses obligations financières pourra, sur simple décision du Comité Directeur, se voir refusé l'accès aux différents programmes du Comité Départemental (compétitions, sélections etc...)



FORFAITS et DEPASSEMENTS de TEMPS

□ FORFAITS

Tout forfait :

- déclaré par mail à ffn_76@orange.fr au plus tard le mercredi qui précède la compétition (date du mail faisant foi)
- justifié dans les trois semaines qui suivent la compétition

seront considérés comme des **forfaits excusés** et ne donneront lieu à aucune pénalité.

Les justificatifs acceptés sont :

- - Certificat médical
- - Convocation à un examen
- - tout évènement familial nécessitant l'absence du nageur.

Les justificatifs devront être transmis au Président, **au plus tard trois semaines pleines après la compétition**. Au-delà de ce délai, le justificatif ne sera plus recevable.

En dehors de ces cas, les forfaits entraîneront l'application d'une pénalité financière (se reporter au chapitre règlements financiers).

□ DEPASSEMENTS DE TEMPS LIMITES

Pour toute compétition accessible sur grille de temps (championnats et meetings 76), tout dépassement de plus de 1 seconde par 100 mètre entraîne une pénalité (se reporter au chapitre règlements financiers). Un nageur réalisant une performance hors limite (TLD) n'est pas classé (application du règlement FINA).



COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE MARITIME

Site web : <http://seinemaritime.ffnatation.fr> Courriel : ffn_76@orange.fr



LES OFFICIELS

Toute compétition doit réunir un jury au plus près conforme au règlement FINA. Nous rappelons, à ce sujet, que tout record battu dans des conditions de jury non-règlementaire ne peut être homologué. Il appartient à chaque club participant à une compétition départementale de déléguer un ou plusieurs officiels suivant le barème ci-après.

- Championnats 76 Epreuves Courtes, Meetings 76, Promotions 76
 - 1 officiel pour 1 à 8 nageurs
 - 2 officiels pour 9 à 15 nageurs
 - 3 officiels pour 16 nageurs et plus.
- Championnats 76 ½ FOND
 - 1 officiel pour 1 à 5 nageurs
 - 2 officiels pour 6 nageurs et plus
- Rencontres et Finales « Avenirs-Poussins », Critériums et Challenges « Poussins, Natathlon »
 - 1 officiel de 1 à 5 nageurs
 - 2 officiels pour 6 nageurs et plus
- Championnats Interclubs Toutes Catégories
 - 1 officiel par équipe engagée
- Championnats Interclubs Jeunes
 - 1 officiel par tranche de deux équipes engagées.

Le décompte des officiels requis est effectué sur la base des nageurs inscrits (bordereau d'engagement faisant foi).

Les officiels requis le sont pour toutes les réunions.



LES OFFICIELS

Tout club ne respectant pas le barème ci-dessus se verra attribué une pénalité sur la base des règles ci-après :

- Carton Vert (bonus) : attribué à chaque compétition pour laquelle le club a respecté le barème. Un carton vert permet d'annuler un carton jaune.
- Carton Jaune (malus) : attribué à chaque compétition pour laquelle le club est hors barème. Un carton jaune peut être annulé par un carton vert. Deux cartons jaunes consécutifs entraînent l'application du carton rouge.
- Carton Rouge (pénalité) : un carton rouge est définitivement acquis et ne pourra être annulé. Il entraînera une pénalité (voir règlements financiers).
- Non présentation d'officiel : la non présentation d'officiel sur une compétition entraîne l'attribution directe d'un carton rouge.

DÉCEMBRE						JANVIER						FÉVRIER					
NIVEAU ORGANISATION						NIVEAU ORGANISATION						NIVEAU ORGANISATION					
Jo	Nat	IREG	REG	DEPT	CLUB	Jo	Nat	IREG	REG	DEPT	CLUB	Jo	Nat	IREG	REG	DEPT	CLUB
Me 1						Sa 1						Ma 1					
Je 2						Di 2						Me 2					
Ve 3						Lu 3						Je 3					
Sa 4	Chpts de France B 25m Chartre		Chpts Normand Hiver B25m Fiers /Gd quev	Challenge poussins YVETOT		Ma 4						Ve 4					
Di 5				Promotions Hiver 1 FORGES	Meeting MAITRES ST ROMAIN	Me 5						Sa 5					
Lu 6						Je 6						Di 6					
Ma 7						Ve 7						Lu 7					
Me 8						Sa 8				AG 76 FAUVILLE		Ma 8					
Je 9						Di 9						Me 9					
Ve 10						Lu 10						Je 10					
Sa 11			AG (50)	2° Rencontre Avenir Poussins Hiver		Ma 11						Ve 11					
Di 12			Interclubs Maîtres	Chpts 76 1/2 fond BOLBEC		Me 12						Sa 12				Promotions Hiver 2 OISSEL	
Lu 13						Je 13						Di 13				Natathlon 2 ST VALERY	Trophées Maîtres Le Havre
Ma 14						Ve 14						Lu 14					
Me 15						Sa 15				3° Rencontre Avenir Poussins Hiver		Ma 15					
Je 16						Di 16						Me 16					
Ve 17						Lu 17						Je 17					
Sa 18	Chpts de France Jeunes B 25m Paris (GV)	Chpts Interrégions TC - B 25m Le Mans				Ma 18						Ve 18					
Di 19							Me 19						Sa 19				
Lu 20						Je 20						Di 20					
Ma 21						Ve 21	Meeting FFN International Nancy					Lu 21					
Me 22						Sa 22				Challenge poussins DIEPPE		Ma 22					
Je 23						Di 23		Circuit région 1 Avranches	Promotions Hiver 2 MONTVILLIERS			Me 23					
Ve 24						Lu 24						Je 24					
Sa 25						Ma 25						Ve 25					
Di 26						Me 26						Sa 26					
Lu 27						Je 27						Di 27					
Ma 28						Ve 28						Lu 28					
Me 29						Sa 29					Meeting CPBR Label National Rennes						
Je 30						Di 30				Natathlon 1 ST ROMAIN							
Ve 31						Lu 31											

MARS						AVRIL						MAI					
NIVEAU ORGANISATION						NIVEAU ORGANISATION						NIVEAU ORGANISATION					
Jo	Nat	IREG	REG	DEPT	CLUB	Jo	Nat	IREG	REG	DEPT	CLUB	Jo	Nat	IREG	REG	DEPT	CLUB
Ma 1						Ve 1						Di 1					
Me 2						Sa 2			Chpts Normand Jeunes Fécamp	2° Rencontre Avenir Poussins Eté		Lu 2					
Je 3						Di 3						Ma 3					
Ve 4						Lu 4						Me 4					
Sa 5						Ma 5						Je 5					
Di 6						Me 6						Ve 6					
Lu 7						Je 7						Sa 7					
Ma 8						Ve 8						Di 8			Chpts région interclubs		
Me 9						Sa 9				Chpts 76 interclubs benj / pouss YVETOT		Lu 9					
Je 10						Di 10			Circuit Région 2 Vire			Ma 10					
Ve 11			Meeting Bretagne Label National Rennes			Lu 11						Me 11					
Sa 12				Chpts 76 été ROUEN		Ma 12						Je 12					
Di 13						Me 13						Ve 13					
Lu 14						Je 14	Chpts de France Jeunes Dijon					Sa 14				3° Rencontre Avenir Poussins Eté	
Ma 15						Ve 15			Critérium Interregions Benjamins St-Malô			Di 15					
Me 16						Sa 16						Lu 16					
Je 17						Di 17						Ma 17					
Ve 18						Lu 18						Me 18					
Sa 19	Chpts France N2 Chalons/Saone		Meeting qualif Label Région Gd-Couronne	1° Rencontre Avenir Poussins Eté		Ma 19						Je 19					
Di 20						Me 20						Ve 20					
Lu 21						Je 21						Sa 21			Finale coupe Normandie Val de Reuil	Promotions 76 Eté 1 GONFREVILLE Critérium 2 poussins BOLBEC	
Ma 22						Ve 22						Di 22					
Me 23						Sa 23				Meeting 76 Maîtres ???		Lu 23					
Je 24	Chpts de France N1					Di 24						Ma 24					
Ve 25						Lu 25						Me 25					
Sa 26	Starsbourg			Critérium 1 poussins FAUVILLE Natathlon 3 ST ETIENNE		Ma 26						Je 26					
Di 27						Me 27						Ve 27			Chpts Interrégions Tours		
Lu 28						Je 28						Sa 28					MEETING JEUNES CNH
Ma 29						Ve 29						Di 29					
Me 30						Sa 30						Lu 30					
Je 31												Ma 31					

JUN						JUILLET							
NIVEAU ORGANISATION						NIVEAU ORGANISATION							
Jo		Nat	IREG	REG	DEPT	CLUB	Jo		Nat	IREG	REG	DEPT	CLUB
Me	1						Ve	1					
Je	2					Meet YVETOT	Sa	2		Coupe de France des depts Sablé / Sarthe	Meeting de class Chpts normand été Caen		
Ve	3	Coupe de France des régions Besançon					Di	3					
Sa	4						Lu	4					
Di	5						Ma	5					
Lu	6						Me	6					
Ma	7						Je	7					
Me	8						Ve	8					
Je	9						Sa	9					
Ve	10						Di	10					
Sa	11						Lu	11					
Di	12						Ma	12					
Lu	13						Me	13					
Ma	14						Je	14					
Me	15						Ve	15					
Je	16						Sa	16					
Ve	17						Di	17					
Sa	18	Trophée L. Zins Tarbes					Lu	18					
Di	19			Troph G Boissière Pt Audemer	Meeting 76 fin saison FORGES		Ma	19					
Lu	20						Me	20					
Ma	21						Je	21	Chpts de France Minimes Metz				
Me	22						Ve	22					
Je	23						Sa	23					
Ve	24						Di	24					
Sa	25						Lu	25					
Di	26					Finale Avenir été GD QUEVILLY	Ma	26	Chpts de France Cadets Nimes				
Lu	27						Me	27					
Ma	28						Je	28					
Me	29						Ve	29					
Je	30						Sa	30					
							Di	31					

CALENDRIER "SEINE-MARITIME" 2010-2011

Mois	Début	Fin	Compétition / Evénement
Sept	samedi 11 septembre 2010	samedi 11 septembre 2010	Colloque Natation 76
Oct	samedi 30 octobre 2010	samedi 30 octobre 2010	Championnats 76 Longues Distances
	dimanche 31 octobre 2010	dimanche 31 octobre 2010	Meeting 76 de rentrée
Nov	samedi 6 novembre 2010	samedi 6 novembre 2010	1ère Rencontre Avenirs-Poussins Hiver
	samedi 13 novembre 2010	dimanche 14 novembre 2010	Championnats 76 Interclubs TC
	samedi 20 novembre 2010	dimanche 21 novembre 2010	Championnats 76 Hiver Epreuves Courtes
Déc	samedi 4 décembre 2010	samedi 4 décembre 2010	Challenge Poussins 1
	dimanche 5 décembre 2010	dimanche 5 décembre 2010	Promotions 76 Hiver 1
	samedi 11 décembre 2010	samedi 11 décembre 2010	2° Rencontre Avenirs-Poussins Hiver
	dimanche 12 décembre 2010	dimanche 12 décembre 2010	Championnats 76 Hiver 1/2 Fond
Jan	samedi 8 janvier 2011	samedi 8 janvier 2011	Assemblée Générale 76
	samedi 15 janvier 2011	samedi 15 janvier 2011	3° Rencontre Avenirs-Poussins Hiver
	samedi 22 janvier 2011	samedi 22 janvier 2011	Challenge Poussins 2
	dimanche 23 janvier 2011	dimanche 23 janvier 2011	Promotions 76 Hiver 2
	dimanche 30 janvier 2011	dimanche 30 janvier 2011	Natathlon 1
Fév	dimanche 6 février 2011	dimanche 6 février 2011	Finale Avenirs-Poussins Hiver
	samedi 12 février 2011	samedi 12 février 2011	Promotions 76 Hiver 3
	dimanche 13 février 2011	dimanche 13 février 2011	Natathlon 2
Mar	samedi 12 mars 2011	dimanche 13 mars 2011	Championnats 76 Eté
	samedi 19 mars 2011	samedi 19 mars 2011	1ère Rencontre Avenirs-Poussins Eté
	samedi 26 mars 2011	samedi 26 mars 2011	Critériums Poussins 1
	dimanche 27 mars 2011	dimanche 27 mars 2011	Natathlon 3
Avr	samedi 2 avril 2011	samedi 2 avril 2011	2° rencontre Avenirs-Poussins Eté
	samedi 9 avril 2011	samedi 9 avril 2011	Interclubs Benjamins Poussins
Mai	samedi 14 mai 2011	samedi 14 mai 2011	3° Rencontre Avenirs-Poussins Eté
	samedi 21 mai 2011	samedi 21 mai 2011	Promotions 76 Eté
	dimanche 22 mai 2011	dimanche 22 mai 2011	Critériums Poussins 2
Juin	dimanche 19 juin 2011	dimanche 19 juin 2011	Meeting 76 de Fin de Saison
	dimanche 26 juin 2011	dimanche 26 juin 2011	Finale Avenirs-Poussins Eté

CALENDRIER "CLUBS" 2010-2011

Mois	Début	Fin	Compétition / Evénement
Oct	samedi 16 octobre 2010	dimanche 17 octobre 2010	Arena Sprint - Rouen
Nov	jeudi 11 novembre 2010	jeudi 11 novembre 2010	Meeting Grand Quevilly
	samedi 27 novembre 2010	dimanche 28 novembre 2010	Meeting Côte d'Albatre - St Valéry en C.
Déc	dimanche 5 décembre 2010	dimanche 5 décembre 2010	Meeting Maîtres- St Romain de Colbosc
Fév	dimanche 13 février 2011	dimanche 13 février 2011	Trophées Maîtres-Le Havre
Mai	samedi 28 mai 2011	dimanche 29 mai 2011	Meeting Jeunes - Le Havre
Juin	jeudi 2 juin 2011	jeudi 2 juin 2011	Trophées du Sprint - Yvetot

Grille de Temps des Championnats Départementaux											
Nage	Epreuve	Dames				Nage	Epreuve	Messieurs			
		Benjamins	Minimes	Cadets	Juniors - Sen			Benjamins	Minimes	Cadets	Juniors - Sen
Nage Libre	50	0.3800	0.3700	0.3600	0.3500	Nage Libre	50	0.3500	0.3400	0.3300	0.3200
	100	1.2500	1.2250	1.2000	1.1750		100	1.2000	1.1750	1.1500	1.1250
	200	3.0000	2.5500	2.5000	2.4500		200	2.4500	2.4000	2.3500	2.3000
	400	6.1500	6.0500	5.5500	5.4500		400	5.4500	5.3500	5.2500	5.1500
	800	13.0000	12.4500	12.3000	12.1500		800	12.4500	12.3000	12.1500	12.0000
	1500	23.0000	22.4500	22.3000	22.1500		1500	22.4500	22.3000	22.1500	22.0000
Papillon	50	0.4500	0.4400	0.4300	0.4200	Papillon	50	0.4100	0.4000	0.3900	0.3800
	100	1.4000	1.3750	1.3500	1.3250		100	1.3500	1.3250	1.3000	1.2750
	200	4.0000	3.5500	3.5000	3.4500		200	3.4500	3.4000	3.3500	3.3000
Dos	50	0.4300	0.4200	0.4100	0.4000	Dos	50	0.4000	0.3900	0.3800	0.3700
	100	1.3700	1.3450	1.3200	1.2950		100	1.3000	1.2750	1.2500	1.2350
	200	3.2000	3.1500	3.1000	3.0500		200	3.1000	3.0500	3.0000	2.5500
Brasse	50	0.4700	0.4600	0.4500	0.4400	Brasse	50	0.4300	0.4200	0.4100	0.4000
	100	1.4500	1.4250	1.4000	1.3750		100	1.3700	1.3450	1.3200	1.2950
	200	3.4000	3.3500	3.3000	3.2500		200	3.3000	3.2500	3.2000	3.1500
4 Nages	100	1.3800	1.3550	1.3300	1.3050	4 Nages	100	1.3200	1.2950	1.2700	1.2450
	200	3.2000	3.1500	3.1000	3.0500		200	3.1000	3.0500	3.0000	2.5500
	400	7.0000	6.5000	6.4000	6.3000		400	6.3500	6.2500	6.1500	6.0500

Les nageurs ne réalisant pas les minimas de cette grille nagent l'épreuve correspondante en Promotion

**Modalités de sélection 2010/2011
Equipes départementales benjamines
Coupe de France des départements**

Lieu : Sablé sur Sarthe

Dates : 2 et 3 juillet 2011

Catégories : Benjamins nés en 98 et 99 garçons et filles

Compositions des équipes 1 équipe garçons composée de 10 nageurs + 1 remplaçant

1 équipe filles composée de 10 nageuses + 1

remplaçante

2 nageurs et nageuses par épreuves, classement aux points au cumul des nages, barème table de cotation FFN, pas de pts doublés pour les relais.

Epreuves individuelles : 100 Pap / 100 Dos / 100 Brasse / 100 NL / 200 4N

Relais : 10 X 50 NL / 4x50 4N

Date limite d'engagement FFN : à définir

Date limite de la sélection définitive : 7 juin 2010

Critères de sélection et regroupements

Il appartient à chaque club de transmettre aux sélectionneurs les performances réalisées en dehors des compétitions labellisées départementales, régionales et nationales.

Regroupements

Un 1^{er} regroupement : Mercredi 15 Décembre 2010 - ROUEN (Centre sportif Guy Boissière - Ile Lacroix) - sur $\frac{1}{2}$ journée (horaires à déterminer)

21 nageurs par équipes, 15 benjamins et 6 poussins 2^{ème} année (nés en 2000).

Les benjamins, pour être invité devront répondre aux critères suivants :

-critère numéro 1 : avoir nager un 400 nage libre (ou 800 nage libre)

ainsi qu'un 200 4 Nages

-critère numéro 2 : rankings 100 m de spécialités.

Performances à réaliser entre le 16/09/2010 et les championnats 76 $\frac{1}{2}$ fond du 12 décembre 2010.

Pour les poussins, pour être invité, suivi des performances depuis le 16/09/2010, la polyvalence sera le critère N°1.

Ce 1^{er} regroupement a pour but de mobiliser plus de nageurs dès le début de saison autour de la sélection départementale.

2^{ème} regroupement : Mercredi 09 Mars 2011 - Gd Quevilly - Toute le journée
(horaires à définir)

16 benjamins et benjamines + 4 poussins et poussines 2^{ème} année (nés en 2000),
invités à l'issue des performances réalisées depuis le 16/09/2010 au 20/02/2011
et nous nous baserons sur les critères suivant :

- Ranking au 400 NL / 800 NL et 200 4nages.
- Ranking sur 100 m de spécialités.

3^e regroupement : Mercredi 11 Mai 2011 - Gravenchon - Toute le journée
(horaires à définir)

12 benjamins et 12 benjamines + 4 poussins et poussines 2^{ème} année (nés en
2000) , invités à l'issue des performances réalisées depuis le 16/09/2010 au
17/04/2011 sur 100 m de spécialités et 200 4 nages.

4^e regroupement : 22 juin 2011 à Dieppe - Toute la journée (horaires à définir)

11 benjamins et 11 benjamines

Sélection définitive sur la base des perfs réalisées entre le 16/09/2010 et le
19/06/2011

Meetings de préparation :

Meeting national jeunes de Brest 2 et 3 Avril 2011

sélection de 18 nageurs par équipes, 14 benjamins , 14 benjamines et 4 poussins,
4 poussines 2^{ème} année, établie le 13/03/2011 sur les performances aux 100 m
de spécialités, au 200 4N ainsi que les temps réalisés au 800 NL et 400 NL
depuis le 16/09/2010.

Meeting National jeunes de Béthune - fin mai 2011

sélection de 16 nageurs par équipe, 12 benjamins, 12 benjamines et 4 poussins,
4 poussines 2^{ème} année, établie le 09 / 05 /2011 sur les performances aux 100
m de spécialités ainsi qu'au 200 4 nages, depuis le 16/09/2010.

Sélection définitive :

L'équipe de Seine-Maritime sera constituée définitivement à l'issue de la finale
régionale et nationale du Natathlon.

Encadrement regroupements, sélections :

Les différentes sélections et leurs encadrements seront effectués par
messieurs Rault Julien (U S Forges-les-eaux), M. Rivière Sébastien (C.N. Yvetot)
et François-Marie Seynave (CV Rouen).

PROJET DEPARTEMENTAL

CE PROJET SERA MIS EN ŒUVRE SOUS RESERVE DE LA CONSTITUTION D'UNE COMMISSION NATATION SYNCHRO COMPOSEE DE REPRESENTANTS DES CLUBS CONCERNES

Dates : 4 dates dans la saison	Lieu : LAD
Date limite d'engagement : env 2 sem avant compet	Bassin : 25 m couvert x 4 couloirs minimum

L'ensemble des programmes (dates, lieux, épreuves relais, épreuves techn, ballets) sont à définir par étapes.

Présentation : ce circuit PROMOTIONEL départemental a pour objectif de proposer un calendrier à destination d' un maximum de nageuses quel que soit leur niveau de pratique. Du niveau départemental (inférieur socle 1), au niveau national, cette compétition permet d'évaluer, préparer, d'améliorer en situation réelles, aux différentes échéances.

Catégories :

Poussines	1999 et après
Benjamines	1998 - 1997
Minimes	1996 - 1994
Juniors / séniors	1994 et avant

Epreuves : 1 relais + 1 parcours techn + 1 ballet obligatoire

Relais (projet) :

Poussines : 4 x 50 nage libre / 4x25 4N / 4x25 NL / 4x100 (4N)

Benjamines : 4 x 50 4 nages / 4x50 NL / 4x 100 4N / 4x100 (4N)

Minimes : 4 x 100 4 nages / 4x100 NL / 4x50 NL / 4x50 4N

Juniors / séniors : 4 x 100 4 Nages / 4x100 NL / 4x50 NL / 4x50 4N

NB : dans le cas où un club, dans l'une ou l'autre des catégories, ne peut présenter un relais complet, les nageuses devront effectuer une épreuve individuelle de substitution

Epreuve Technique : Parcours **en musique par groupe synchronisé de 2 , 4, 6 selon nb lignes d'eau ou nb de nageuse/club**

Poussines : Par 25 m

➤ Ancien parcours du Pré marsouin

Benjamines : par 50 m

- 12.50 m Voiliers Droit / Groupé / 12.50 m Voilier Gauche / Groupé demi tour / 12.50 m godille Tete / Relevé / 12.50 m Rétro face aux juges



Minimes : par 50 m

- 12.50 m Ballet leg jambe droite par la tete / 12.50 m grimpé de corde / 12.50 m torpille ventrale / 12.50 m Flamenco jambe gauche

Juniors / séniors par 50 m

- Poussé barracuda / poussée Rétro / Rétro 2 bras en l'air face aux juges jusqu'au 12.50m / 12.50 m ballet leg jambe gauche par al tete / 12.50 m torpille Pied / monter en queue de poisson tenu 1*8 tps / rassemblée Verticale / finir Rétro face aux juges bras libre

Ou

- Monter verticale jambe pliée façon balloon / descente vrille continue en rassemblant / poussée rétro bras libre / position groupé / déplacement verticale jusqu'au 12.50 m / sortie rétro/ 12.50 m flamenco jambe droite / 12.50m petit chien / 12.50 m flamenco jambe gauche.
- **Tirage au sort des 2 parcours ?????????**

Epreuve Artistique : Ballet

Temps du ballet

Poussine : 2'00

Benjamine : 2'30

Minimes : 3'00

Juniors / Seniors : 3'30

Récompenses : les 8 premières de chaque catégorie recevront un diplôme de finalistes, les 3 premières seront médaillées sur un podiums et les 1ère se verront délivrées le titre **de championne départementale**

Jury : 1 Officiel D minimum par club.

tarif Engagements : 3 € par nageuse (1 € / épreuve) voir comité départemental

Modalités d'engagement : sont autorisées à participer :

Toute nageuse licenciée a la FFN pour la saison 2009/2010

Toute nageuse ayant au minimum un niveau départemental (ancien 1^{er} marsouin)

Programmes :

Etape 1 : Dimanche	
<p>Matin</p> <p>Ouverture des portes 8h00 – début des épreuves 9h00</p> <ul style="list-style-type: none">☒ relais poussines ou Eps substitutions☒ relais benjamines ou Eps substitutions☒ relais minimes ou Eps substitutions☒ relais juniors / seniors ou Eps substitutions <p>entracte de 20'</p> <ul style="list-style-type: none">☒ parcours technique poussines☒ parcours techniques benjamines☒ parcours techniques minimes☒ parcours techniques juniors / séniors	<p>Après-midi</p> <p>Ouverture des portes 14h00 – début des épreuves 15h00</p> <ul style="list-style-type: none">☒ Ballets poussines☒ Ballets benjamines☒ Ballets minimes☒ Ballets juniors / séniors

Etape 2 : Dimanche	
<p>Matin</p> <p>Ouverture des portes 8h00 – début des épreuves 9h00</p> <ul style="list-style-type: none">☒ relais juniors / seniors ou Eps substitutions☒ relais minimes ou Eps substitutions☒ relais benjamines ou Eps substitutions☒ relais poussines ou Eps substitutions <p>entracte de 20'</p> <ul style="list-style-type: none">☒ parcours technique juniors / séniors☒ parcours techniques minimes☒ parcours techniques benjamines☒ parcours techniques poussines	<p>Après-midi</p> <p>Ouverture des portes 14h00 – début des épreuves 15h00</p> <ul style="list-style-type: none">☒ Ballets juniors / séniors☒ Ballets minimes☒ Ballets benjamines☒ Ballets poussines

Etape 3 : Dimanche	
<p>Matin</p> <p>Ouverture des portes 8h00 – début des épreuves 9h00</p> <ul style="list-style-type: none">☒ parcours technique poussines☒ parcours techniques benjamines☒ parcours techniques minimes☒ parcours techniques juniors / séniors <p>entracte de 20'</p> <ul style="list-style-type: none">☒ relais poussines ou Eps substitutions☒ relais benjamines ou Eps substitutions☒ relais minimes ou Eps substitutions☒ relais juniors / seniors ou Eps substitutions	<p>Après-midi</p> <p>Ouverture des portes 14h00 – début des épreuves 15h00</p> <ul style="list-style-type: none">☒ Ballets poussines☒ Ballets benjamines☒ Ballets minimes☒ Ballets juniors / séniors

Etape 4 : Dimanche	
<p>Matin</p> <p>Ouverture des portes 8h00 – début des épreuves 9h00</p> <ul style="list-style-type: none">☒ parcours technique juniors / séniors☒ parcours techniques minimes☒ parcours techniques benjamines☒ parcours techniques poussines <p>entracte de 20'</p> <ul style="list-style-type: none">☒ relais juniors / séniors ou Eps substitutions	<p>Après-midi</p> <p>Ouverture des portes 14h00 – début des épreuves 15h00</p> <ul style="list-style-type: none">☒ Ballets juniors / séniors☒ Ballets minimes☒ Ballets benjamines☒ Ballets poussines

<ul style="list-style-type: none"> ☒ relais minimes ou Eps substitutions ☒ relais benjamines ou Eps substitutions ☒ relais poussines ou Eps substitutions 	
--	--

REGLEMENT PROJET DEPARTEMENTAL

Toutes les nageuses doivent être licenciées à la FFN pour la saison 2010 /2011

Règlement financier :

Tout les clubs doivent avoir régler leurs engagements à la date limite. Les engagements après à date limite seront doublés et ne pourront être acceptés jusqu'à une semaine de la compétitions

Forfaits :

Tous forfaits déclarés le jour de la compétition ou non justifier d'un certificat médical sera soumis à une amende de 22 € par nageuses

Cependant l'équipe engagée pourra concourir sans toutefois être classée (**obligation de faire le relais !**)

Tous les forfaits déclarés le mercredi précédant la compétition ne sont assujettis aux amendes.

Officiels :

Chaque club doit fournir un officiel D

Chaque club ne présentant pas d'officiel sera soumit à une amende de 16 €

Règlement sportif

- Chaque club doit présenter une équipe de 2, 3 ou 4 nageuses.

Le nombre d'équipe par club n'est pas limité

Pour être classer il faut avoir participer obligatoirement aux épreuves techniques et aux ballets.

Les épreuves de relais sont obligatoires ou épreuves individuelles de substitutions.

- Notation : 1 note technique et 1 note artistique sur le parcours technique et sur le ballet.

Le classement s'effectuera à l'addition de l'ensemble des notes techniques et artistiques de ces deux épreuves.

Les relais n'apporte aucun bonus ni malus mais sont obligatoire pour être classer.

- Lors de l'épreuve : parcours technique , la nageuse a pour obligation de toucher le mur après chaque 25m.
- Il est interdit aux nageuses de toucher le sol lors de l'épreuve de parcours ou de l'épreuve des ballets sous peine de disqualification.
- Lors de cette épreuve, les nageuses passeront par équipe du même club (une dans chaque ligne d'eau), il est donc indispensable de trouver une musique commune à chaque groupe et de leur apprendre les même temps pour les figures.
- De plus ; le sol est libre mais ne doit pas excéder les 10 secondes, aussi le saut est obligatoire, pas de plongeon

Samedi 25 septembre 2010

Inscription au Secrétariat, poste de commandement (PC) : 13h00

Course des Cadets et + 13h45

Course des benjamins / minimes 14h15

Course des Poussins 14h30

Remise des récompenses individuelles 14h45

Relais 4x400 m (1 aller zone 1 / nageur) 15h00

Remise des récompenses relais 15h30

PROJETS

RENCONTRES « AVENIRS-POUSSINS »

Lieux et Horaires: à l'initiative des secteurs

Bassin :25 m

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



1^{ère} Rencontre

Hiver : Samedi 06 Novembre 2010

Été : Samedi 19 Mars 2011

50 m Dos - 50 m Brasse

2^{ème} Rencontre

Hiver : Samedi 11 Décembre 2010

Été : Samedi 02 Avril 2011

50 m Crawl « Avenirs » - 100 m Crawl
« Poussins »

Relais 4x50 m 4 Nages

3^{ème} Rencontre

Hiver : Samedi 15 Janvier 2011

Été : Samedi 14 Mai 2011

100 m 4 Nages – 25 m Papillon

Relais 4x50 m Crawl

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges « Avenirs » et « Poussins ». Les épreuves de Crawl doivent être impérativement nagées dans cette nage et non pas en nage libre.

Rencontres qualificatives pour les finales: Attention l'accèsion aux finales est sur rankings.

Droits d'engagements : Forfait annuel de 55 € pour les six rencontres, quelque soit le nombre de nageurs, à régler au trésorier : M. Christian LEMAITRE, Piscine Intercommunale, Rue Pierre Fauquet Lemaitre, 76210 BOLBEC, et ce avant la première rencontre.

SUITE DES REGLEMENTS PARTICULIERS, VOIR AU VERSO → →



RENCONTRES « AVENIRS-POUSSINS »

- Engagements : sur fiche de course FFN 76 rose ou bleue, à transmettre au responsable du secteur au plus tard le samedi précédent la compétition. Tout envoi tardif ne sera pas pris en compte. Aucun engagement ne sera accepté le jour même, au bord du bassin. Attention, pour les relais, faire figurer l'année de naissance des concurrents.
- Récompenses : Classement Départemental (les quatre secteurs regroupés) après transmission des résultats par les responsables de secteurs à Madame Christine Mignot : 5 rue des Bons 27350 HAUVILLE. Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr une médaille aux trois premiers de chaque épreuve individuelle et au premier relais, dans chaque catégorie, sera remise aux lauréats lors de la rencontre suivante.
- Les responsables de secteur doivent transmettre les résultats au plus tard le samedi suivant l'épreuve, faute de quoi ces derniers ne seront pas intégrés dans le classement départemental.
- Tous les clubs sont tenus de déléguer au moins un officiel. Un responsable de l'encadrement devra également être présent. Il se chargera de diriger les nageurs vers la chambre d'appel et de déclarer les forfaits avant le début des courses.
- Secteur Le Havre: Cheminot Havrais, Criquetot l'esneval, Fécamp, Gonfreville l'Orcher, Le Havre et Montivilliers.
- Secteur Gravenchon: Bolbec, Fauville, Notre Dame de Gravenchon et St Romain.
- Secteur Dieppe: Dieppe, Forges les eaux, St Valery en Caux et Yvetot
- Secteur Rouen: Bihorel, Grand Couronne, Grand Quevilly, Mont St Aignan, Oissel et Rouen

Les rencontres et Finales « Avenirs-Poussins » sont patronnées par le Conseil Général de Seine Maritime.

Championnats « 76 » Longues Distances

Date : Samedi 30 Octobre 2010 - Lieu : N.D. GRAVENCHON
Bassin : 50 m – 06 Couloirs

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 30 Octobre 2010

Ouverture des Portes 17h30

1ère Epreuve 18h30

2000 m Benjamins (Tps limite : 40')

3000 m Minimes (Tps limite : 50')

5000 m Cadets et Juniors-Seniors

(Tps limite : 1h20' Messieurs - 1h25' Dames)

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories Juniors-Seniors, Cadets, Minimes et Benjamins, dans la limite du temps indiqué pour chaque épreuve. Nous demandons la plus grande vigilance des entraîneurs sur le respect des temps limites. Sur l'épreuve du 5000 m, tous les concurrents seront arrêtés à 1h25 (temps limite + 5 minutes).

Pour chacune des trois épreuves, une seule série (mixte filles garçons) avec 24 nageurs maximum par série, soit 4 nageurs maximum par couloir. Le départ sera donné de 20 secondes en 20 secondes.

□ Engagements : sur bordereau spécifique (voir document joint) adressé à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 17 Octobre dernier délai, accompagné des droits d'engagements : 3.35 € par épreuve.

□ Récompenses : une médaille aux trois premières filles et au trois premiers garçons de chacune des quatre catégories d'âge.

*Le nombre de chronomètres est un élément crucial pour la réussite de cette compétition! Un chronomètre par nageur est nécessaire : **officiel C ou Parent ou Ami ou camarade de club sachant se servir d'un chronomètre sera accepté et le bienvenu !***
Nous comptons sur la bonne volonté de chaque club participant pour déléguer un nombre de chronomètres aussi proche que possible du nombre de nageurs inscrits, au risque de ne pouvoir organiser l'épreuve!

Meeting « 76 » de Début de Saison

Date : Dimanche 31 Octobre 2010 - Lieu : N.D GRAVENCHON

Bassin : 25 m – 05 Couloirs – Code Informatique : 401

Engagement Format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Dimanche 31 Octobre - matin

Ouverture des Portes 09h00

1ère Epreuve 10h00

400 m 4 Nages - 100 m Nage Libre Dames & Messieurs

Réunion du Dimanche 31 Octobre – après midi

Ouverture des Portes 14h30

1ère Epreuve 15h30

400 m Nage Libre Dames & Messieurs

100 m Dos – Brasse – Papillon Dames & Messieurs

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories Juniors-Seniors, Cadets, Minimes et Benjamins, réalisant les minimas de la grille de temps « Championnats 76 ».

- Engagements : 3.35 € par course individuelle. Sur Bordereau papier ou format informatique PCE (extranat pocket, Abcnatation, Nat2i ou Bordereau papier), adressés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 16 Octobre dernier délai.
- Récompenses : une médaille aux trois premières filles et au trois premiers garçons de chacune des quatre catégories d'âge.
- Compétition qualificative pour le circuit de la Coupe de Normandie, les Championnats Régionaux Hiver, Jeunes et Été, le Championnat interrégional d'hiver, le critérium benjamins interrégional et les Meetings Labellisés.

Forfait : 13.50 € la course ou 27 € pour deux courses et plus, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 27 octobre à ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

CHAMPIONNATS « 76 » INTERCLUBS TOUTES CATEGORIES

Date : Samedi 13 et Dimanche 14 Novembre 2010 - Lieu : GRAND QUEVILLY
Bassin : 25 m – 06 Couloirs – Code Informatique : 204
Engagement Format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 13 Novembre – Après Midi

Ouverture des Portes 14h30

1ère Epreuve 15h30

- 10x100 m Nage Libre Dames et Messieurs
- 400 m Nage Libre Dames – 100 m Dos Messieurs
- 200 m Dos Dames – 1500 m Nage Libre Messieurs
- 50 m Nage Libre Dames - 100 m Brasse Messieurs
- 200 m Brasse Dames - 100 m Nage Libre Messieurs
- 200 m Nage Libre Dames - 100 m Papillon Messieurs
- 200 m Papillon Dames - 200 m 4 Nages Messieurs
- 400 m 4 Nages Dames

Réunion du Dimanche 14 Novembre – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 15h00

- 400 m Nage Libre Messieurs – 100 m Dos Dames
- 200 m Dos Messieurs – 800 m Nage Libre Dames
- 50 m Nage Libre Messieurs – 100 m Brasse Dames
- 200 m Brasse Messieurs – 100 m Nage Libre Dames
- 200 m Nage Libre Messieurs – 100 m Papillon Dames
- 200 m Papillon Messieurs – 200 m 4 Nages Dames
- 400 m 4 Nages Messieurs
- 4x100 m 4 Nages Dames et Messieurs

REGLEMENTS PARTICULIERS, VOIR AU VERSO





CHAMPIONNATS « 76 » INTERCLUBS TOUTES CATEGORIES

Règlements Particuliers

- **Compétition par équipe Toutes Catégories composée de 10 nageurs (10 filles ou 10 garçons). Pour être classée, une équipe doit être complète, c'est-à-dire participer aux deux relais et aux treize courses individuelles. Trois nageurs peuvent participer à deux épreuves individuelles et aux relais, les autres ne peuvent prendre part qu'à une seule épreuve individuelle et aux relais. Un club ne peut présenter plusieurs équipes qu'à condition que toutes ses équipes précédentes soient complètes. Une équipe n'est classée que si toutes les courses ont été disputées (sans forfait ou abandon). Les équipes qualifiées à l'échelon Régional doivent impérativement participer à ce niveau (consulter le « Spécial Règlements » Régional.**
- **Récompenses : Classement par équipe à l'addition des points marqués à la table de cotation F.F.N. Les points des relais ne sont plus doublés. Les trois premières équipes Dames et les trois premières équipes Messieurs recevront une coupe.**
- **Engagements : 34 € par équipe sur bordereau papier ou format informatique PCE (extranat pocket, Abcnatation, Nat2i ou Bordereau papier), adressés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE - Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 30 Octobre dernier délai.**

Forfait : 45 € par équipe, sauf si déclaré par Mail avant le mercredi 10 novembre à : ffn_76@orange.fr . Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

CHAMPIONNATS « 76 » EPREUVES COURTES HIVER

Date : 20 et 21 Novembre 2010 - Lieu : FECAMP

Bassin : 25 m – 08 Couloirs – Gestion informatique Extranat

Période d'engagement du 28 octobre au 11 novembre à minuit



COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 20 Novembre – Après Midi

Ouverture des Portes 14h30

1ère Epreuve 15h30

- 100 m Nage Libre Dames et Messieurs
- 200 m Dos Dames et Messieurs
- 50 m Brasse Dames et Messieurs
- 50 m Papillon Dames et Messieurs

Réunion du Dimanche 21 Novembre - Matin

Ouverture des Portes 08h00

1ère Epreuve 09h00

- 400 m Nage Libre Dames et Messieurs
- 100 m Dos Dames et Messieurs
- 200 m Brasse Dames et Messieurs
- 200 m Papillon Dames et Messieurs
- 50 m Nage Libre Dames et Messieurs

Réunion du Dimanche 21 Novembre – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 15h00

- 200 m 4 Nages Dames et Messieurs
- 100 m Brasse Dames et Messieurs
- 100 m Papillon Dames et Messieurs
- 200 m Nage Libre Dames et Messieurs
- 50 m Dos Dames et Messieurs

REGLEMENTS PARTICULIERS, VOIR AU VERSO





CHAMPIONNATS « 76 » EPREUVES COURTES HIVER

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges Juniors-Seniors, Cadets, Minimes et Benjamins, réalisant les minimas de la grille de temps « Championnats 76 ».



Engagements : sur extranat (www.extranat.fr) du 28 octobre au 11 novembre à minuit. Les bons de commandes des engagements validés doivent être envoyés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE, accompagnés du règlement. 3.35 € par course individuelle.

- Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve, dans chacune des quatre catégories.
- Compétition qualificative pour le circuit de la Coupe de Normandie, les Championnats Régionaux Hiver, Jeunes et Été, le Championnat interrégional d'hiver, le critérium benjamins interrégional et les Meetings Labellisés.

Forfait : 13.50 € la course ou 27 € pour deux courses et plus, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 17 Novembre à : ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

CHALLENGE « POUSSINS » 1° PARTIE

Date : Samedi 04 Décembre 2010 - Lieu : YVETOT

Bassin : 25 m – 06 Couloirs - Code Informatique : 101

Engagement format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 04 Décembre – Après Midi

Ouverture des Portes 14h30

1ère Epreuve 15h30

- 50 m Brasse Filles et Garçons
- 200 m Crawl Filles et Garçons
- 200 m 4 Nages Filles et Garçons
- 50 m Papillon Filles et Garçons
- Relais 4x100 m Crawl Filles et Garçons

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs de la catégories d'âge « Poussins ». Chaque nageur figurant dans les seize premiers d'une épreuve marque des points pour son club suivant le barème : 1^{er} – 16 points, 2^{ème} – 15 points, 3^{ème} – 14 points etc... Chaque nageur ne peut participer qu'à trois courses individuelles et au relais. Chaque club ne peut engager, au maximum, que deux équipes de relais filles et deux équipes de relais garçons. Les épreuves de Crawl doivent impérativement être nagées dans cette nage et non pas en nage libre.

Engagements : 2.35 € par course individuelle, 7.50 € par relais

Sur Bordereau papier ou format informatique PCE (extranat pocket, abcnatation, nat2i), adressés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 20 Novembre dernier délai.

Récompenses : Une coupe récompensera les trois premiers clubs en filles et les trois premiers clubs en garçons.

Forfait : 11.50 € la course ou 23 € pour deux courses et plus, 17 € le relais, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 1^{er} Décembre à : ffn_76@orange.fr
Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

PROMOTIONS HIVER 1° PARTIE

Date : Dimanche 05 Décembre 2010 - Lieu : FORGES LES EAUX

Bassin : 25 m – 06 Couloirs - Code Informatique : 201

Engagement Format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Dimanche 05 Décembre - Matin

Ouverture des Portes 08h30

1ère Epreuve 09h30

- 400 m Nage Libre Dames et Messieurs
- 100 m Brasse Dames et Messieurs

Réunion du Dimanche 05 Décembre – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 15h00

- 200 m Dos Dames et Messieurs
- 100 m Papillon Dames et Messieurs
- 50 m Nage Libre Dames et Messieurs

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges « Benjamins » et « Minimes-Cadets-Juniors-Seniors » ne réalisant pas les minimas de la grille de temps « Championnats 76 ». Les catégories d'âge inférieures ne sont pas autorisées à concourir. Les engagements non-conformes ne seront ni pris en compte ni remboursés.

Engagements : 2.35 € par course individuelle.

Sur Bordereau papier ou format informatique PCE (extranat pocket, abcnatation, nat2i ou bordereau papier), adressés à

Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 20 Novembre dernier délai.

Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve individuelle, dans chacune des deux catégories.

Forfait : 11.50 € la course ou 23 € pour deux courses et plus, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 1° décembre à : ffn_76@orange.fr Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

CHAMPIONNATS « 76 » DEMI-FOND

Date : Dimanche 12 Décembre 2010 - Lieu : BOLBEC

Bassin : 25 m – 05 Couloirs – Gestion informatique Extranat

Période d'engagement du 19 novembre au 3 décembre à minuit



COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Dimanche 12 Décembre – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 15h00

- 400 m 4 Nages Messieurs
- 800 m Nage Libre Dames (et Messieurs)
- 1500 m Nage Libre Messieurs (et Dames)
- 400 m 4 Nages Dames

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges Juniors-Seniors, Cadets, Minimes et Benjamins, réalisant les minimas de la grille de temps « Championnats 76 ». En fonction du nombre d'engagés, les séries du 800 m et du 1500 m Nage Libre pourront être mixtes.

- Engagements : sur extranat (www.extranat.fr) du 19 novembre au 03 décembre à minuit. Les bons de commandes des engagements validés doivent être envoyés à

Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE, accompagnés du règlement. 3.35 € par course individuelle.

- Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve, Dans chacune des quatre catégories.
- Compétition qualificative pour le circuit de la Coupe de Normandie, les Championnats Régionaux Hiver, Jeunes et Eté, le Championnat interrégional d'hiver, le critérium benjamins interrégional et les Meetings Labellisés.

Forfait : 13.50 € la course ou 27 € pour deux courses et plus, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 08 Décembre à : ffn_76@orange.fr .Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

CHALLENGE « POUSSINS » 2° PARTIE

Date : Samedi 22 Janvier 2011 - Lieu : DIEPPE-DELAUNE

Bassin : 25 m – 04 Couloirs - Code Informatique : 102

Engagement format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 22 Janvier – Après Midi

Ouverture des Portes 14h30

1ère Epreuve 15h30

- 50 m Dos Filles et Garçons
- 400 m Crawl Filles et Garçons
- 100 m 4 Nages Filles et Garçons
- 50 m Crawl Filles et Garçons
- Relais 4x100 m 4 Nages Filles et Garçons

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs de la catégories d'âge « Poussins ». Chaque nageur figurant dans les seize premiers d'une épreuve marque des points pour son club suivant le barème : 1^{er} – 16 points, 2^{ème} – 15 points, 3^{ème} – 14 points etc... Chaque nageur ne peut participer qu'à trois courses individuelles et au relais. Chaque club ne peut engager, au maximum, que deux équipes de relais filles et deux équipes de relais garçons. Les épreuves de Crawl doivent impérativement être nagées dans cette nage et non pas en nage libre.

- Engagements : 2.35 € par course individuelle, 7.50 € par relais

Sur Bordereau papier ou format informatique PCE, (extranat pocket,

abcnatation, nat2i ou bordereau papier), adressés à

Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 08 Janvier dernier délai.

- Récompenses : Une coupe récompensera les trois premiers clubs en filles et les trois premiers clubs en garçons.

Forfait : 11.50 € la course ou 23 € pour deux courses et plus, 17 € le relais, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 19 janvier à : ffn_76@orange.fr . Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

PROMOTIONS HIVER 2° PARTIE

Date : Dimanche 23 Janvier 2011 - Lieu : MONTIVILLIERS
Bassin : 25 m – 06 Couloirs - Code Informatique : 202
Engagement Format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Dimanche 23 Janvier - Matin

Ouverture des Portes 08h30

1ère Epreuve 09h30

- 100 m Dos Dames et Messieurs
- 200 m 4 Nages Dames et Messieurs
- 100 m Nage Libre Dames et Messieurs

Réunion du Dimanche 23 Janvier – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 15h00

- 200 m Nage Libre Dames et Messieurs
- 200 m Brasse Dames et Messieurs

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges « Benjamins » et « Minimes-Cadets-Juniors-Seniors » ne réalisant pas les minimas de la grille de temps « Championnats 76 ». Les catégories d'âge inférieures ne sont pas autorisées à concourir. Les engagements non-conformes ne seront ni pris en compte ni remboursés.

□ Engagements : 2.35 € par course individuelle.

Sur Bordereau papier ou format informatique PCE, (extranat pocket, abcnatation, nat2i ou bordereau papier), adressés à

Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 08 Janvier dernier délai.

□ Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve individuelle, dans chacune des deux catégories.

Forfait : 11.50 € la course ou 23 € pour deux courses et plus, sauf si déclaré par mail avant le mercredi janvier à ffn_76@orange.fr . Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

NATATHLON « BENJAMINS » 1^{ère} PARTIE

Date : Dimanche 30 Janvier 2011 - Lieu : ST ROMAIN DE COLBOSC

Bassin : 25 m – 05 Couloirs – Gestion Informatique Extranat

Période d'engagement du 7 au 21 janvier 2011 à minuit



COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Dimanche 30 Janvier - Matin

Ouverture des Portes 08h00

1^{ère} Epreuve 09h00

- 800 m Nage Libre Dames
- 50 m Papillon Messieurs et Dames
- 100 m Nage Libre Messieurs et Dames
- 400 m 4 Nages Messieurs

Réunion du Dimanche 30 Janvier – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1^{ère} Epreuve 15h00

- 800 m Nage Libre Messieurs
- 50 m Dos Dames et Messieurs
- 50 m Brasse Dames et Messieurs
- 400 m 4 Nages Dames

Règlements Particuliers

Compétition réservée à la catégorie des « Benjamins ». Un nageur ne peut participer qu'à trois épreuves maximum par étape. Toutefois, pour être classé au terme des trois étapes et pouvoir prétendre à une finale Régionale ou Nationale, il devra avoir pris part à la totalité des épreuves.



— Engagements : sur extranat (www.extranat.fr) du 07 au 21 Janvier à minuit. Les bons de commandes des engagements validés doivent être envoyés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE, accompagnés du règlement. 8.50 € par nageur, quelque soit le nombre de courses (3 maximum).

- Récompenses : Une médaille aux trois premiers de chaque épreuve.

Forfait : 13.50 € par nageur, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 26 janvier à : ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

FINALE « AVENIRS-POUSSINS » HIVER

Date : Dimanche 06 Février 2011 - Lieu : GONFREVILLE L'ORCHER
Bassin : 25 m – 06 Couloirs - Code Informatique : 301
Engagement Format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Dimanche 06 Février - Matin

Ouverture des Portes 09h15

1ère Epreuve 10H00

50 m crawl Filles & Garçons

50 m Papillon Filles & Garçons

Relais 4x50 m 4 Nages Filles & Garçons

Réunion du Dimanche 06 Février – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 14H30

100 m 4 Nages Filles & Garçons

50 m Brasse Filles & Garçons

50 dos Filles & Garçons

Relais 4x50 Crawl Filles & Garçons

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges « Avenirs » et « Poussins » dans les épreuves auxquelles ils sont qualifiés lors des rencontres Hiver, et ce dans la limite de trois courses individuelles. Les épreuves de crawl doivent impérativement être nagées dans cette nage et non pas en nage libre.

□ Engagements : 2.35 € par course individuelle, 7.50 € par relais

Sur Bordereau papier ou format informatique PCE, (extranat pocket, abcnatation, nat2i ou bordereau papier), , adressés à

Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 22 janvier dernier délai.

□ Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve individuelle et de chaque relais, dans chaque catégorie.

Forfait : 11.50 € la course ou 23 € pour deux courses et plus, 17 € le relais, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 02 février à ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.



Modalité d'engagement:

A l'issue de la troisième rencontre Avenirs/poussins, les responsables de secteur devront envoyer les résultats dès le lundi 17 janvier 2011 à l'adresse suivante:
ffn_76@orange.fr.

Dès le mercredi 19 janvier 2011 les clubs pourront consulter sur le site du comité départemental la liste des nageurs qualifiés épreuves par épreuves.

Les engagements seront donc à faire comme d'habitude au format PCE pour le 22 janvier 2011.

Se reporter aux règlements particuliers pour connaître le nombre de qualifiés par épreuve

PROMOTIONS HIVER 3° PARTIE

Date : Samedi 12 Février 2011 Lieu : OISSEL
Bassin : 25 m – 04 Couloirs - Code Informatique : 203
Engagement Format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 12 Février – Après Midi

Ouverture des Portes 14h30

1ère Epreuve 15h30

- 200 m 4 Nages Dames et Messieurs
- 50 m Nage Libre Dames et Messieurs

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges « Benjamins » et « Minimes-Cadets-Juniors-Seniors » ne réalisant pas les minimas de la grille de temps « Championnats 76 ». Les catégories d'âge inférieures ne sont pas autorisées à concourir. Les engagements non-conformes ne seront ni pris en compte ni remboursés.

- Engagements : 2.35 € par course individuelle.

Sur Bordereau papier ou format informatique PCE (Extranat pocket, Abcnatation, Nat2i ou bordereau papier), adressés à

Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 29 Janvier dernier délai.

- Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve individuelle, dans chacune des deux catégories.

Forfait : 11.50 € la course ou 23 € pour deux courses et plus, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 09 février à ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

NATATHLON « BENJAMINS » 2ème PARTIE

Date : Dimanche 13 Février 2011 - Lieu : ST VALERY en CAUX

Bassin : 25 m – 06 Couloirs – Gestion Informatique Extranat

Période d'engagement du 21 Janvier au 04 Février à minuit



COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Dimanche 13 Février - Matin

Ouverture des Portes 08h00

1ère Epreuve 09h00

- 800 m Nage Libre Messieurs
- 50 m Dos Dames et Messieurs
- 50 m Brasse Dames et Messieurs
- 400 m 4 Nages Dames

Réunion du Dimanche 13 Février – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 15h00

- 800 m Nage Libre Dames
- 50 m Papillon Messieurs et Dames
- 100 m Nage Libre Messieurs et Dames
- 400 m 4 Nages Messieurs

Règlements Particuliers

Compétition réservée à la catégorie des « Benjamins ». Un nageur ne peut participer qu'à trois épreuves maximum par étape. Toutefois, pour être classé au terme des trois étapes et pouvoir prétendre à une finale Régionale ou Nationale, il devra avoir pris part à la totalité des épreuves.



Engagements : sur extranat (www.extranat.fr) du 21 Janvier au 04 Février à minuit. Les bons de commandes des engagements validés doivent être envoyés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE, accompagnés du règlement. 8.50 € par nageur, quelque soit le nombre de courses (3 maximum).

- Récompenses : Une médaille aux trois premiers de chaque épreuve.

Forfait : 13.50 € par nageur, sauf si déclaré par fax avant le mercredi 09 février à : ffn_76@orange.fr .Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

CHAMPIONNATS « 76 » EPREUVES COURTES ETE

Date : 12 et 13 Mars 2011 - Lieu : ROUEN

Bassin : 25 m – 08 Couloirs – Gestion Extranat

Période d'engagement du 18 février au 04 mars à minuit.



COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 12 Mars – Après Midi

Ouverture des Portes 14h30

1ère Epreuve 15h30

- 100 m Nage Libre Dames et Messieurs
- 200 m Dos Dames et Messieurs
- 50 m Brasse Dames et Messieurs
- 50 m Papillon Dames et Messieurs

Réunion du Dimanche 13 Mars - Matin

Ouverture des Portes 08h30

1ère Epreuve 09h30

- 400 m Nage Libre Dames et Messieurs
- 100 m Dos Dames et Messieurs
- 200 m Brasse Dames et Messieurs
- 200 m Papillon Dames et Messieurs
- 50 m Nage Libre Dames et Messieurs

Réunion du Dimanche 13 Mars – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 15h00

- 200 m 4 Nages Dames et Messieurs
- 100 m Brasse Dames et Messieurs
- 100 m Papillon Dames et Messieurs
- 200 m Nage Libre Dames et Messieurs
- 50 m Dos Dames et Messieurs

REGLEMENTS PARTICULIERS, VOIR AU VERSO





CHAMPIONNATS « 76 » EPREUVES COURTES ETE

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges Juniors-Seniors, Cadets, Minimes et Benjamins, réalisant les minimas de la grille de temps « Championnats 76 ».



Engagements : sur extranat (www.extranat.fr) du 18 février au 04 mars à minuit. Les bons de commandes des engagements validés doivent être envoyés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE, accompagnés du règlement. 3.35 € par course individuelle.

- Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve, dans chacune des quatre catégories.
- Compétition qualificative pour le circuit de la Coupe de Normandie, les Championnats Régionaux Jeunes et Eté, le critérium benjamins interrégional.

Forfait : 13.50 € la course ou 27 € pour deux courses et plus, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 09 mars à : ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

CRITERIUMS POUSSINS 1° PARTIE

Date : Samedi 26 Mars 2011- Lieu : FAUVILLE Bassin :25 m –
04 Couloirs - Code Informatique : 103

Engagement format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 26 Mars – Apres midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 14h45

- 400 m Crawl Filles et Garçons
- 100 m 4 Nages Filles et Garçons
- Relais 4x50 crawl Filles et Garçons

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs de la catégories d'âge « Poussins ». Les séries de 400 m Crawl seront nagées en alternance avec les séries de 200 m 4 Nages. Les épreuves de Crawl doivent impérativement être nagées dans cette nage et non pas en nage libre.

□ Engagements : 2.35 € par course individuelle.

Sur Bordereau papier ou format informatique PCE (extarnat pocket, Abcnatation, Nat2i ou Bordereau papier), adressés à

Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 12 Mars dernier délai.

□ Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve individuelle.

Forfait : 11.50 € la course ou 23 € pour deux courses et plus, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 23 Mars à : ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

NATATHLON « BENJAMINS » 3ème PARTIE

Date : Dimanche 27 Mars 2011 - Lieu : ST ETIENNE du ROUVRAY
Bassin : 25 m – 05 Couloirs – Gestion Informatique Extranat
Periode d'engagement du 04 au 18 Mars à minuit.



COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Dimanche 27 Mars - Matin

Ouverture des Portes 08h00

1ère Epreuve 09h00

- 400 m 4 Nages Dames & Messieurs
- 50 m Dos Dames et Messieurs
- 50 m Brasse Dames et Messieurs
- 50 m Papillon Dames et Messieurs

Réunion du Dimanche 27 Mars – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 15h00

- 800 m Nage Libre Dames
- 100 m Nage Libre Messieurs & Dames
- 800 m Nage Libre Messieurs

Règlements Particuliers

Compétition réservée à la catégorie des « Benjamins ». Un nageur ne peut participer qu'à trois épreuves maximum par étape. Toutefois, pour être classé au terme des trois étapes et pouvoir prétendre à une finale Régionale ou Nationale, il devra avoir pris part à la totalité des épreuves.

- Engagements : sur extranat (www.extranat.fr) du 04 au 18 Mars à minuit. Les bons de commandes des engagements validés doivent être envoyés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE, accompagnés du règlement. 8.50 € par nageur, quelque soit le nombre de courses (3 maximum).
- Récompenses : Une coupe sera remise aux trois premiers du classement par addition des points à la table de cotation de toutes les épreuves.



Forfait : 13.50 € par nageur, sauf si déclaré par fax avant le mercredi 23 mars à : ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

INTERCLUBS « POUSSINS »

Date : Samedi 09 Avril 2011 - Lieu : YVETOT

Bassin : 25 m – 06 Couloirs - Code Informatique : 105

Engagement Format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 09 Avril – Après Midi

Ouverture des Portes 14h30

1ère Epreuve 15h30

- 100 m Dos Filles - Garçons
- 100 m Papillon Filles - Garçons
- entracte ...
- 100 m Nage Libre Filles - Garçons
- 100 m Brasse Filles - Garçons
- Relais 4x50 m Nage Libre Filles et Garçons

Règlements Particuliers

Compétition par équipe de quatre (garçons ou filles) ouverte aux nageuses et nageurs de la catégories d'âge « Poussins ». Chaque nageur ne peut prendre part qu'à une seule course individuelle et au Relais.

Possibilité de surclasser des nageurs de la catégorie « Avenirs » **UNIQUEMENT** si nécessaire pour former la dernière équipe, toutes les équipes précédentes devant être uniquement composées de « poussins ». L'engagement de plusieurs équipes n'est autorisé que si toutes les équipes précédentes sont complètes (participation au relais et aux quatre épreuves individuelles). Les épreuves de Crawl doivent être impérativement nagées dans cette nage et non pas en nage libre.

Engagements : 30 € par équipe sur bordereau papier ou format informatique PCE (Extranat pocket, Abcnatation, Nat2i ou Bordereau papier), adressés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE - Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 26 Mars dernier délai.

Récompenses : une coupe sera remise aux trois premières équipes filles et au trois premières équipes garçons.

Forfait : 47 € par équipe, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 06 avril à ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

INTERCLUBS « BENJAMINS »

Date : Samedi 09 Avril 2011 - Lieu : YVETOT

Bassin : 25 m – 06 Couloirs - Code Informatique : 104

Engagement Format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 09 Avril – Après Midi

Ouverture des Portes 14h30

1ère Epreuve 15h30

- 100 m Dos Filles - Garçons
- 100 m Papillon Filles - Garçons
- entracte ...
- 100 m Nage Libre Filles - Garçons
- 100 m Brasse Filles - Garçons
- Relais 4x50 m Nage Libre Filles et Garçons

Règlements Particuliers

Compétition par équipe de quatre (garçons ou filles) ouverte aux nageuses et nageurs de la catégories d'âge « Benjamins ». Chaque nageur ne peut prendre part qu'à une seule course individuelle et au Relais.

Possibilité de surclasser des nageurs de la catégorie « Poussins » **UNIQUEMENT** si nécessaire pour former la dernière équipe, toutes les équipes précédentes devant être uniquement composées de « Benjamins ».. L'engagement de plusieurs équipes n'est autorisé que si toutes les équipes précédentes sont complètes (participation au relais et aux quatre épreuves individuelles).

Engagements : 30 € par équipe sur bordereau papier ou format informatique PCE (extranat pocket, Abcnatation, Nat2i ou Bordereau papier), adressés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE - Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 26 Mars dernier délai.

Récompenses : une coupe sera remise aux trois premières équipes filles et au trois premières équipes garçons.

Rappel : les performances réalisées pourront servir de base pour les propositions d'engagements à la finale Régionale (15 juin 2011).

Forfait : 47 € par équipe, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 06 avril à ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

PROMOTIONS ETE

Date : Samedi 21 Mai 2011- Lieu : GONFREVILLE L'ORCHER

Bassin :25 m – 06 Couloirs - Code Informatique : 204

Engagement Format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 21 Mai – Après Midi

Ouverture des Portes 14h30

1ère Epreuve 15h30

- 50 m Papillon Dames et Messieurs
- 100 m Dos Dames et Messieurs
- 200 m Nage Libre Dames et Messieurs

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges « Benjamins » et « Minimes-Cadets-Juniors-Seniors » ne réalisant pas les minimas de la grille de temps « Championnats 76 ». Les catégories d'âge inférieures ne sont pas autorisées à concourir. Les engagements non-conformes ne seront ni pris en compte ni remboursés.

□ Engagements : 2.35 € par course individuelle.

Sur Bordereau papier ou format informatique PCE (extranat pocket, Abcnatation, Nat2i ou Bordereau papier) , adressés à

Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 07 Mai dernier délai.

□ Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve individuelle, dans chacune des deux catégories.

Forfait : 11.50 € la course ou 23 € pour deux courses et plus, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 18 mai à : ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

CRITERIUMS POUSSINS 2° PARTIE

Date : Dimanche 22 Mai 2011 - Lieu : BOLBEC

Bassin : 25 m – 05 Couloirs - Code Informatique : 106

Engagement Format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Dimanche 22 Mai - Matin

Ouverture des Portes 08h30

1ère Epreuve 09h15

400 m Crawl Garçons

200 m 4 Nages Filles

Réunion du Dimanche 22 Mai – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 14H45

400 m Crawl Filles

200 m 4 Nages Garçons

50 m Crawl Filles et Garçons

4x50 4 nages

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs de la catégories d'âge « Poussins ». Les séries de 400 m Crawl seront nagées en alternance avec les séries de 200 m 4 Nages. Les épreuves de Crawl doivent impérativement être nagées dans cette nage et non pas en nage libre.

Engagements : 2.35 € par course individuelle.

Sur Bordereau papier ou format informatique PCE (extranat pocket, Abcnatation, Nat2i ou bordereau papier), adressés à

Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 07 mai dernier délai.

Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve individuelle.

Forfait : 11.50 € la course ou 23 € pour deux courses et plus, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 18 mai à ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.

MEETING « 76 » DE FIN DE SAISON



Date : Dimanche 19 Juin 2011 - Lieu : FORGES LES EAUX
Bassin : 25 m – 06 Couloirs – Gestion Informatique Extranat
Période d'engagement du 27 mai au 10 juin à minuit.

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Dimanche 19 Juin - Matin

Ouverture des Portes 08h30

1ère Epreuve 09h30

- 100 m Dos – 100 m Brasse Dames et Messieurs
- 200 m 4 Nages Dames et Messieurs
- 100 m Papillon – 100 m Nage Libre Dames & Messieurs

Réunion du Dimanche 19 Juin – Après Midi

Ouverture des Portes 14h30

1ère Epreuve 15h30

- Finales A par catégories d'âge
- Relais 4x50 m Nage Libre

Règlements Particuliers

□ Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des trois catégories d'âges : Cadets Juniors Seniors, Minimes et Benjamins, réalisant les minimas de la grille de temps ci-dessous jusqu'au niveau « Coupe de Normandie ». Les nageurs d'un niveau supérieur à la Coupe de Normandie ne sont pas autorisés à participer. Chaque nageur peut participer au maximum à quatre courses individuelles et au relais. Les séries seront nagées le matin, les 6 meilleurs temps dans chaque catégorie d'âge seront qualifiés pour la finale A de l'après midi. Engagements sur extranat (www.extranat.fr) du 27 mai au 10 juin à minuit. Les bons de commandes des engagements validés doivent être envoyés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE, accompagnés du règlement. 3.35 € par course individuelle, 7.50 € par relais.

Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque finale, ainsi qu'aux trois premiers relais dans chacune des trois catégories.



Forfait : 13.50 € la course ou 27 € pour deux courses et plus, 17 € le relais, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 15 Juin à : ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.



Grille de temps Meeting 76 fin de saison

	Dames	Messieurs
100 Dos	1'42	1'35
100 Brasse	1'50	1'42
100 Papillon	1'45	1'40
100 Nage	1'30	1'25
200 4 Nages	3'25	3'15

FINALE « AVENIRS-POUSSINS » ETE

Date : Dimanche 26 Juin 2011 - Lieu : GRAND QUEVILLY
Bassin : 25 m – 06 Couloirs - Code Informatique : 302
Engagement Format PCE

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Dimanche 26 Juin - Matin

Ouverture des Portes 08h30

1ère Epreuve 09h15

50 m Dos Avenirs – 100 m Dos Poussins

50 m Brasse Avenirs – 100 m Brasse Poussins

50 m Papillon Avenirs et Poussins

Relais 4x50 m 4 Nages Avenirs et Poussins

Réunion du Dimanche 26 Juin – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 14h45

50 m Crawl Avenirs – 100 m Crawl Poussins

100 m 4 Nages Avenirs et Poussins

Relais 4x50 m Crawl Avenirs et Poussins

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges « Avenirs » et « Poussins » dans les épreuves auxquelles ils seront qualifiés lors des rencontres été , et ce dans la limite de trois courses individuelles. Les épreuves de crawl doivent impérativement être nagées dans cette nage et non pas en nage libre.

☐ Engagements : 2.35 € par course individuelle, 7.50 € par relais

Sur Bordereau papier ou format informatique PCE (Extranat pocket, Abcnatation, Nat 2i ou Bordereau papier) adressés à

Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 11 juin dernier délai.

☐ Récompenses : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve individuelle et de chaque relais, dans chaque catégorie

Forfait : 11.50 € la course ou 23 € pour deux courses et plus, 17 € le relais, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 22 juin à ffn_76@orange.fr. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.



Modalité d'engagement:

A l'issue de la troisième rencontre Avenirs/poussins, les responsables de secteur devront envoyer les résultats dès le samedi 21 Mai 2011 à l'adresse suivante: ffn_76@orange.fr.

Dès le jeudi 26 mai 2011 les clubs pourront consulter sur le site du comité départemental la liste des nageurs qualifiés épreuves par épreuves.

Les engagements seront donc à faire comme d'habitude au format PCE pour le 11 juin 2011.

Se reporter aux règlements particuliers pour connaître le nombre de qualifiés par épreuve
