

# Programme et Règlements Poitou Charentes

Natation Estivale

**SAISON 2013**



## Calendrier Régional Saison Été 2013

1<sup>ère</sup> journée:

**Interclubs Régionaux par Equipe.**

La Crèche (79)

Le 21 Juillet

.....

Responsable régional : Cécilia VEILLON

2<sup>ème</sup> journée

**Inter départements par Equipes**

Jaunay-Clan (86)

Le 4 Août

.....

Responsable régional : Patrick ROUGER

3<sup>ème</sup> journée

**Challenge Poussins**

**Journée régionale ENF pass'sports de l'eau**

Surgères (17)

Le 10 Août

.....

Responsable régional : Yvelise FLEURUS - Caty PRAT – Yannick LOIZEAU

4<sup>ème</sup> journée

**Challenge du jeune nageur complet benjamins**

**Coupe régionale interclubs Minimes et moins**

Montlieu-La Garde (17)

Le 11 Août

.....

Responsable régional : Yvelise FLEURUS - Caty PRAT – Yannick LOIZEAU

5<sup>ème</sup> journée :

**Championnats régionaux été**

Confolens (16)

Le 25 Août

.....

Responsable régional : Eric DEBRIE

6<sup>ème</sup> journée :

**16ème Coupe de France des Régions Natation Estivale**

Les 31 Août et 1<sup>er</sup> septembre dans le LOT

A Souillac

Juge-arbitre nommé par la fédération



REGLEMENTS GENERAUX NATATION « ETE » 2013

L'organisation du nouveau classement des clubs se caractérise par 3 grands thèmes : un classement des compétitions par équipe, un classement Elite issu des rankings de la saison en cours et un classement individuel basé sur le niveau des compétiteurs qui composent le club.

\* Le classement des compétitions par équipe :

- Les Interclubs Minimes et moins et les Interclubs toutes catégories : le premier club au classement cumulé de points par interclubs totalise 2000 pts
- mode de calcul : 2000 pts au 1<sup>er</sup> et 1 pt au dernier (1500<sup>ème</sup>)  
du 1<sup>er</sup> au 11<sup>ème</sup> : 10 pts de moins par place  
du 12<sup>ème</sup> au 51<sup>ème</sup> : 4 pts de moins par place  
du 52<sup>ème</sup> au 101<sup>ème</sup> : 3 pts de moins par place  
du 102<sup>ème</sup> au 291<sup>ème</sup> : 2 pts de moins par place  
du 292<sup>ème</sup> au 1500<sup>ème</sup> : 1 pt de moins par place  
NB : les nageurs nés en 2004 et après ont l'obligation d'être titulaires de l'ensemble du dispositif ENF pour intégrer les différentes compétitions.

\* Le classement du « trophée Elite » :

- Les rankings nationaux en bassin de 25m et de 50m des nageurs des clubs d'été toutes catégories confondues à l'issue de la saison 2012 – 2013
- Le classement du trophée prend en compte les 20 premiers nageurs classés toutes catégories confondues dans chaque épreuve individuelle des rankings des nageurs estivaux pour la saison 2012 – 2013
- selon le barème suivant : 1<sup>er</sup> - 42 pts, 2<sup>ème</sup> - 40 pts, 3<sup>ème</sup> - 39 pts, ... , 20<sup>ème</sup> - 1 pt

\* Le classement des clubs à partir des compétiteurs :

- Toutes les compétitions des calendriers régionaux et départementaux de la natation estivale y compris la Coupe de France estivale sont prises en compte
- Seul le meilleur classement par nageur est comptabilisé. Les points obtenus par chaque nageur s'ajoutent pour donner un total de points au club (rappel : les nageurs nés en 2004 et après ont l'obligation d'être titulaires de l'ensemble du dispositif ENF pour intégrer les différentes compétitions.
- Meilleure performance du nageur est de 1 à 199 pts (table de cotation) = 5 pts  
Meilleure performance du nageur est de 200 à 449 pts (table de cotation) = 20 pts  
Meilleure performance du nageur est de 450 à 649 pts (table de cotation) = 40 pts  
Meilleure performance du nageur est de 650 à 799 pts (table de cotation) = 80 pts  
Meilleure performance du nageur est de plus de 800 pts (table de cotation) = 160 pts



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



\* Le classement du socle institutionnel :

- Sont identifiés pour ce calcul les éléments qui se rapportent à l'individu et des éléments qui se rapportent à la structure
- Seul le point licence est cumulable avec les autres
- 1 licence = 1 pt
- 1 élu (5pts) : fédéral, régional ou départemental
- les membres non élus des commissions nationales (5pts)
- les officiels (5pts)
- les nageurs impliqués dans l'ENF : Sauv'nage (5pts), Pass'sports de l'eau (10 pts) et Pass'compétition (15 pts) pas de cumul de certification ENF, il est tenu compte du niveau le plus élevé obtenu en fin de saison

\*TRANSFERT :

Un nageur transféré d'un club d'hiver à un club d'été ne pourra participer à aucune compétition par équipes d'été lors de la saison sportive de son transfert.(Interclubs, Coupe de France Natation Estivale des régions)



**LA COMMISSION REGIONALE NATATION ESTIVALE.**

**Présidente :** Cécilia VEILLON  
21 B rue basse du château  
79400 SAINT-MAIXENT L'ECOLE  
Tel : 06 83 78 21 71  
Email : cecilia.veillon@orange.fr

**Vice-président :** Yannick LOIZEAU  
3, rue Paul Rouvier 17700 SURGERES  
Tel : 05 46 07 77 74 / 06 62 46 59 07  
Email : fydj\_loizeau@msn.com

**Membres :** Yvelise FLEURUS  
Impasse des Capucines 17700 SURGERES  
Tel : 05 46 07 52 58 / 06 65 06 67 42  
Email : yvelise.fleurus@sfr.fr

Caty PRAT  
Lavoir des Vignes 17210 MONTLIEU LA GARDE  
Tel : 05 46 04 41 06 / 06 62 35 44 30  
Email : prat\_catherine@orange.fr

Eric DEBRIE  
34, boulevard Gambetta 16300 BARBEZIEUX  
Tél : 05 45 78 98 34 / 06 88 56 22 56  
Email : edeb@orange.fr

Jennifer GUILLOTEAU  
6 bis, allée des loges 86800 LAVOUX  
Tel : 06 61 49 47 20  
Email : [jennifer\\_guilloteau@hotmail.fr](mailto:jennifer_guilloteau@hotmail.fr)

Patrick ROUGER  
5, rue du Clos des Vignes  
86130 JAUNAY-CLAN  
Tel : 05 49 88 91 24 / 06 71 90 77 47  
Email : patrickrouger@sfr.fr



**CLUBS ETE POUR LA SAISON 2013.**

**CHARENTE**

CN Barbezieux	CN Confolens	UA La Rochefoucauld
Mansle LS	AJ Montmoreau	Montbron

**CHARENTE – MARITIME**

NC. Aigrefeuille	US. Aulnay	CNC. Loulay
CN. Marennes-Bourcefranc	Dauphins Marans	Dauphins Pons
CNSS. Montlieu La Garde	SC Surgères	

**DEUX – SEVRES**

NC. La Crèche	D. Saint Varent	
---------------	-----------------	--

**VIENNE**

US Civray	CN L'Isle - Jourdain	CN Jaunay Clan
CN Neuville-de-Poitou		



**CONTACTS ET CORRESPONDANTS CLUBS ETE.**

**Pour la CHARENTE :**

- CLUB NAUTIQUE BARBEZIEUX (22 016 2322)  
Correspondant : Eric DEBRIE  
34, boulevard Gambetta  
16300 BARBEZIEUX  
Tel : 06 88 56 22 56  
Email : edeb@orange.fr  
N° téléphone Piscine : 05 45 78 02 40
  
- CLUB NAUTIQUE CONFOLENS ( 22 016 2930)
  - Correspondant : Esther HERVY  
Ferme du Paupiquet  
16500 ANSAC sur VIENNE  
Tel : 05 45 85 33 36 / 06 37 53 27 32  
Email : esterlemoine@orange.fr  
N° téléphone Piscine : 05 45 29 03 71
  
- Foyer Arts et Loisirs MANSLE (22 016 9509)  
Correspondant : Jean DUPEYRAT  
9 Grande Rue  
16330 VERVANT  
Tel : 05 45 39 81 98 / 06 14 20 36 03  
Email : dupeyrat.jean@orange.fr  
N° téléphone Piscine : 05 45 20 34 99
  
- U.A.L.R. NATATION (22 016 2804)  
Correspondant : Robert MENARD  
11 avenue de Verdun  
16110 LA ROCHEFOUCAULD  
Tel : 05 45 25 94 70  
Email : ualr.natation@free.fr  
N° téléphone Piscine : 05 45 62 01 25
  
- CLUB NAUTIQUE MONTBRONNAIS (22 016 0002)  
Correspondant : Guy SAYETTAT  
Grignol  
16220 MONTBRON  
Tel : 05 45 67 44 72 / 06 80 64 54 56  
Email : guy.sayettat@wanadoo.fr  
N° téléphone Piscine :



**Pour la CHARENTE-MARITIME :**

- CN.CANTON DE LOULAY (22 017 9849)  
Correspondant : Emmanuel CROZA  
6, rue des Vignes  
Le Breuil  
79360 GRANZAY  
Tel : 05 49 28 54 59 / 06 85 62 51 90  
Email : [cncl@orange.fr](mailto:cncl@orange.fr)  
N° téléphone Piscine : 05 46 33 80
  
- CN MARENNES BOURCEFRANC LE CHAPUS (22 017 3246)  
Correspondant : Jean-Yves HADET  
44 rue de Chatain  
17560 BOURCEFRANC LE CHAPUS  
Tel : 05 46 85 79 97 / 06 11 45 19 35  
Email : [cnmbc@laposte.net](mailto:cnmbc@laposte.net)  
[jean-yves.hadet@wanadoo.fr](mailto:jean-yves.hadet@wanadoo.fr)  
N° téléphone Piscine :
  
- DAUPHINS PONTOIS (22 017 3370)  
Correspondant : Jean-Luc MARQUIZEAU  
3 Bel-Air  
17800 ST QUANTIN  
Tel : 05 46 70 91 60 / 06 81 17 61 27  
Email : [dauphins.pontois@laposte.net](mailto:dauphins.pontois@laposte.net)  
[scea.marquizeau@cerfrance.fr](mailto:scea.marquizeau@cerfrance.fr)  
N° téléphone Piscine : 05 46 91 21 93
  
- LES DAUPHINS MARANDAIS (22 017 9311)  
Correspondant : Franck ROY  
6 rue des Cordiers  
17230 MARANS  
Tel : 06 62 65 10 66  
Email : [laurence.roy9@orange.fr](mailto:laurence.roy9@orange.fr)  
N° téléphone Piscine : 05 46 01 00 01
  
- NATATION SUD SAINTONGE (22 017 3547)  
Correspondant : Caty PRAT  
Lavoir des Vignes 17210 MONTLIEU LA GARDE  
Tel : 05 46 04 41 06 / 06 62 35 44 30  
Email : [prat\\_catherine@orange.fr](mailto:prat_catherine@orange.fr)  
N° téléphone Piscine : 05 46 44 43 01





- NAUTIC CLUB AIGREFEUILLE (22 017 3353)  
Correspondant : Brigitte ZINI  
4 rue des Prés  
17290 AIGREFEUILLE  
Tel : 05 46 00 62 72 / 06 72 99 87 74  
Email : brigitte.zini@wanadoo.fr  
N° téléphone Piscine : 05 46 27 51 70
  
- SPORTING CLUB SURGERES (22 017 2843)  
Correspondant : Yannick LOIZEAU  
3 rue Paul Rouvier  
17700 SURGERES  
Tel : 05 46 07 77 74 / 06 62 46 59 07  
Email : fydj\_loizeau@msn.com  
N° téléphone Piscine : 05 46 07 03 96
  
- US AULNAY NATATION (22 017 4227)  
Correspondant : Hélène VILLENEUVE  
6 rue des Vignes / Le Breuil  
17470 LA VILLEDIEU  
Tel : 05 46 33 11 93  
Email : aulnaynatation@nordnet.fr  
N° téléphone Piscine : 05 46 33 32 14



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



**Pour les DEUX-SEVRES :**

- **DAUPHINS ST VARENTAIS** (22 079 4224)  
Correspondant : Dominique CHANSAULT  
24 rue de la Plaine aux Moulins  
79330 SAINT VARENT  
Tel : 05 49 67 55 89  
Email : jill.chansault@wanadoo.fr  
N° Téléphone Piscine : 05 49 67 61 48
  
- **NAUTIC CLUB CRECHOIS** (22 079 4182)  
Correspondant : Cécilia VEILLON  
21 B rue basse du château  
79400 SAINT-MAIXENT L'ECOLE  
Tel : 06 83 78 21 71  
Email : nautic.club.lacreche@hotmail.fr  
N° téléphone Piscine : 05 49 25 02 21



**Pour la VIENNE :**

- CN JAUNAY CLAN (22 086 4247)

Correspondant : Maxime BARBOT  
4 impasse de l'étoile  
86130 JAUNAY-CLAN  
Tel : 06 67 30 57 48  
Laura NEVEU  
28 rue de l'ormeau  
86130 JAUNAY-CLAN  
Tel : 06 12 80 36 54  
Email : [cnjaunay-clan@hotmail.fr](mailto:cnjaunay-clan@hotmail.fr)  
N° téléphone Piscine : 05 49 52 07 16

- C.NAT. de L'ISLE JOURDAIN (22 086 4110)

Correspondant : Isabelle BEGOIN  
2 rue du pont de l'Etang  
86350 USSON DU POITOU  
Tel : 06 72 70 37 37  
Email : [isabelle.begoin@orange.fr](mailto:isabelle.begoin@orange.fr)  
N° téléphone Piscine :

- CLUB NAUTIQUE NEUVILLOIS (22 086 2923)

Correspondant : Antoine POURET  
2 rue Voltaire  
86170 NEUVILLE DE POITOU  
Tel : 05 49 18 22 86 / 06 48 10 30 06  
Email : [clubnautiqueneuvillois@gmail.com](mailto:clubnautiqueneuvillois@gmail.com)  
N° téléphone Piscine :

- UNION SPORTIVE CIVRAISIENNE (22 086 3125)

Correspondant : Christophe QUERAUX  
C de C 8 place De Gaulle  
86400 CIVRAY  
Tel : 06 28 84 39 46  
Email : [uscivraynatation@live.fr](mailto:uscivraynatation@live.fr)  
N° téléphone piscine : 05 49 87 03 62



### CATEGORIES D'AGES POUR LA SAISON 2013

Les nageurs et les nageuses seront répartis selon cinq catégories d'âges présentées par le tableau ci – après.

Ces catégories concernent soit une tranche d'âges, soit en regroupant plusieurs de la ventilation adoptée par la Fédération Française de Natation.

(P)	Poussin 1ère année	10 ans	2003
	Poussin 2ème année	11 ans	2002
(I)	Benjamin 1ère année	12 ans	2001
	Benjamin 2ème année	13 ans	2000
(II)	Minime 1ère année	14 ans	1999
	Minime 2ème année	15 ans	1998
(III)	Cadet 1ère année	16 ans	1997
	Cadet 2ème année	17 ans	1996
(IV)	Junior 1ère année	18 ans	1995
	Junior 2ème année	19 ans	1994
	Junior 3ème année	20 ans	1993
	Senior	21 ans et plus	1992 et avant

### ENGAGEMENT AUX COMPETITIONS

Les engagements seront réalisés sur Extranat.

Les cartons d'engagement seront édités par le club organisateur de la compétition.

Pour la bonne réalisation de la compétition, il sera plus facile de déclarer un forfait le jour « J » que d'ajouter des nageurs à la dernière minute.

### ORGANISATION SPORTIVE

L'organisation sportive des épreuves : engagements, séries sera à la charge de la commission sportive régionale natation été.

La désignation des juges arbitres se fera en coordination avec le Président de la Commission des Officiels.

La commission sportive régionale été aura en charge de veiller à ce que les clubs organisateurs possèdent les structures nécessaires à l'organisation matérielle de la compétition, en particulier au niveau du secrétariat et de la mise en forme et de la diffusion des résultats.

Un Officiel, membre de la commission sportive régionale natation été, ou par celui désigné, participera au travail de secrétariat et sera enregistré comme officiel de la réunion.

A l'issue des épreuves de la matinée, une réunion des responsables et dirigeants des clubs sera tenue.

RAPPEL : Le responsable régional gère l'organisation financière, le juge arbitre, vérifie le sportif et l'organisation matérielle.



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



## ORGANISATION FINANCIERE

### **Droits d'engagement :**

Les droits d'engagement doivent être versés le jour de la compétition par chèque établi au profit du « Comité Poitou-Charentes Natation » (cf. : « Engagements aux compétitions »).

Championnats régionaux interclubs par équipe du 21 Juillet : 10€ / équipe.

Championnats régionaux interclubs minimes et moins du 11 août : 1,20€ par nage / 2.40€ par relais.

Journée des jeunes 1.20 € par nage

Compétitions du 25 Août : 1,20€ / course individuelle et 2,40€ / relais.

Un nageur disputant une épreuve, par exemple un 100 Nage Libre, au titre de deux compétitions organisées simultanément, challenge jeune nageur complet et coupe Benjamins par exemple, ne sera redevable qu'une fois du montant du droit d'engagement à cette course soit 1,20€. Cette disposition vaut pour les relais.

## OFFICIELS

Chaque club est tenu de présenter pour chaque réunion le nombre d'officiels suivant :

1 à 10 engagements 1 officiel

11 à 40 engagements 2 officiels

41 à 60 engagements 3 officiels

Plus de 60 engagements 4 officiels

Dispositions particulières pour les championnats régionaux interclubs par équipes : 2 officiels obligatoires par club.

Les cartes d'Officiels devront être validées pour la saison en cours, et devront pouvoir être présentées, sur leur demande, au Juge Arbitre ou au responsable régional de la compétition.

Les essais de chronomètre se dérouleront en un lieu distinct du secrétariat. Les chronométreurs devront rester sur place durant tous le temps de l'essai. Le Juge Arbitre profitera de ce moment pour rappeler au Jury les points essentiels de la réglementation et peut définir l'esprit de l'arbitrage de la compétition.

## ROTATION GEOGRAPHIQUE DES COMPETITIONS

Chaque département se voit normalement confier l'organisation d'une compétition régionale par an.

## RECOMPENSES

L'ensemble des récompenses sera acheté et pris en charge financièrement par le Comité régional.



## RESULTATS

Les résultats devront être communiqués par le club organisateur :

- \* Comité régional Poitou Charentes Natation  
2, allée de la chènevière, 86 000 Poitiers  
tél : 05 49 46 10 17 ; email : [poitou-charente-natation@wanadoo.fr](mailto:poitou-charente-natation@wanadoo.fr)
  
- \* Cécilia VEILLON  
21 B rue base du château 79400 SAINT-MAIXENT L'ECOLE  
Tél : 06 83 78 21 71 / 05 49 25 02 21 (piscine La Crèche)  
Email : [cecilia.veillon@orange.fr](mailto:cecilia.veillon@orange.fr)
  
- \* Alain FLEURUS  
Impasse des Capucines 17700 SURGERES  
Tel : 05 46 07 52 58 / 06 65 06 67 42 (uniquement en cas d'urgence)  
Email : [alain.fleurus@neuf.fr](mailto:alain.fleurus@neuf.fr)

\*et aux clubs ayant participé à la manifestation. Ces résultats seront uniquement transmis par mail sous format **FFNex**.

A chaque compétition, le club organisateur affichera les résultats sur le bord du bassin, à un endroit facilement accessible des nageurs, au fur et à mesure du déroulement des épreuves.

### NOTA :

La feuille du jury (Format **Excel** exclusivement) sera transmise **le soir même ou le lendemain avant 12h00 au plus tard** par le juge- arbitre de la compétition, par courriel à :

M .Karl BOUCQUAERT  
Tél : 06 42 11 90 90  
Email : [karl.boucquaert@wanadoo.fr](mailto:karl.boucquaert@wanadoo.fr)

Pour contrôle et validation, aussi bien pour les compétitions régionales, que pour les compétitions départementales.

## SAISIE DES PERFORMANCES PAR L'INFORMATIQUE REGIONALE

Les résultats et les performances des différentes compétitions régionales seront pris en compte directement par M. Alain FLEURUS



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



NB : Les valeurs réalisées par la sélection régionale lors de la Coupe de France des régions, ainsi que celles réalisées lors de l'interdépartementale seront saisies directement par le Comité régional.

### CLASSEMENT ANNUEL DES CLUBS

Le classement régional annuel des clubs sera réalisé directement par l'informatique à partir des données reçues par le comité régional. Les clubs recevront alors un feuillet à vérifier qu'ils devront retourner au comité régional après visa.

Le comité régional adressera le classement régional à la Fédération qui publiera, outre le classement général national habituel, un classement séparé spécifique aux clubs été.

Les clubs été pourront prétendre à des bonifications tant individuelles (sélectionnés), que collectives (compétitions inter clubs) selon des critères qui seront proposés à l'approbation par l'Assemblée Générale de la Fédération.

**CHAMPIONNATS REGIONAUX  
INTER CLUBS PAR EQUIPE  
LA CRECHE (79)  
dimanche 21 juillet 2013**



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



## Dispositions Régionales

En application du programme fédéral, le Comité Poitou-Charentes organise à l'intention des clubs gérés par la Commission sportive régionale été de natation, les Championnats régionaux interclubs par équipe le 21 juillet à La Crèche

Les clubs devront confirmer auprès du responsable de la commission estivale, Cécilia VEILLON (cecilia.veillon@orange.fr), le nombre d'équipe qu'ils engagent avant le lundi 15 juillet 2013 à midi.

Le Jury se réunira à 7h45 et 14h00.

## Catégories d'Âges

La compétition est ouverte à toutes les catégories d'âges sauf avenir.

## Règlement de la compétition

- Chaque équipe du club doit, pour être classée, participer obligatoirement aux deux relais : 4x100 Nage Libre et 4x100 4 Nages.
- Il n'est pas obligatoire de présenter un nageur dans chaque épreuve individuelle.
- Un nageur ne peut participer qu'à deux épreuves individuelles et aux relais.
- Il ne peut y avoir qu'un nageur par épreuve et par équipe.
- Chaque nageur dispute au moins une épreuve individuelle.
- Le classement est établi par totalisation des points marqués à la table de cotation FFN, les points relais étant doublés. En cas d'égalité, le nombre de points obtenus par les deux relais départagera les équipes. Un classement féminin, masculin et général est publié.
- Une deuxième, ..., une énième équipe, peut-être engagée sous réserve que la ou les équipes précédentes soient complètes et aient participé à toutes les épreuves individuelles.





## Programme de la compétition

Dimanche 21 Juillet 2013 OP : 7h30 DE 8h30	Dimanche 21 Juillet 2013 OP : 14h DE 15h
1. 200 NL Dames	13. 200 4N Dames
2. 200 NL Messieurs	14. 200 4N Messieurs
3. 50 Brasse Dames	15. 100 Brasse Dames
4. 50 Brasse Messieurs	16. 100 Brasse Messieurs
5. 100 Dos Dames	17. 50 Dos Dames
6. 100 Dos Messieurs	18. 50 Dos Messieurs
7. 50 Papillon Dames	19. 100 Papillon Dames
8. 50 Papillon Messieurs	20. 100 Papillon Messieurs
9. 100 NL Dames	21. 50 NL Dames
10. 100 NL Messieurs	22. 50 NL Messieurs
PAUSE	PAUSE
11. 4*100 4N Dames	23. 4*100 NL Dames
12. 4*100 4N Messieurs	24. 4*100 NL Messieurs

## Engagements

Les engagements seront réalisés sur Extranat, le vendredi 19 juillet 23h59 pour le dimanche 21 juillet.

Les cartons d'engagement seront édités par le club organisateur de la compétition.

Pour la bonne réalisation de la compétition, il sera plus facile de déclarer un forfait le jour « J » que d'ajouter des nageurs à la dernière minute.

Droits d'engagement : 10 € par équipe A verser par chèque établi au profit du « Comité Poitou-Charentes Natation ».

Le bordereau d'équipe (cf annexes programme) devra être remis le matin de la rencontre sportive.

Les clubs devront faire parvenir la composition des équipes au club organisateur le vendredi soir 19 juillet minuit pour le dimanche 21 juillet

Officiels : chaque club doit fournir obligatoirement **2 officiels** minimum

## Récompenses

Une coupe aux trois premières équipes en Messieurs et en Dames.

Une coupe aux trois premières équipes au classement général.

Soit au total neuf coupes.

### **Classement spécifique à la compétition:**

Classement national interclubs 2013 toutes catégories avec une seule équipe par club en féminin et en masculin.



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



Classement national des clubs natation course (CNCNC)

Les performances réalisées par chaque nageur sont prises en compte pour l'identification de sa meilleure performance de la saison pour le calcul des points du CNCNC 2013.

## Administration

Organisation matérielle : CD 79  
Organisation technique : Comité Poitou-Charentes  
Responsable régional : Cécilia VEILLON  
Juge – Arbitre :  
Jury : constitué par le juge-arbitre selon les règles FFN.



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



# INTER DEPARTEMENTS PAR EQUIPE JAUNAY-CLAN (86) 4 août 2013

## Dispositions Régionales

Le Comité POITOU-CHARENTES organise une compétition inter départementale par équipe le 4 Août à dans le département de la Vienne.

La compétition se déroulera sur deux réunions : 9h30 et 15 heures.

Le Jury se réunira à 9 heures et 14h30.

## Epreuves

Individuelles : 200 NL et 400 NL ; 50 Dos et 100 Dos ; 50 Brasse et 100 Brasse ; 50 Papillon et 100 Papillon; 100 4N et 200 4N.

Relais : 4\*50 Nage Libre ; 4\*100 Nage Libre.

## Règlements

### *Catégories d'âge*

Par catégorie d'âge chaque sélection départementale peut engager une équipe de son choix parmi les catégories suivantes :

- Minimes et moins (1998 et après) dames et / ou messieurs
- Cadets et plus (1997 et avant) dames et / ou messieurs

### *Organisation des équipes*

Chaque département peut engager maximum 2 équipes par catégorie (sous réserve d'avoir la première équipe complète).

Il n'est pas obligatoire de présenter une équipe dans chaque catégorie.

Chaque équipe est composée de 5 nageurs maximum. Les équipes peuvent être incomplètes.

1 nageur pour 2 épreuves individuelles.

4 nageurs par équipe de relais.

Chaque nageur doit participer à 2 épreuves individuelles plus les relais (selon le choix des sélections).

### *Les engagements*

Les engagements seront réalisés sur Extranat **avant le vendredi 2 août à 23h59.**

Les cartons d'engagement seront édités par le club organisateur de la compétition.

Pour la bonne réalisation de la compétition, il sera plus facile de déclarer un forfait le jour J que d'ajouter des nageurs à la dernière minute.



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



### **Classement spécifique à la compétition**

L'attribution des points se fait à la place, avec comme référence le nombre d'équipes présentes dans chacune des catégories. La première place par épreuve se voit attribuer un nombre de point égal à  $2*N^1+2$ , la seconde  $2*N-1$ , la troisième  $2*N-2$ , la quatrième  $2*N-3$  etc...

Les points des relais sont doublés et calculés sur le même principe.

Les abandons, forfaits ou disqualification marquent 0 point.

Il y aura un classement Minimes et moins dames ; un classement Minimes et moins messieurs ; un classement cadettes et plus dames ; un classement cadets et plus messieurs ; un classement général à l'addition des points marqués par toutes les équipes classées d'un même département.

Un département pouvant engager maximum 2 équipes par catégories pourra voir ses deux équipes récompensées selon le classement final.

Il n'est pas nécessaire pour un département d'être représenté sur l'ensemble des catégories.

Les choix d'engagement et de sélections sont à l'initiative des départements.

### **Récompenses**

Une coupe aux 3 premières équipes de chaque catégorie d'âge soit 12 coupes

Un trophée des champions au premier Comité au classement général qui sera remis en compétition l'année suivante.

Les benjamins et moins auront une récompense individuelle pour leur participation

### **Administration**

Organisation matérielle : CD 86

Organisation technique : Comité Poitou-Charentes

Responsable régional : Patrick ROUGER

Juge Arbitre :

---

<sup>1</sup> Nombre d'équipes présentes par catégorie. Varie selon les catégories.



Dimanche 4 août 2013 OP: 8h DE : 9h	Dimanche 4 août 2013 OP : 13h45 DE 14h30
<p>Défilé et présentation des équipes</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 4*100 NL Minimes et moins Dames</li> <li>2. 4*100 NL Minimes et moins Messieurs</li> <li>3. 4*100 NL Cadettes et plus</li> <li>4. 4*100 NL Cadets et plus</li> <li>5. 400 NL Minimes et moins Dames</li> <li>6. 400 NL Minimes et moins Messieurs</li> <li>7. 400 NL Cadettes et plus</li> <li>8. 400 NL Cadets et plus</li> <li>9. 50 Brasse Minimes et moins Dames</li> <li>10. 50 Brasse Minimes et moins Messieurs</li> <li>11. 50 Brasse Cadettes et plus</li> <li>12. 50 Brasse Cadets et plus</li> <li>13. 100 Dos Minimes et moins Dames</li> <li>14. 100 Dos Minimes et moins Messieurs</li> <li>15. 100 Dos Cadettes et plus</li> <li>16. 100 Dos Cadets et plus</li> </ol> <p>Pause 15'</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>17. 50 Papillon Minimes et moins Dames</li> <li>18. 50 Papillon Minimes et moins Messieurs</li> <li>19. 50 Papillon Cadettes et plus</li> <li>20. 50 Papillon Cadets et plus</li> <li>21. 200 4N Minimes et moins Dames</li> <li>22. 200 4N Minimes et moins Messieurs</li> <li>23. 200 4N Cadettes et plus</li> <li>24. 200 4N Cadets et plus</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>25. 200 NL Minimes et moins Dames</li> <li>26. 200 NL Minimes et moins Messieurs</li> <li>27. 200 NL Cadettes et plus</li> <li>28. 200 NL Cadets et plus</li> <li>29. 100 Brasse Minimes et moins Dames</li> <li>30. 100 Brasse Minimes et moins Messieurs</li> <li>31. 100 Brasse Cadettes et plus</li> <li>32. 100 Brasse Cadets et plus</li> <li>33. 50 Dos Minimes et moins Dames</li> <li>34. 50 Dos Minimes et moins Messieurs</li> <li>35. 50 Dos Cadettes et plus</li> <li>36. 50 Dos Cadets et plus</li> <li>37. 100 Papillon Minimes et moins Dames</li> <li>38. 100 Papillon Minimes et moins Messieurs</li> <li>39. 100 Papillon Cadettes et plus</li> <li>40. 100 Papillon Cadets et plus</li> </ol> <p>Pause 15'</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>41. 100 4N Minimes et moins Dames</li> <li>42. 100 4N Minimes et moins Messieurs</li> <li>43. 100 4N Cadettes et plus</li> <li>44. 100 4N Cadets et plus</li> <li>45. 4*50 NL Minimes et moins Dames</li> <li>46. 4*50 NL Minimes et moins Messieurs</li> <li>47. 4*50 NL Cadettes et plus</li> <li>48. 4*50 NL Cadets et plus</li> </ol> <p>Récompenses</p>



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



## JOURNÉE REGIONALE ENF PASS'SPORTS DE L'EAU SURGERES (17) 10 AOUT 2013

### Dispositions Régionales

Par volonté de mutualisation des moyens face à la difficulté de mise en place du pass'sports de l'eau, le Comité POITOU-CHARENTES organise une journée ENF pour la passation du pass'sports de l'eau à Surgères dans le département de la Charente-Maritime

Le pass'sport de l'eau est ouvert à tous les titulaires du sauv'nage.  
Début des tests : 9h00 le matin et 14h00 l'après midi

### Déroulement de la journée pass'sports de l'eau

Matin 9h00

- épreuves de water-polo
- épreuves plongeon

Après midi 14h00

- épreuves de nage avec palmes
- épreuves de natation course
- épreuves de natation synchronisée

Chaque nageur devra avoir son matériel fourni par son club d'affiliation ou personnel.

### Administration

Organisation matérielle : CD 17  
Organisation technique : Comité Poitou-Charentes  
Responsable régional : Yvelise FLEURUS – Yannick LOIZEAU - Caty PRAT  
Jury : 6 ENF2

plus une personne pour équiper les nageurs et un responsable de groupe pour gérer les rotations



## CHALLENGE POUSSINS SURGERES (17) 10 AOUT 2013

### Dispositions Régionales

Le Comité POITOU-CHARENTES organise une compétition Challenge Poussins à Surgères dans le département de la Charente-Maritime.

La compétition se déroulera sur une réunion à 16h30

Le Jury se réunira à 16h00

### Règlement challenge poussins

**Catégories :** Poussins 2002 – Poussins 2003. Les séries seront constituées aux temps.

**Epreuve :**

Poussins 2002 et Poussins 2003 : 100 m NL

Relais 4x50NL

**Le classement :**

Le classement se sera établi par année de naissance.

**Les engagements :**

Ils seront réalisés sur Extranat avant le jeudi 8 août minuit.

Les cartons d'engagement seront édités par le club organisateur de la compétition.

Pour la bonne réalisation de la compétition, il sera plus facile de déclarer un forfait le jour « J » que d'ajouter des nageurs à la dernière minute.

### Administration

Organisation matérielle : CD17

Organisation technique : Comité Poitou-Charentes

### Récompenses

Responsable régional : Yvelise FLEURUS – Yannick LOIZEAU - Caty PRAT

Juge Arbitre :

Jury : Constitué par le juge-arbitre selon les règles FFN.

Challenge poussins : Une médaille aux 3 premiers de chaque catégorie d'âge

Challenge par équipe : Une coupe aux trois premiers relais



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



## Programme

Samedi 10 Août 2013

OP : 16h30 DE 17h

1. 100 NL Dames 2003
2. 100 NL Messieurs 2003
3. 100 NL Dames 2002
4. 100 NL Messieurs 2002
5. 4x50 NL Dames
6. 4x50 NL Messieurs





COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



## COUPE REGIONALE INTERCLUBS MINIMES ET MOINS MONTLIEU LA GARDE (17) 11 AOUT 2013

### Dispositions Régionales

Le Comité POITOU-CHARENTES organise le challenge du jeune nageur complet et la Coupe régionale interclubs Minimés et moins à Montlieu La Garde dans le département de la Charente-Maritime.

La compétition se déroulera sur deux réunions : 9h et 15h.

Le Jury se réunira à 8 heures 15 et à 14 heures 30.

### Règlement Challenge Jeunes Nageurs Complet

#### **Challenge Jeunes Nageurs :**

Concerne la catégorie Benjamin (2000– 2001)

#### **Epreuves :**

Benjamins 2001 : 100 4 Nages – 100 Dos – 100 NL.

Benjamins 2000 : 200 4 Nages – 100 Dos – 100 NL

#### **Le classement :**

Il sera établi par addition des points à la table de cotation.

Sera déclaré vainqueur de sa catégorie d'âge, le nageur qui comptera le total le plus élevé à l'issue des 3 épreuves prévues. Un nageur disqualifié sur une ou plusieurs épreuves ne sort pas du classement général.

Les épreuves du challenge se dérouleront en même temps que celles des interclubs. Les nageurs challenge disputeront les courses au même titre que les autres nageurs et pourront donc prétendre aux mêmes récompenses.

Un classement spécifique sera établi, pour le Challenge du Jeune Nageur Complet, avec remise de médailles aux 3 premiers.

#### **Engagements :**

Les engagements seront réalisés sur Extranat avant le vendredi 9 août 23h59.

Les cartons d'engagement seront édités par le club organisateur de la compétition.

Pour la bonne réalisation de la compétition, il sera plus facile de déclarer un forfait le jour « J » que d'ajouter des nageurs à la dernière minute.

Les droits d'engagement : 1,20€ / épreuves individuelles – sont à verser par chèque établi au profit du « Comité POITOU-CHARENTES Natation » et remis le matin de la compétition.

Les clubs devront faire parvenir la composition des équipes au club organisateur le vendredi soir 9 août 23h59 pour le dimanche 11 août.



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



**Exceptionnellement :**

Les minimes seront autorisés à nager une épreuve individuelle de la coupe des minimes, au choix, qui ne sera pas récompensée et qui ne rentrera pas dans le classement des interclubs (engagement 1,20 €).

**Règlement Inter Clubs Minimes et moins**

**Catégories d'âge :**

Les 15 ans et moins (1998 et après) filles et garçons

Le pass'compétition natation course est obligatoire pour les nageurs nés en 2004 et après

**Programme :**

Epreuves individuelles. : 50 NL, 100NL, 200 NL, 50D, 50B, 50 P, 100 4N et 200 4N

Relais : 4x50 NL et 4x (100 4N) chaque relayeur effectue un 100 4N

**Mode de qualification :**

Chaque club pour être classé, doit avoir participé aux 2 relais.

Pour qu'une équipe soit classée, il est indispensable de présenter un nageur pour chaque épreuve individuelle.

Si l'équipe est composée de 4 nageurs, chaque nageur s'engage aux 2 relais et à 2 épreuves individuelles. Si l'équipe est composée de 5 nageurs, la composition de l'équipe est libre : maximum 2 courses individuelles par nageur .

Un club ne peut engager une nouvelle équipe que si toutes les précédentes sont complètes (quatre nageurs minimum). Si une équipe n'était pas complète, elle pourrait être engagée mais ne serait pas prise en compte dans les résultats.

Chaque équipe sera composée de 4 ou 5 nageurs.

Une 2<sup>ème</sup> équipe,.....une énième équipe peut être engagée sous réserve que la ou les équipes précédentes soient complètes.

**Classement :**

Le classement sera établi au cumul des points obtenus à la table de cotation FFN, les points du relais seront doublés.

Un classement féminin, masculin et général est publié.

**Engagements :**

Les engagements seront réalisés sur Extranat avant le vendredi 9 août 23h59.

Les cartons d'engagement seront édités par le club organisateur de la compétition.

Pour la bonne réalisation de la compétition, il sera plus facile de déclarer un forfait le jour « J » que d'ajouter des nageurs à la dernière minute.

Droits d'engagement : 1,20€ par nage / 2.40€ par relais, payables par chèque à l'ordre du « Comité Poitou-Charentes Natation ».

Le bordereau d'équipe (cf annexes programme) devra être remis le matin de la rencontre sportive.

Les clubs devront faire parvenir la composition des équipes au club organisateur le vendredi soir 9 août 23h59.



## Administration

Organisation matérielle : CD 17  
Organisation technique : Comité Poitou-Charentes  
Responsable régional : Yvelise FLEURUS – Yannick LOIZEAU - Caty PRAT  
Juge Arbitre :  
Jury : Constitué par l'organisateur selon les règles FFN.

## Récompenses

Challenge Jeunes Nageurs : Une coupe au 1<sup>er</sup> de chaque catégorie = 4  
Une médaille au 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> de chaque catégorie = 8

Journée Benjamins Une médaille aux trois premiers de chaque épreuve

Coupe Minimes et moins : 3 coupes filles, 3 coupes garçons et 3 coupes général.

## Programme

Dimanche 11 août 2013 OP : 8h DE 9h	Dimanche 11 août 2013 OP : 14h DE 15h
1. 200 4N Dames	13. 200 NL Dames
2. 200 4N Messieurs	14. 200 NL Messieurs
3. 50 Brasse Dames	15. 50 Pap Dames
4. 50 Brasse Messieurs	16. 50 Pap Messieurs
5. 100 Dos Dames	17. 100 NL Dames
6. 100 Dos Messieurs	18. 100 NL Messieurs
7. 50 Nage Libre Dames	19. 50 Dos Dames
8. 50 Nage Libre Messieurs	20. 50 Dos Messieurs
9. 100 4Nages Dames	PAUSE
10. 100 4Nages Messieurs	21. 4*100 100 4N Dames
PAUSE	22. 4*100 100 4N Messieurs
11. 4*50 NL Dames	
12. 4*50 NL Messieurs	



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



## CHAMPIONNATS REGIONAUX ETE CONFOLENS (16) 25 AOUT 2013

### Dispositions Régionales

Le Comité POITOU-CHARENTES organise les Championnats Régionaux, le 25 Août 2013 à Confolens dans le département de la Charente.

La compétition se déroulera sur deux réunions : 9h et 14h.

Le Jury se réunira à 8 heures 15 et à 13 heures 45.

**Les performances réalisées sur cette compétition seront les temps de référence pour la sélection à la Coupe de France des Régions. Un nageur absent sur cette compétition ne pourra pas prétendre à une sélection en CFR Estivale.**

### Règlements

#### ***Championnat réservé aux catégories :***

Benjamins (2000 - 2001)

Minimes (1998 - 1999)

Cadets (1996 - 1997)

Juniors (1993 - 1994 - 1995)

Seniors (1992 et avant)

Ne pourront participer que les nageurs réalisant les temps d'engagement de la grille ci jointe.

#### ***Programme de la compétition :***

- 50, 100 et 200 Nage libre
- 100 et 200 Brasse
- 100 et 200 Dos
- 100 Papillon
- 200 4 nages
- Relais 4 x 100 NL et 4 x 100 4 nages
- 4 épreuves individuelles par nageur + relais une équipe par club
- Engagement sur grille de temps.

#### ***Les engagements***

Les engagements seront réalisés sur Extranat avant le vendredi 23 août à 23h59.

Les cartons d'engagement seront édités par le club organisateur de la compétition.

Pour la bonne réalisation de la compétition, il sera plus facile de déclarer un forfait le jour J que d'ajouter des nageurs à la dernière minute.

Les clubs devront faire parvenir leurs engagements au club organisateur le vendredi 23 août 23h59.



**Les droits d'engagement :**

1,20€ / épreuves individuelles

2,40€ / relais sont à verser par chèque établi au profit du « Comité POITOU-CHARENTES Natation ».

**Programme**

Les courses seront nagées toutes catégories confondues.

Dimanche 25 Août 2013 OP : 8h DE 9h	Dimanche 25 Août 2013 OP : 13h30 DE 14h
1. 50 NL Dames	13. 200 4N Dames
2. 50 NL Messieurs	14. 200 4N Messieurs
3. 100 Papillon Dames	15. 100 Brasse Dames
4. 100 Papillon Messieurs	16. 100 Brasse Messieurs
5. 200 Brasse Dames	17. 200 Dos Dames
6. 200 Brasse Messieurs	18. 200 Dos Messieurs
7. 100 Dos Dames	19. 100 NL Dames
8. 100 Dos Messieurs	20. 100 NL Messieurs
9. 200 NL Dames	PAUSE
10. 200 NL Messieurs	21. 4*100 4N Dames
PAUSE	22. 4*100 4N Messieurs
11. 4*100 NL Dames	
12. 4*100 NL Messieurs	

**Administration**

Organisation matérielle : CD 16  
Organisation techniques : Comité POITOU – CHARENTES  
Responsable régional : Eric DEBRIE  
Juge Arbitre :  
Jury : Constitué par l'organisateur selon les règles FFN

**Récompenses**

Une médaille aux 3 premiers de chaque catégorie Cadets-Juniors-Seniors, Minimes-Benjamins sous réserve de réalisation des temps qualificatifs, soit 156 médailles au total.

**Grille de Qualification**

Dames	Courses	Messieurs
48''	50 NL	40''
1'40''	100 NL	1'28''
3'22''	200 NL	3'10''
1'55''	100 Dos	1'45''
4'10''	200 Dos	3'45''
2'05''	100 Brasse	1'55''
4'20''	200 Brasse	4'00''
2'00''	100 Papillon	1'50''
3'50''	200 4N	3'20''



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



# 16<sup>ème</sup> COUPE DE FRANCE ETE DES REGIONS SOUILLAC (Lot) MIDI-PYRENEES Les 31 août et 1<sup>er</sup> septembre 2013

## Préambule

*Bassin de 50 m.*

La Coupe de France 2013 des Régions réunira les sélections des 7 comités régionaux suivants :

- Aquitaine
- Bourgogne
- Dauphiné-Savoie
- Languedoc-Roussillon
- Midi-Pyrénées
- Pays de Loire
- Poitou-Charentes

## Règlements Sportifs

### **Catégories d'âge :**

Minimes 98 / 99      Cadets 96 / 97

### **Modalités :**

Chaque équipe de comité sera représentée par deux nageurs dans l'épreuve du 50 NL, un nageur dans chaque épreuve individuelle 100 ou 200 mètres et par une équipe dans chaque relais.

Un nageur ne pourra participer qu'à 2 épreuves individuelles et aux relais.

Un nageur qui abandonnera ou qui sera disqualifié ne marquera pas de points. Il en sera de même pour les relais.

Le relais 10x50 NL sera composé obligatoirement de 5 nageurs cadets et de 5 nageurs minimes. L'ordre des nageurs dans la composition de ce relais est laissé au libre choix des régions.

## Programme

Les épreuves seront nagées dans l'ordre suivant :

- Minimes filles - Minimes garçons
- Cadettes - Cadets

Pour le relais 10x50 NL : Filles - Garçons



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION



Samedi 31 Août (matin)	Samedi 31 Août (après-midi)	Dimanche 1 <sup>er</sup> sept(matin)
Echauffement : 8h45 / 9h45	Echauffement : 13h30 / 14h30	Echauffement : 8h30 / 9h30
	Défilé des équipes : 14h45	
Début des épreuves : 10h	Début des épreuves : 15h30	Début des épreuves : 9h45
50 NL	200 Dos	100 NL
100 Dos	100 Brasse	200 4N
200 Brasse	200 NL	
100 Papillon		Relais 10x50 NL
	Relais 4x100 4N	

### Pour le Comité Poitou Charentes

La sélection Coupe de France des Régions sera établie et arrêtée après les championnats régionaux du 25 Août et annoncée le jour même.

#### **Modalités de sélection :**

Pour prétendre à être sélectionné(e) lors des championnats régionaux, il est impératif d'avoir participé au préalable à au moins une compétition départementale et au moins une compétition régionale.

La sélection se fera à partir des performances réalisées le jour des championnats régionaux « été » du 25 août 2013.

Tout nageur prétendant à cette sélection devra avoir nagé tous les 100 mètres (Papillon - Dos – Brasse et Nage Libre) dans la saison.

Le jour du Championnat, un nageur pour être sélectionné devra participer au 50 NL et à au moins un 200m de son choix

Un stage régional préparatoire et de regroupement sera organisé du mardi 27 août 14h00 au Vendredi 30 août.

Des informations complémentaires seront communiquées aux clubs en cours de saison.



# Ecole de Natation Française



A partir de la saison estivale 2013, le caractère obligatoire de l'ENF rentrera en vigueur. Ainsi lors de l'été 2013, tous les nageurs nés en 2004 et après se verront dans d'obligation d'être titulaire du Sauv'Nage, du Pass'Sport de l'eau et du Pass'Compétition avant de prendre part à une compétition. Le Sauv'Nage s'organise dans les clubs (à condition d'être agréé) ; le Pass'Sport de l'eau s'organise à l'échelle du département sous la responsabilité du CD mais le Comité régional a opté cette année pour une mutualisation des moyens et propose une journée régionale ENF ; et enfin le Pass'Compétition s'organise uniquement sous la responsabilité du comité régional. Cette saison, nous continuons à encourager tous les clubs à mettre en place les sessions de Sauv'Nage régulièrement au cours de la saison estivale. Les 4 départements sont invités à participer à la journée Pass'sports de l'eau ou à mettre en place au moins une saison au cours de l'été 2013. Le comité régional prévoit la mise en place d'une session de Pass'Compétition Natation Course le:

Le comité régional, l'ERFAN, le secrétariat et les CTS se tiennent à votre disposition pour plus d'informations. Bonne saison à tous !



# Pass' sports de l'eau - PLONGEON

Les tâches 1 à 4 sont enchainées et sont réalisées dans un espace aménagé (bord de bassin, salle, ...).

Validation du test : l'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre et dans la continuité.



TACHES	OBJECTIFS VISES	COMPETENCES «Être capable de...»	CRITERES OBSERVABLES	CRITERES DE REUSSITE	
Enchaînement	1	Présentation Effectuer une présentation de type gymnique.	De présenter en posture correcte, bras en croix.	Tête droite, bras en croix, vertes rentrés, jambes sèches et tendues.	
	2	Impulsion verticale sur place Effectuer 3 sauts avec extension de jambes et cercles de bras.	Enchaîner sur place 3 sauts avec extension complète des genoux et chevilles, corps gainé et équilibré, coordonnés avec les cercles de bras vers l'arrière.	Elevation et gainage du corps. Coordination bras/jambes. Maintien de l'équilibre.	Succession de 3 impulsions enchainées avec coordination des bras. Réceptions sur place.
	3	Rotation avant Effectuer une roulade avant par-dessus un obstacle. (a)	Réaliser une impulsion coordonnée à un enroulement de la tête et de la colonne vertébrale pour effectuer une roulade en franchissant un obstacle (ex : tas de 3 à 4 planches de rotation placé dans le sens de la largeur). Utiliser la vitesse de rotation pour se relever sans appui des mains.	Impulsion. Enroulement de la nuque. Poas des mains pour rouler. Redressement sans appui des mains avec extension des bras dans le prolongement du corps.	Enroulement de la nuque. Roulade avant dans l'axe par-dessus un obstacle. Redressement sans appui des mains au sol.
	4	Rotation longitudinale Effectuer un saut vertical avec velle.	Réaliser une impulsion suivie d'une rotation autour de l'axe longitudinal avec ou sans l'aide des bras. Contrôler sa réception par flexion des jambes.	Impulsion et velle. Maintien du gainage pendant le saut. Réception contrôlée.	Rotation de 180° avec une réception stabilisée en posture correcte.
5	Impulsion verticale Réaliser une chandelle avant groupée.	Sauter haut et droit et enchaîner une position groupée. Entrer dans l'eau dans cette position.	Efficacité des cercles de bras. Hauteur de l'impulsion, groupes au sommet de la chandelle, main sur le tiers supérieur des tibias sans croiser les bras. Entrée dans l'eau pieds-teses à une distance d'environ 80 cm du bord.	Position groupée correcte. Absence de rotation et de déviation jusqu'à l'entrée dans l'eau à une distance d'environ 60 cm du bord.	
	6	Rotation avant Réaliser une rotation avant.	A partir d'une position accroupie au bord du bassin, bras verticaux tendus, lancer les bras pour amorcer une rotation groupée en rentrant la tête. Effectuer une demi rotation ou plus et entrer en position groupée dans l'eau.	Rapidité du mouvement des bras. Tête rentrée. Position la plus groupée possible. Mains sur le tiers supérieur des tibias.	Réaliser une rotation très groupée.
7	Entrée dans l'eau par la tête Réaliser un plongeon avant, départ assis ou accroupi.	A partir d'une position assise, pieds dans l'eau ou dans la gouttière, jambes plées, dos droit, bras dans le prolongement du corps, collés contre les oreilles, une main attrapant l'autre, paumes face au ciel, se pencher le plus possible et se laisser glisser, en s'allongeant, en direction du fond du bassin.	Bascule du corps vers l'avant. Glissée en profondeur jusqu'à l'extension complète du corps.	Tout le corps doit passer par le trou formé par les mains. Tête bloquée entre les bras.	
	8	Rotation arrière Réaliser un dauphin arrière.	A partir d'une position de départ dans l'eau, mains sur la barre de départ ou goulots, corps en flexion complète, pieds contre le mur, pousser sur les jambes en tirant la tête et en faisant les bras tendus vers l'arrière en attrapant ses mains.	Tête et corps en extension complète, regard vers l'arrière sur les mains. Bras collés contre les oreilles.	Corps et bras en extension complète. Tête vers l'arrière. Le corps doit décrire un cercle en arrière sous l'eau.

Pour les plus grands handicapés

(a) Attention, la tête doit être bien rentrée. Nécessité d'utiliser d'un tapis.

## Pass' sports de l'eau - NAGE AVEC PALMES

### 50 mètres : 25 mètres battements - 25 mètres ondulations en bi palmes

Chez les jeunes sujets, utiliser un tuba d'un diamètre de 18 mm.

Validation du test : l'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre et dans la continuité et sans mouvement de bras.

TÂCHES	OBJECTIFS VISES	COMPÉTENCES «Être capable de...»	CRITÈRES OBSERVABLES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
1	<p>Départ plongé d'un pied de départ (a)</p> <p>Réaliser une entrée rapide et lointaine avec une grande vitesse.</p> <p><b>Coulée après le départ</b></p>	<p>Coordonner dans un déséquilibre une impulsion vers l'avant pour entrer dans l'eau de façon organisée avec la plus grande vitesse possible.</p>	<p>Tête placée sous les bras à l'entrée dans l'eau. Alignement des segments. (respect du corps projectif). Corps en extension complète. Déplacement en immersion sans action propulsive.</p>	<p>La tuba ressort à la surface. Ressortir au moins à 7,5 mètres du mur avec battements de jambes. Virage efficace du tuba.</p>
2	<p>Conservier le plus de vitesse sous la surface de l'eau, par un maintien postural, puis maintenir sa vitesse par une reprise de nage.</p> <p><b>Déplacement en battements avec palmes et respiration avec un tuba</b></p> <p>Enchaîner des solutions de propulsion avec un échange ventilatoire adapté par l'intermédiaire d'un tuba frontal.</p> <p><b>Virage culbute</b></p>	<p>Limier les résistances à l'avancement en position ventrale par une organisation posturale.</p> <p>Coordonner des échanges ventilatoires avec des actions propulsives des membres inférieurs.</p>	<p>Existence de plusieurs échanges ventilatoires avec la face toujours immergée. Positionnement des bras en avant, tête rentrée pour rechercher une position hydrodynamique. Gainage et alignement du corps par rapport à l'axe de déplacement.</p>	<p>Bras en position avant, nager en battements sans arrêt jusqu'au virage.</p>
3	<p>Changer de sens en un temps réduit en organisant une impulsion pour acquies une plus grande vitesse.</p> <p><b>Coulée ventrale la plus longue possible</b></p>	<p>Réaliser une demi rotation avant rapide pour passer à une position cocale, suivie d'une poussée complète sur le mur. (b)</p>	<p>Déclenchement de la rotation avant par une bascule de la tête et groupe rapide du corps. Pré-orientation des bras dans le sens du retour pendant la culbute.</p>	<p>Réaliser une culbute suivie d'une poussée sur le mur. (b)</p>
4	<p>Obtenir, au terme de la poussée, une grande vitesse en immersion puis maintenir sa vitesse par une reprise de nage, suivi du virage du tuba.</p> <p><b>Retour en ondulations avec les bras devant</b></p>	<p>Conservier le positionnement de la tête et l'alignement des bras dans le prolongement du tronc. Maintenir sa ventilation par la tenue d'une apnée et la dissociation bucconasale par le virage du tuba et des voies aériennes supérieures.</p>	<p>Retour à une position ventrale au terme de la poussée. Un déplacement du à l'impulsion sur le mur et à la reprise de nage en ondulations et en apnée. Alignement du tronc et des membres supérieurs en immersion complète. En fin de coulée, le tuba est correctement vidé.</p>	<p>Immersion jusqu'au passage du tuba à 7,5 mètres du mur, avec une reprise de nage en ondulations</p>
5	<p>Se déplacer en ondulations des membres inférieurs.</p>	<p>Se déplacer sur le ventre par des mouvements ondulatoires continus des membres inférieurs.</p>	<p>Gainage et alignement du corps dans l'axe de déplacement. Positionnement des bras en avant, tête rentrée pour rechercher une position hydrodynamique. Continuité des ondulations. Arrivée en position ventrale.</p>	<p>Bras en position avant, enchaîner la longueur en ondulations avec une arrivée sur le ventre.</p>
6	<p><b>Pour les plus grands handicapés</b></p> <p>(a) Le départ dans l'eau est autorisé.</p> <p>(b) Lors du virage il faut qu'une partie quelconque du corps du nageur ou du matériel touche le mur</p>			

# Pass'sports de l'eau - WATER-POLO

## Parcours avec 3 partenaires et 1 gardien

Taille du but : 2m de large et 70 cm de haut.

Type de ballons pour les enfants de 12 ans et moins : MIKASA 8008 (norme FINA), EPGAN 3 (norme LEN) ou équivalent (TURBO, ...)

Type de ballons pour les enfants de plus de 12 ans : MIKASA 8009 (norme FINA), EPGAN 4 (norme LEN) ou équivalent (TURBO, ...)

Validation du test : l'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre et dans la continuité.

TACHES	OBJECTIFS VISÉS	COMPÉTENCES «Être capable de...»	CRITÈRES OBSERVABLES	CRITÈRES DE RÉUSSITE
1	Lancer un ballon	Utiliser ses appuis pour lancer un ballon.	Le ballon est lancé à une main.	Le ballon arrive à portée de bras du partenaire.
	Envoyer le ballon à une main à un camarade immobile situé à 5 mètres.			
2	Nager en crawl tête hors de l'eau	Se déplacer en maintenant une prise d'information visuelle aérienne.	Maintien de la tête hors de l'eau.	Le déplacement s'effectue en crawl. Le regard est maintenu hors de l'eau en direction du partenaire.
	Nager en crawl tête hors de l'eau sur 5 mètres vers le 1er partenaire.			
3	Changer de direction	Utiliser ses appuis pour contourner un obstacle.		Contourner l'obstacle en gardant la tête hors de l'eau. Le passage sur le dos est autorisé.
	Faire le tour d'un partenaire.			
4	Nager avec un ballon entre les bras	Organiser son déplacement en gardant le contrôle du ballon.	Maintien de la direction, ballon contrôlé (crawl). Si le contrôle du ballon est perdu, il est possible de le récupérer pour reprendre le déplacement.	Le déplacement s'effectue en crawl avec le ballon en direction du 2ème partenaire.
	Récupérer le ballon et nager en crawl jusqu'au 2ème partenaire.			
5*	Changer de direction et tirer vite au but	Utiliser ses appuis pour lancer le ballon sans temps d'arrêt.	Changer de direction sans perdre le contrôle du ballon. Tir cadré.	Le ballon entre dans le but (a) ou est arrêté par le gardien. Il n'y a ni tentative ni temps d'arrêt avant le tir.
	Contourner le 2ème partenaire et marquer un but.			
6	Reprendre un déplacement en crawl tête hors de l'eau après un tir	Échanger ses actions de jeu. Se déplacer en maintenant une prise d'information visuelle aérienne.	Mise de reprises du déplacement après le tir. Déplacement en crawl avec maintien de la tête hors de l'eau.	La reprise du déplacement est quasi immédiate. Le déplacement s'effectue en crawl. Le regard est maintenu hors de l'eau en direction du partenaire.
	Juste après le tir, nager vers le 3ème partenaire et le contourner.			
7	Appeler et recevoir un ballon	Manifester son intention de recevoir le ballon en se rendant disponible.	Le joueur appelle la balle en levant le bras. Il est actif pour tenter de réceptionner le ballon sur la main.	L'appel de balle est visible. Le ballon (b) est réceptionné en l'air ou rapidement récupéré s'il tombe dans l'eau.
	Faire un appel de balle et recevoir le ballon sur la main.			
8	Avancer en position offensive et tirer au but à une distance de 3 mètres	Utiliser ses appuis pour transporter le ballon en position offensive et marquer un but.	Le ballon est au dessus du niveau de la tête. Déplacement vers l'avant avec un équilibre proche de la verticale. Le joueur manifeste une intention affirmée de marquer un but et effectue un tir cadré.	Le coude du bras porteur reste hors de l'eau. Le ballon entre dans le but (a) ou est arrêté par le gardien.
	Se déplacer avec le ballon hors de l'eau et marquer un but.			

Pour les plus grands handicapés

(a) Le fait de marquer au moins un but donne un joker au joueur. Un joker pourra permettre de tolérer la mauvaise réalisation d'une tâche.

(b) Un ballon est fourni au 3ème partenaire qui le lance au joueur. La distance qui le sépare est d'environ 2 mètres.

# Pass'sports de l'eau - NATATION COURSE

50 mètres : 25 mètres crawl - 25 mètres dos crawlé

Validation du test : l'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre et dans la continuité.



TACHES	OBJECTIFS VISES	COMPETENCES «Être capable de...»	CRITERES OBSERVABLES	CRITERES DE REUSSITE
1	Départ plongé d'un plot de départ	Coordonner dans un déséquilibre une impulsion vers l'avant pour entrer dans l'eau avec la plus grande vitesse possible (a)	Extension complète du corps. Alignement des segments, (respect du corps projectif). Tête placée sous les bras à l'entrée dans l'eau.	Les talons au moins à 5 mètres du mur sans mouvement.
	Entrer loin avec une grande vitesse.			
2	Coulee apres le depart	Limiter les résistances à l'avancement en position ventrale par une organisation posturale, (b)	Déplacement sans action propulsive. Existence d'une immersion complète. Alignement du corps et des segments pendant la coulée.	
	Conservier le plus de vitesse sous la surface de l'eau par un maintien postural.			
3	Déplacement en crawl avec respiration latérale	Coordonner des échanges ventilatoires avec des actions propulsives en crawl, (c)	Existence de plusieurs échanges ventilatoires avec une rotation latérale de la tête. Expiration dans l'eau. Passage alternatif aérien des bras. Gainage et alignement du corps par rapport à l'axe de déplacement.	Nager en crawl sans arrêt, jusqu'au virage.
	Virage culbute			
4	Changer de serie en un temps réduit en organisant une impulsion pour acquierir une plus grande vitesse.	Realiser une demi rotation avant rapide pour passer à une position dorsale, suivie d'une poussée complète sur le mur, (d)	Déclenchement de la rotation avant par une bascule de la tête et groupé rapide du corps. Pré-orientation des bras dans le sens du retour pendant la culbute.	Une culbute suivie d'une poussée sur le mur.
	Coulee dorsale la plus longue possible			
5	Obtenir, au terme de la poussée, une grande vitesse en immersion.	Limiter les résistances à l'avancement en position dorsale par une organisation posturale, (e)	Déplacement du uniquement à l'impulsion sur le mur. Alignement du tronc et des segments en immersion complète.	Une immersion jusqu'au passage des mains à 0 mètres du mur.
	Retour en dos crawlé			
6	Se déplacer en dos crawlé.	Se déplacer sur le dos par des mouvements continus et alternés des bras et des jambes, (f)	Gainage et alignement du corps dans l'axe de déplacement (bassin proche de la surface). Arrivée sur le dos.	Nager en dos crawlé, sans arrêt, jusqu'à l'arrivée.

### Pour les plus grands handicapés

- (a) Le départ dans l'eau est autorisé.
- (b) Déplacement avec action propulsive autorisée
- (c) Coordonner les actions respiratoires avec des actions propulsives en nage libre
- (d) Lors du virage il faut qu'une partie quelconque du corps du nageur touche le mur
- (e) Par des mouvements propulsifs possibles
- (f) Se déplacer sur le dos.

# Pass' sports de l'eau - NATATION SYNCHRONISEE



**Préambule : ce mini-ballet est constitué de l'enchaînement des 7 tâches.** Les transitions entre les tâches sont libres mais doivent être en cohérence avec la spécificité de la discipline : finaliser l'enchaînement d'une tâche à l'autre, permettre la meilleure exécution de chacune d'elles, répartir les tâches sur 25 m, poursuivre la relation avec le public (regard, orientation, hauteur, ...).

Conditions entraînant l'élimination = distance parcourue inférieure à 15m - arrêt excessif durant l'exécution du parcours - appui sur le mur, au fond, ligne d'eau - une tâche non réalisée.

Validation du test : l'ensemble des tâches doit être réussi et réalisé dans l'ordre et dans la continuité.

TACHES	OBJECTIFS VISES	COMPETENCES «Être capable de...»	CRITERES OBSERVABLES	CRITERES DE REUSSITE
1	Présentation hors de l'eau  Se présenter aux spectateurs.	Se présenter librement sur la plage de départ, de manière non verbale. (a)	Entrer en relation avec les spectateurs.	Présentation sur la plage d'une durée d'environ 10 secondes.
2	Entrée à l'eau  Réaliser une entrée dans l'eau maîtrisée.	Entrer dans l'eau dans une position libre (par la tête ou par un ou les pieds), sans départ plongé.	Position identifiable lors de l'entrée à l'eau.	Revenir dans l'eau jusqu'à immersion complète, dans une posture identifiable.
Transition	Libre			
3	Rotation avant  Réaliser une rotation complète, avant, corps groupé, rapide.	Tourner autour de l'axe frontal passant par les hanches depuis une position corps allongé en surface.	Identifier une position de départ en surface. Tourner à la surface corps groupé (b), en avant, autour de l'axe des hanches. Revenir à la position de départ.	Effectuer une rotation avant groupée complète, autour de l'axe des hanches, proche de la surface.
Transition	Libre			
4	Élever un bras le plus haut possible  Élever son corps et dégager un bras verticalement au maximum de la hauteur pour s'exprimer avant de s'immerger.	Utiliser une motricité des jambes et du bras dans l'eau pour libérer le haut du corps. (préparation sous l'eau autorisée)	Sortie du corps jusqu'à la taille pour élever le bras au maximum de la hauteur en effectuant un mouvement expressif jusqu'à l'immersion.	Élever le corps jusqu'à une hauteur proche de la taille pour sortir le bras réalisant un mouvement expressif.
Transition	Libre			
5	Lever une jambe le plus haut possible  Élever une jambe le plus haut possible proche de la verticale et de l'extension depuis une position dorsale.	Utiliser l'appui du corps et des bras pour élever la jambe le plus haut possible.	Corps en extension et bassin proche de la surface jusqu'à ce que la jambe atteigne la verticale.	Position dorsale en extension et proche de la surface. Jambe proche de la verticale et de l'extension. La hauteur est valorisée et non le maintien.
Transition	Libre			
6	Déplacement dorsal par la tête  Se déplacer en position dorsale par la tête en utilisant les appuis des membres supérieurs.	Se déplacer dans l'espace arrière en utilisant uniquement des appuis des membres supérieurs.	Corps gainé aligné en surface. Membres supérieurs immergés, mains proches des cuisses. Jambes serrées et tendues.	Se déplacer sur le dos par la tête (environ 5 mètres). Corps aligné à la surface, jambes serrées et tendues, mains proches des cuisses.
Transition	Libre			
7	Sauter  Conclure le mini ballet par un saut.	Se maintenir en position verticale stabilisée, tête hors de l'eau.	Verticalité du corps, stabilité de la position, un bras levé, orientation du regard vers le public.	Saut d'un bras en se stabilisant pendant minimum 2 secondes. (épaules hors de l'eau)

### Pour les plus grands handicapés

- (a) Posture et/ou mouvements témoignant d'une attitude présente d'une relation avec le public. L'importance du regard.
- (b) Dos arrondi, tête dans les genoux, talons près des fesses.
- (c) Mouvement expressif : mouvement orienté dans l'espace et dans le temps avec intention.

# Pass'compétition - NATATION COURSE

## 100 mètres nages dans l'ordre du 4 nages : papillon, dos crawlé, brasse, crawl



COMITÉ POITOU-CHARENTES DE NATATION

Validation du test : l'ensemble des tâches doit être réalisé et réalisé dans l'ordre et dans la continuité, le parcours en natation s'effectue sans prendre appui sur le bord du bassin et sans changer de ligne d'eau. A l'arrivée le nageur demande son temps au chronométrateur.

Tâche	OBJECTIFS VISES	COMPÉTENCES <i>(à être capable de...)</i>	CRITÈRES OBSERVABLES <i>(à faire ou de rendre vers...)</i>	CRITÈRES DE REUSSITE <i>(à réaliser le minimum exigé...)</i>
1	S'approprier l'environnement de la compétition et respecter les procédures.	Me rendre à la chambre d'appel et de prendre ma ligne de course.	Le nageur se rend en chambre d'appel. A l'annonce de sa série il prend sa ligne de course et attend qu'on l'invoque à se rendre sur la plage de départ.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le nageur est présent en chambre d'appel.</li> <li>Il récupère sa fiche de course à l'annonce de son nom.</li> </ul>
		Ma positionner derrière ma ligne d'eau et de me préparer.	Le nageur se dirige vers la plage de départ jusqu'à sa ligne d'eau. Il donne sa fiche de course au Chronométrateur et se prépare.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le nageur se dirige vers sa ligne d'eau sans se tromper.</li> </ul>
		Ma nager près du plot aux coups de siffles brisés du Juge arbitre.	Le nageur se déstabilise. Il avance près du plot et est attentif aux ordres du Juge arbitre.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le nageur attend au pied du plot.</li> <li>Il est attentif aux ordres du Juge arbitre.</li> </ul>
2	Le départ groupé Réaliser un départ de compétition.	Monter sur le plot au coup siffle long du Juge arbitre.	Le nageur monte sur le plot. Il attend l'ordre de mise en place avant de prendre sa position de départ.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le nageur monte sur le plot et attend les ordres du Starter.</li> </ul>
		Ma mettre en position au signal "à vos marques".	Le nageur adopte une position de départ. Bien en équilibre sur ses appuis. Immobile, il est attentif au signal, prêt à s'élaner.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le nageur ne provoque pas de faux départ.</li> <li>Le nageur ne provoque pas de faux départ.</li> </ul>
3	Le papillon Parcourir 25 mètres en papillon.	Réaliser un départ de compétition en se projetant le plus loin et le plus vite possible.	Le nageur réalise un plongeon de compétition, il cherche à être le plus loin possible et le plus vite possible. Son corps est gainé et dirigé à l'entrée dans l'eau.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le nageur ne provoque pas de faux départ.</li> <li>La série de coulees s'effectue au plus tard avant la ligne des 15 m au passage de la tête.</li> </ul>
		Enchaîner le passage du papillon en respectant le règlementation de la nage papillon.	Il projette son corps vers l'avant en prenant appui sur une grande masse d'eau. Il accélère son action propulsive jusqu'à l'extension complète des bras. La mobilisation de la tête et du module d'organisation de la ventilation sont des éléments déterminants quant à l'orientation de la trajectoire du corps. Le rythme de nage est régulier et ses actions ininterrompues.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le nageur effectue le 25m en papillon</li> <li>Pendant tout le parcours, le nageur effectue des actions propulsives simultanées et continues des bras.</li> <li>Les bras passent au-delà de la ligne des épaules. Les rotateurs vers l'avant sont simultanés et alignés.</li> <li>Les mouvements de pieds vers le haut et vers le bas sont alternés. Les mouvements de bras et brasse ne sont pas alternés.</li> </ul>
4	Le virage papillon / dos Effectuer un virage en enchaînant la nage papillon avec le dos.	Enchaîner le passage du papillon au dos en respectant la réglementation du virage.	Après avoir touché le mur à deux mains, le nageur se positionne rapidement sur le dos. Le corps gainé et aligné sur son axe de déplacement. Il cherche à aller le plus loin et le plus vite possible sous l'eau en position dorsale. Il oriente sa vitesse de déplacement jusqu'à sa reprise de nage.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le nageur touche le mur à deux mains simultanément en position ventrale et repart en position dorsale.</li> <li>La série de coulees s'effectue au plus tard avant la ligne des 15 m au passage de la tête.</li> </ul>
		Le dos crawlé Parcourir 25 mètres en dos crawlé.	Nager 25 m en dos crawlé selon un niveau d'organisation minimale à maîtriser.	La tête est fixe sur l'axe de déplacement. Les actions de bras sont continues. Les rebrous arrière rapides. Les bras redressés sont projetés vers le point d'entrée dans l'eau.
5	Le virage dos / brasse Enchaîner le passage du dos à la brasse en respectant la réglementation du virage.	Nager 25 m en dos crawlé selon un niveau d'organisation minimale à maîtriser.	Après avoir touché le mur, le nageur se repousse rapidement du mur sur le ventre. Il effectue une coulee pour aller le plus loin et le plus vite possible sous l'eau. Il oriente sa vitesse par une action de bras qui se prolonge jusqu'aux cuisses, suivie d'une action de jambes. Pendant toute cette action le corps du nageur reste profilé.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le nageur touche le mur sur le dos et repart en position ventrale.</li> <li>Le nageur effectue une coulee suite d'une action de bras et de jambes en immersion.</li> <li>La tête coupe au plus tard la surface de l'eau au moment de la phase la plus rapide de la seconde traction de bras.</li> </ul>
		Le brasse Parcourir 25 mètres en brasse.	Nager 25 m en brasse en respectant la réglementation de la nage en brasse.	L'engagement de la tête dans le sens du déplacement et la recherche d'un corps profilé favorisent l'entretien de la vitesse. L'action de jambes se termine lorsque les membres inférieurs sont joints.
6	Le virage brasse / crawl Effectuer un virage en enchaînant la nage brasse avec le crawl.	Enchaîner le passage de la brasse au crawl en respectant la réglementation du virage.	A l'eau du parcours en brasse, le nageur se repousse rapidement du mur. Le corps gainé et aligné sur son axe de déplacement. Il cherche à aller le plus loin et le plus vite possible. Il oriente sa vitesse jusqu'à sa reprise de nage.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le nageur touche le mur à deux mains simultanément sur le ventre.</li> <li>Le nageur effectue au plus tard avant la ligne des 15 m au passage de la tête.</li> </ul>
		Le crawl Parcourir 25 mètres en crawl.	Nager 25 m en crawl selon un niveau d'organisation minimale à maîtriser.	La tête et le corps sont alignés sur un même axe. La ventilation s'organise selon des besoins en conservant un alignement de la tête. Une ventilation alternée (37°) sera le signe d'une capacité d'adaptation et d'un niveau d'organisation supérieur et recherché.
7	L'arrivée et le chrono Rester concentré jusqu'à la touche du mur. Prendre connaissance de sa performance.	De terminer le parcours en touchant le mur. Et de prendre connaissance du temps réalisé.	En fin de parcours en crawl, le nageur touche le mur de façon franche et le plus vite possible. Il demande son temps au Chronométrateur et est capable de le restituer à l'entraîneur. Il est attentif à ne pas gêner les autres participants, il attend leur arrivée avant de sortir de l'eau.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le nageur touche le mur.</li> <li>Il attend l'arrivée des autres nageurs avant de sortir de l'eau.</li> <li>Il demande son temps au Chronométrateur.</li> </ul>