

# PROGRAMME SPORTIF

## INTERDÉPARTEMENTAL



### 2017-2018

<p><b><u>Comité Départemental Natation Tarn et Garonne</u></b></p> <p>Complexe Aquatique INGREGO - Boulevard Edouard Herriot - 82000 MONTAUBAN</p> <p><a href="http://tarnetgaronne.ffnatation.fr">http://tarnetgaronne.ffnatation.fr</a></p>	<p><b><u>Comité Départemental Lot</u></b></p> <p>Les Caussades - 46100 CAMBURAT</p> <p><a href="http://lot.ffnatation.fr">http://lot.ffnatation.fr</a></p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



## SOMMAIRE

### Table des matières

SOMMAIRE	2
PREAMBULE	3
CONTACTS UTILES	4
CATEGORIES D'AGE	4
LE PROGRAMME INTERDÉPARTEMENTAL	5
INFORMATIONS COMPÉTITIVES	5
INFORMATIONS PÉDAGOGIQUES ET ENF	6
INFORMATIONS FORMATIONS	9
INFORMATIONS OFFICIELS	9
❖ MEETING SPRINT / DEMI-FOND	11
❖ CHAMPIONNAT DÉPARTEMENTAL HIVER	12
❖ INTERCLUB TOUTES CATÉGORIES (interdépartemental)	13
❖ QUALIFICATIONS au MEETING ALEX JANY (1 et 2)	14
❖ LES MÉDAILLES DU TOAC 1 / ANIMATIONS AVENIRS 1	15
❖ INTERCLUB JEUNES / ANIMATIONS AVENIRS 2 / MASTER INTERDÉP 1	16
❖ NATATHLON 1 / CIRCUIT INTERDÉP 1	17
❖ LES MÉDAILLES DU TOAC 2 / MASTERS INTERDÉP 2	18
❖ NATATHLON 2	19
❖ NATATHLON 3 / CIRCUIT INTERDÉP 2	20
❖ INTERCLUB AVENIRS / CIRCUIT INTERDEP 3 / MASTER INTERDEP 3	21
❖ NATATHLON 4	22
❖ REGROUPEMENTS CD82	23
❖ CHALLENGE DES 50M	24

## PREAMBULE

### « *Une volonté de cohérence dans le parcours du nageur* »

La volonté commune des CD82 et CD46 d'être clairvoyants dans la construction de nageurs et de citoyens.

De combiner les valeurs du sport et celles de la société en faisant en sorte que nos nageurs vivent leurs expériences sportives tout en grandissant en tant que personne.

- ❖ Favoriser la cohérence des programmes pédagogique des écoles de natation,
- ❖ Favoriser la formation des éducateurs sportifs en charge des jeunes et des moins jeunes
- ❖ Favoriser autant le sport de haut niveau que le sport santé et de loisir
- ❖ Favoriser le parcours scolaire des nageurs sans distinction de niveau
- ❖ Favoriser la formation des nageurs pour les impliquer dans la vie de leur club.

Voici les défis que nous avons à relever pour cette saison 2017-2018 et les suivantes...

## CONTACTS UTILES

CLUB et CD	CORRESPONDANTS	ADRESSES ÉLECTRONIQUES
CD 82	Michel OLIVET	<a href="mailto:michelolivet@free.fr">michelolivet@free.fr</a>
CN.CASTELSARASIN	Cyril PAYEN	<a href="mailto:cyril.payen@ville-castelsarrasin.fr">cyril.payen@ville-castelsarrasin.fr</a>
LAFRANCAISE NATATION	Ellen BOUYSSSET	<a href="mailto:lafrancaise.natation@gmail.com">lafrancaise.natation@gmail.com</a>
MONTAUBAN NATATION	Jean Pierre CRISTOFOLI	<a href="mailto:montaubannatation@orange.fr">montaubannatation@orange.fr</a>
CD 46	Thierry MOUILLAUD	<a href="mailto:cd46natation@gmail.com">cd46natation@gmail.com</a>
CN.FIGEAC	Ludovic COURNAC	<a href="mailto:ludocou93@gmail.com">ludocou93@gmail.com</a>
CAHORS NATATION	Sylvain LEPROUST	<a href="mailto:hsnjleproust@gmail.com">hsnjleproust@gmail.com</a>
DOVLV PUY L'EVEQUE	Suzanne BOUDET	<a href="mailto:vignegrande@orange.fr">vignegrande@orange.fr</a>
ENTENTE BRETENOUX-BIARS	Alain NADAUD	<a href="mailto:alainnadaud@orange.fr">alainnadaud@orange.fr</a>
ESPADON SOUILLAC NATATION	Stéphane ALBRECHT	<a href="mailto:albrecht.stephane@orange.fr">albrecht.stephane@orange.fr</a>
	Anne MENINA	<a href="mailto:annemenina@hotmail.fr">annemenina@hotmail.fr</a>
GOURDON NATATION	Eliane ROBINET	<a href="mailto:gourdonnatation@gmail.fr">gourdonnatation@gmail.fr</a>
JEUNESSE SPORTIVE GRAMAT	Dominique FROMENTEZE	<a href="mailto:frodomi34@gmail.com">frodomi34@gmail.com</a>
ST CERE NATATION	Christine PESTEIL	<a href="mailto:christinepesteil@orange.fr">christinepesteil@orange.fr</a>

## CATEGORIES D'AGE

CATEGORIES	DAMES		MESSIEURS	
	10 ans et moins	2008 et après	11 ans et moins	2007 et après
AVENIRS	10 ans et moins	2008 et après	11 ans et moins	2007 et après
JEUNES	11 – 13 ans	2007 à 2005	12 – 14 ans	2006 à 2004
JUNIORS	14 – 17 ans	2004 à 2001	15 – 18 ans	2003 à 2000
SENIORS	18 ans et plus	2000 et avant	19 ans et plus	1999 et avant

## LE PROGRAMME INTERDÉPARTEMENTAL

NATATION COURSE et EAU LIBRE				
15 oct	ID	<a href="#">Meeting Sprint / Demi-fond</a>	MONTAUBAN	Toutes Catégories
5 nov	ID	<a href="#">Chpt DEP hiver</a>	CAHORS	Juniors & Seniors
12 nov	ID	<a href="#">Interclub TC</a>	MONTAUBAN	Toutes Catégories
19 nov	ID	<a href="#">Qualif A.JANY n°1</a>	CAHORS	Avenirs & Jeunes
3 dec	ID	<a href="#">TOAC 1</a>	MONTAUBAN	Avenirs & Jeunes
		<a href="#">Animation Avenirs 1</a>		Mini Avenirs & Avenirs
10 dec	ID	<a href="#">Animation Avenirs 2</a>	CAHORS	Mini Avenirs & Avenirs
		<a href="#">Interclub Jeunes</a>		Jeunes
		<a href="#">Master interdépartementaux 1</a>		Masters
14 janv	ID	<a href="#">Qualif A.JANY n°2</a>	MONTAUBAN	Avenirs & Jeunes
11 fev	ID	<a href="#">Natathlon n°1</a>	CAHORS	Mini Avenirs & Avenirs & Jeunes
		<a href="#">Circuit interdépartemental 1</a>		Toutes Catégories
11 mars	ID	<a href="#">TOAC 2</a>	MONTAUBAN	Avenirs & Jeunes
		<a href="#">Master interdépartementaux 2</a>		Masters
18 mars	ID	<a href="#">Natathlon n°2</a>	CAHORS	Mini Avenirs & Avenirs & Jeunes
29 avril	ID	<a href="#">Natathlon n°3 (Jeunes)</a>	MONTAUBAN	Jeunes
		<a href="#">Circuit interdépartemental 2</a>		Toutes Catégories
6 mai	ID	<a href="#">Interclub Avenirs</a>	CAHORS	Avenir
		<a href="#">Circuit interdépartemental 3</a>		Toutes Catégories
		<a href="#">Master interdépartementaux 3</a>		Master
28 avril (ou 12 mai)	CD82	<a href="#">Regroupement CD82 n°1</a>	MONTAUBAN	Toutes Catégories
26 mai	CD82	<a href="#">Regroupement CD82 n°2</a>	MONTAUBAN??	Toutes Catégories
27 mai	ID	<a href="#">Natathlon n°4</a>	MONTAUBAN	Mini Avenirs & Avenirs & Jeunes
26 mai au 9 juin	D	Entraînement en commun	MONTAUBAN	Toutes Catégories
9 juin	D	<a href="#">Challenge des 50M</a>	CASTELSARRASIN	Toutes Catégories
17 juin	CD82	<a href="#">Regroupement CD82 n°3</a>	GRAULHET	Toutes Catégories
17 juin	ID	Finale Dép TLZ	CAHORS	Avenirs & Jeunes
17 juin	CD46	Coupe de printemps	CAHORS	Toutes Catégories
22 au 24 juin	R	<a href="#">Finale Natathlon Avenir</a>	MONTAUBAN	Avenirs & Jeunes
		<a href="#">Finale Régionale TLZ</a>		
1 sept	CD46	Chpt dép 46	A désigner	Toutes Catégories
1 sept	CD46	Chpt maîtres	A désigner	Master
NATATION ARTISTIQUE				
25 et 26 nov		Journée Automne N3	MONTAUBAN	
24 et 25 mars		Synchronat	MONTAUBAN	

- [Annuel Règlements nationaux 2017-2018](#)
- Programmes régionaux : [Natation Course](#), [Maîtres](#), Natation Artistique, [Waterpolo](#)

## INFORMATIONS COMPÉTITIVES

### Les licences :

Les nageurs devront être **licenciés** au moins **15 jours avant leur 1<sup>ère</sup> compétition**, les clubs devront s'assurer que les numéros de licence, le nom et le sexe de leurs nageurs sont conformes avec ceux présents sur le serveur fédéral. Les performances d'un nageur dont la licence n'est pas conforme ne seront pas enregistrées.

### Les engagements :

Ils se feront sur extranat.

Quel que soit le jour de compétition la date limite sera **le jeudi minuit précédant** la compétition.

Pour des compétitions d'une durée raisonnable et afin de ne pas nuire aux performances de vos nageurs nous vous demandons de responsabiliser vos entraîneurs et vos nageurs vis-à-vis des engagements.

### Les fichettes

Elles seront établies par le club ou le CD organisateur. Veillez à signaler les forfaits au plus tard une demi-heure avant le début de la compétition. Présentez-vous au début de la compétition au secrétariat. Le programme est envoyé aux clubs à titre indicatif, en fonction des forfaits les séries pourront être resserrées. Afin de favoriser le bon déroulement des compétitions les forfaits pourront être préalablement déclarés par mail jusqu'à la veille de la compétition auprès de l'organisateur.

### Les officiels :

Pour un bon fonctionnement des compétitions, les clubs doivent fournir le nombre d'officiels demandés, sinon nous serons obligés de fermer des lignes d'eau.

### L'hygiène :

Les nageurs doivent se rendre dans les vestiaires pour se mettre en tenue

Douche obligatoire avant l'échauffement

Port du bonnet obligatoire pour toutes les compétitions

Lors des compétitions, les personnes qui se trouvent au bord du bassin doivent être vêtues d'un short ou pantalon et d'un tee-shirt spécifiques pour le bord de bassin ainsi que de claquettes (entraîneurs, officiels...).

## INFORMATIONS PÉDAGOGIQUES ET ENF

Les clubs agréés ENF doivent mettre en œuvre un projet pédagogique compatible avec les tests ENF permettant de garantir la sécurité des pratiquants dans toutes les activités aquatiques, de développer des habilités motrices complémentaires afin de favoriser ensuite l'accès à la compétition ou tout simplement de faire de nos adhérents des sportifs capables de s'adapter à leur vie d'adulte et de les inscrire dans une dynamique de sport santé pour toute leur vie. Il est fortement conseillé de faire intervenir des éducateurs formés et pouvant

endosser la responsabilité d'un groupe de jeunes sportifs en formation et en plein développement physique, psychique et social.

### **Conditions d'agrément « École de Natation Française » (ENF)**

**Sont concernées :** Toute association affiliée à la Fédération Française de Natation.

**Les conditions :**

- Avoir renseigné et signé le formulaire de demande d'agrément et l'avoir envoyé à la fédération via la Ligue Occitanie ;
- Etre à jour de l'affiliation ;
- S'engager à avoir au moins une personne titulaire de la qualification d'évaluateur ENF1, pour le test ENF1 - Sauv'nage.

### **La première étape, « ENF1 - Sauv'nage » : Garantir la sécurité des pratiquants.**

Cette première étape permet d'acquérir les compétences minimales pour assurer sa propre sécurité dans l'eau et une maîtrise des fondamentaux. À ce niveau, il est essentiel de préparer l'étape suivante (Pass'sports de l'eau) par l'exigence des objectifs visés. Apprendre à ne pas se contenter du minimum est une culture, une éducation qui favorise l'apprentissage de l'exigence.

**L'organisation de l'ENF1 - Sauv'nage** est de la responsabilité d'un club FFN agréé ENF possédant au moins un titulaire de la formation d'évaluateur ENF1. Les organisations doivent être déclarées au CD concerné une semaine avant.

La validation du Sauv'nage doit être faite par le club sur [extranat.fr](http://extranat.fr).

**Information :** l'ENF1 - Sauv'nage est admis par le Conseil Interfédéral des Sports Nautiques comme un test de « savoir nager », il est reconnu par l'arrêté du 25 avril 2012 (NOR MENV1221832A) pour pratiquer les activités aquatiques et nautiques.

### **La deuxième étape, « ENF2 - Pass'sports de l'eau » - Enrichir et capitaliser les habiletés motrices :**

Cette seconde étape certifie l'acquisition de compétences sportives diversifiées à travers la pluridisciplinarité. L'exigence réclamée dans une discipline favorise son transfert dans une autre discipline (interdisciplinarité).

**L'organisation de l'ENF2 - Pass'sports de l'eau** est de la responsabilité du CD. Il peut être organisé par celui-ci ou confié à un club agréé ENF possédant au moins un titulaire de la formation d'évaluateur ENF2. Le passage de test se déroule sous la responsabilité et en la présence d'un représentant du CD ou de la Ligue Régionale, lui-même titulaire de l'évaluateur ENF2 et n'appartenant pas au club organisateur. Afin de respecter les règles régionales, il faudra que soient présents au moins 2 clubs différents et des évaluateurs de club différents. Les clubs doivent envoyer par mail le fichier excel avec leurs candidats, une semaine avant la date de passage. Les clubs doivent fournir les feuilles d'examen pour chaque candidat dans chaque épreuve. C'est le CD concerné qui valide les tests sur [extranat.fr](http://extranat.fr).

**Information :** L'ENF2 - Pass'sports de l'eau est admis en équivalence du test technique préalable à l'entrée en formation du BPJEPS-AAN.

### **Pour le Pass'Compétition :**

**La troisième étape, « ENF3 - Pass'compétition »,** propre à chaque fédération. Cette troisième étape garantit à son titulaire la capacité de se confronter aux autres, connaissance de la règle, maîtrise de toutes les techniques lui permettant de se confronter à « armes égales ». Il s'agit ici de ne pas confondre confrontation et performance. Cette dernière notion étant une expression intime de la personne.

**L'organisation de l'ENF3 - Pass'compétition** est de la responsabilité de la Ligue Régionale. Il peut être organisé par la Ligue Régionale ou le Comité départemental. Le passage de test se déroule sous la responsabilité et en la présence d'un représentant du Comité départemental ou de la Ligue Régionale, lui-même titulaire de l'évaluateur ENF3.

Les clubs doivent envoyer par mail le fichier excel avec leurs candidats, une semaine avant la date de passage. Les clubs doivent fournir la feuille d'examen pour chaque nageur. Les tests seront validés sur [extranat.fr](http://extranat.fr) par la Ligue Régionale.

**Information :** L'ENF3 - Pass'compétition est admis en équivalence du test technique préalable à l'entrée en formation du BPJEPS-AAN.

<b>TESTS ENF INTERDEPARTEMENTAUX</b>		
15 / 10 / 2017	Pass'Compétition	MONTAUBAN
5 / 11 / 2017	Pass'Compétition	CAHORS
19 / 11 / 2017	Pass'Compétition	MONTAUBAN
3 / 12 / 2017	Pass'Compétition	MONTAUBAN
10 / 12 / 2017	Pass'Compétition	CAHORS
14 / 01 / 2018	Pass'Compétition	MONTAUBAN
11 / 02 / 2018	Pass'Compétition	CAHORS
11 / 02 / 2018	Pass'Sports de l'eau	MONTAUBAN
11 / 03 / 2018	Pass'Compétition	MONTAUBAN
18 / 03 / 2018	Pass'Compétition	CAHORS
29 / 04 / 2018	Pass'Compétition	MONTAUBAN
6 / 05 / 2018	Pass'Compétition	CAHORS
27 / 05 / 2018	Pass'Compétition	MONTAUBAN
10 / 06 / 2018	Pass'Sports de l'eau & Pass'Compétition	CASTELSARRASIN
15 (ou 17) / 06 / 2018	Pass'Sports de l'eau & Pass'Compétition	MONTAUBAN
14 / 07 / 2018	Pass'Sports de l'eau & Pass'Compétition	LAFRANCAISE
28 / 07 / 2018	Pass'Sports de l'eau & Pass'Compétition	LAFRANCAISE
18 / 08 / 2018	Pass'Sports de l'eau & Pass'Compétition	LAFRANCAISE
1 / 09 / 2018	Pass'Sports de l'eau & Pass'Compétition	LAFRANCAISE

*Attention il est demandé aux clubs de fournir des évaluateurs et assistants évaluateurs pour chaque session.*



## INFORMATIONS FORMATIONS

De nombreuses formations sont proposées par les clubs, les comités et la Ligue Régionale. En permettant à nos éducateurs, à nos bénévoles ou à de jeunes nageurs de se former nous garantissons la professionnalisation et le sérieux de nos clubs et nous permettons à nos nageurs d'obtenir des diplômes professionnalisants.

- [Formations d'évaluateurs ENF](#)
- [Formations secourisme et BNSSA](#)
- [Formations d'éducateurs bénévoles](#)
- [Formations d'éducateurs professionnels](#)
- [Formations continues](#)

Renseignez-vous auprès de votre club, de votre comité ou de [l'ERFAN Occitanie](#) pour plus d'information.

## INFORMATIONS OFFICIELS

Toute compétition est dirigée et contrôlée par un jury composé d'officiels de la Fédération Française de Natation. Il existe trois niveaux d'officiels de natation course : C, B et A.

**Officiel C** : L'officiel C peut assurer la fonction de chronométrateur.

Des formations d'officiel C peuvent être organisées lors de toutes les compétitions interdépartementales, une demi-heure avant le début de l'échauffement (le matin pour les compétitions sur une journée, l'après-midi pour les compétitions sur une demi-journée).

Pour entrer en formation d'officiel C, il faut :

- 1) Etre licencié à la FFN pour la saison en cours (licence oblitérée au moins).
- 2) Avoir 14 ans révolus le jour de l'épreuve pratique.

Les clubs devront envoyer la liste de leurs candidats au moins trois jours avant la compétition choisie à l'adresse [officiels@mpffn.fr](mailto:officiels@mpffn.fr), en précisant leurs nom, prénom et adresse mail.

Un candidat non déclaré avant la compétition ne sera pas enregistré sur Extranat et ne pourra pas passer l'épreuve pratique.

Le titre d'officiel C est renouvelé automatiquement lors du renouvellement de la licence.

**Officiel B** : L'officiel B peut assurer les fonctions de chronométrateur, chronométrateur en chef, juge à l'arrivée, juge aux virages, juge aux virages en chef.

Des formations d'officiel B seront régulièrement organisées au cours de la saison sur demande des clubs.

Pour entrer en formation d'officiel B, il faut :

- 1) Etre licencié à la FFN pour la saison en cours (licence oblitérée au moins).
- 2) Avoir 16 ans révolus le jour de l'examen écrit.

Il n'est pas nécessaire d'être préalablement officiel C.

La formation dure environ trois heures.

Les candidats doivent ensuite passer un examen écrit au moins quinze jours après la formation.

Le succès à l'examen écrit leur donne le droit d'effectuer les épreuves pratiques.

L'officiel B est tenu de participer à des recyclages régulièrement pour renouveler son titre :

- au moins une fois tous les deux ans.
- chaque fois qu'il y a des modifications significatives de règlements.

**Officiel A** : L'officiel A peut assurer toutes les fonctions du jury.

Les formations d'officiel A sont organisées uniquement au niveau régional.

Pour entrer en formation d'officiel A, il faut :

- 1) Etre licencié à la FFN pour la saison en cours (licence oblitérée au moins).
- 2) Avoir 18 ans révolus le jour de l'examen écrit.
- 3) Etre officiel B depuis au moins deux saisons et avoir effectivement participé à des jurys de compétitions sur au moins 8 réunions chaque saison.

La formation dure une journée complète.

Les candidats doivent ensuite passer un examen écrit au moins quinze jours après la formation.

Le succès à l'examen écrit leur donne le droit d'effectuer les épreuves pratiques.

L'officiel A est tenu de participer à des recyclages régulièrement pour renouveler son titre :

- au moins une fois tous les deux ans.
- chaque fois qu'il y a des modifications significatives de règlements.

## ❖ MEETING SPRINT / DEMI-FOND

**LIEU et DATE :** MONTAUBAN, 15 OCTOBRE toute la journée

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Toutes Catégories

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉ :** MONTAUBAN NATATION

### OUVERTURES DU BASSIN :

- Matin : 8h30
- Après Midi : 13h30

### PROGRAMME\* :

MATIN <i>Début des épreuves : 9h30</i>	APRÈS-MIDI <i>Début des épreuves : 14h30</i>
	PASS'COMPÉTITION à 14h
800 NL D Juniors/Seniors	800 NL M Juniors/Seniors
400 NL D Jeunes	400 NL M Jeunes
200 NL D Avenirs	200 NL M Avenirs
400 4N M Juniors/Seniors	400 4N D Juniors/Seniors
200 4N M Jeunes	200 4N D Jeunes
100 4N M Avenirs	100 4N D Avenirs
50 Pap D Toutes Catégories	50 Pap M Toutes Catégories
50 Dos M Toutes Catégories	50 Dos D Toutes Catégories
50 Brasse D Toutes Catégories	50 Brasse M Toutes Catégories
50 NL M Toutes Catégories	50 NL D Toutes Catégories

\* Possibilité de réaliser des courses hors concours

**RÉCOMPENSES :** Chaque nageur réalise une course 4 nages une course en Nage libre et deux 50m au choix. Les 3 premiers par catégorie (AV1, AV2&3, J1, J1&2, Ju1&2, Ju3 et +) au cumul des points seront récompensés.

## ❖ CHAMPIONNAT DÉPARTEMENTAL HIVER

**LIEU et DATE :** CAHORS, 5 NOVEMBRE toute la journée

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Juniors et Seniors

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉ :** CAHORS NATATION

### OUVERTURES DU BASSIN :

- Matin : 8h30
- Après Midi : 14h30

### PROGRAMME :

<b>MATIN</b> <i>Début des épreuves : 9h30</i>	<b>APRÈS-MIDI</b> <i>Début des épreuves : 15h30</i>
	<b>PASS'COMPÉTITION à 14h</b>
<b>1500 NL M Juniors/Seniors</b>	<b>1500 NL D Juniors/Seniors</b>
<b>200 4N D et M Juniors/Seniors</b>	<b>100 Dos M Juniors/Seniors</b>
<b>200 NL D et M Juniors/Seniors</b>	<b>200 Brasse D et M Juniors/Seniors</b>
<b>200 Dos D et M Juniors/Seniors</b>	<b>100 NL D et M Juniors/Seniors</b>
<b>100 Brasse D et M Juniors/Seniors</b>	<b>200 Pap D et M Juniors/Seniors</b>
<b>100 Pap D et M Juniors/Seniors</b>	<b>50 Brasse D et M Juniors/Seniors</b>
<b>50 NL D et M Juniors/Seniors</b>	<b>50 Dos D et M Juniors/Seniors</b>
<b>400 4N D et M Juniors/Seniors</b>	<b>50 Pap D et M Juniors/Seniors</b>
<b>100 Dos D Juniors/Seniors</b>	<b>400 NL D et M Juniors/Seniors</b>
<b>800 NL M Juniors/Seniors</b>	<b>800 NL D Juniors/Seniors</b>

### RECOMPENSES :

## ❖ INTERCLUB TOUTES CATÉGORIES (interdépartemental)

**LIEU et DATE :** MONTAUBAN, 12 NOVEMBRE toute la journée

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Toutes Catégories

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉ :** MONTAUBAN NATATION

### OUVERTURES DU BASSIN :

- Matin : 8h00
- Après Midi : 14h30

### PROGRAMME :

<b>MATIN</b> <i>Début des épreuves : 9h00</i>	<b>APRÈS-MIDI</b> <i>Début des épreuves : 15h30</i>
<b>10X50 NL D et M</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>4X200 NL D et M</b> <i>Toutes Catégories</i>
<b>100 Dos D</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>200 Dos D</b> <i>Toutes Catégories</i>
<b>200 Dos M</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>100 Dos M</b> <i>Toutes Catégories</i>
<b>100 Brasse D</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>200 Brasse D</b> <i>Toutes Catégories</i>
<b>200 Brasse M</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>100 Brasse M</b> <i>Toutes Catégories</i>
<b>100 NL D</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>400 NL D</b> <i>Toutes Catégories</i>
<b>400 NL M</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>100 NL M</b> <i>Toutes Catégories</i>
<b>100 Pap D</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>200 Pap D</b> <i>Toutes Catégories</i>
<b>200 Pap M</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>100 Pap M</b> <i>Toutes Catégories</i>
<b>100 4n D</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>200 4n D</b> <i>Toutes Catégories</i>
<b>200 4n M</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>100 4n M</b> <i>Toutes Catégories</i>
Pause 15'	Pause 15'
<b>4x100 NL D et M</b> <i>Toutes Catégories</i>	<b>4x100 4N M et D</b> <i>Toutes Catégories</i>

**RÉCOMPENSES :** Coupe aux 3 premiers Dames et Messieurs

## ❖ QUALIFICATIONS au MEETING ALEX JANY (1 et 2)

### LIEU et DATE :

- 1) CAHORS, 19 NOVEMBRE l'après midi
- 2) MONTAUBAN, 14 JANVIER l'après midi

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Avenirs 2ème année (F 10 ans, G 11 ans) et Jeunes

### 1) 4 épreuves individuelles

Avenirs 2 et Jeunes 1 : 50m (25 papillon – 25 dos), 50 m (25 dos – 25 brasse), 50m (25 brasse – 25 crawl), 400m NL.

Jeunes 2 et 3 : 100m (50 papillon – 50 dos), 100m (50 dos – 50 brasse), 100m (50 brasse – 50 crawl), 800m NL.

### 2) 3 épreuves individuelles :

Avenirs 2 et Jeunes 1 : 100m (50 papillon – 50 brasse), 100m (50 crawl – 50 dos), 200m NL.

Jeunes 2 et 3 : 200m (100 papillon – 100 brasse), 200m (100 crawl – 100 dos), 400m NL.

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

### DÉLÉGUÉ :

- 1) CAHORS NATATION
- 2) MONTAUBAN NATATION

### OUVERTURES DU BASSIN :

- Après Midi : 14h00

### PROGRAMME :

<b>APRÈS-MIDI 1</b> <i>Début des épreuves : 15h00</i>	<b>APRÈS-MIDI 2</b> <i>Début des épreuves : 15h00</i>
<b>PASS'COMPÉTITION à 14h30</b>	<b>PASS'COMPÉTITION à 14h30</b>
50 pap/dos D et M <i>Avenirs 2 et Jeunes 1</i>	100 pap/brasse D et M <i>Avenirs 2 et Jeunes 1</i>
100 pap/dos D et M <i>Jeunes 2 et 3</i>	200 pap/brasse D et M <i>Jeunes 2 et 3</i>
50 dos/brasse D et M <i>Avenirs 2 et Jeunes 1</i>	100 crawl/dos D et M <i>Avenirs 2 et Jeunes 1</i>
100 dos/brasse D et M <i>Jeunes 2 et 3</i>	200 crawl/dos D et M <i>Jeunes 2 et 3</i>
50 brasse/crawl D et M <i>Avenirs 2 et Jeunes 1</i>	200 NL D et M <i>Avenirs 2 et Jeunes 1</i>
100 brasse/crawl D et M <i>Jeunes 2 et 3</i>	400 NL D et M <i>Jeunes 2 et 3</i>
400 NL D et M <i>Avenirs 2 et Jeunes 1</i>	
800 NL D et M <i>Jeunes 2 et 3</i>	

**RÉCOMPENSES :** Les 3 premiers au total des épreuves individuelles (Av2, J1,2 et 3)

## ❖ LES MÉDAILLES DU TOAC 1 / ANIMATIONS AVENIRS 1

**LIEU et DATE :** MONTAUBAN, 3 décembre l'après midi

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Avenirs (ayant au moins le sauv'nage), Avenirs et Jeunes

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉ :** MONTAUBAN NATATION

**OUVERTURES DU BASSIN :**

- Après Midi : 14h00

### **PROGRAMME :**

<b>APRÈS-MIDI (1)</b> <i>Début des épreuves : 15h00</i>
<b>PASS'COMPÉTITION à 14h30</b>
200 4N D et M <i>Jeunes</i>
4x25 NL D et M <i>Avenirs</i>
50 Pap D et M <i>Avenirs &amp; Jeunes</i>
4x25 4N jambes D et M <i>Avenirs</i>
50 NL D et M <i>Avenirs &amp; Jeunes</i>
Concours Plongeon D et M <i>Avenirs</i>
50 Dos D et M <i>Avenirs &amp; Jeunes</i>
25m 2 roulades D et M <i>Avenirs</i>
50 Brasse D et M <i>Avenirs &amp; Jeunes</i>

### **RÉCOMPENSES :**

## ❖ INTERCLUB JEUNES / ANIMATIONS AVENIRS 2 / MASTER INTERDÉP 1

**LIEU et DATE :** CAHORS, 10 décembre toute la journée

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Jeunes, Avenirs (ayant au moins le sauv'nage) et Masters

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉ :** CAHORS NATATION

### OUVERTURES DU BASSIN :

- Matin : 8h30
- Après Midi : 14h00

### PROGRAMME :

<b>MATIN</b> <i>Début des épreuves : 9h30</i>	<b>APRÈS-MIDI</b> <i>Début des épreuves : 15h00</i>
	<b>PASS'COMPÉTITION à 14h30</b>
100 NL D et M Jeunes	100 Brasse D et M Jeunes
100 NL D et M Masters	100 Brasse D et M Masters
4x25 NL D et M Avenirs	Concours Plongeon D et M Avenirs
100 Pap D et M Jeunes	100 dos D et M Jeunes
100 Pap D et M Masters	100 dos D et M Masters
4x25 4N jambes D et M Avenirs	25m 2 roulades D et M Avenirs
4x100 4N D et M Jeunes	4x200 NL D et M Jeunes
4x100 4N D et M Masters	400 NL Masters
200 4N Masters	

### RECOMPENSES :

Pour chaque épreuve des Avenirs

Une coupe aux 3 premières équipes Jeunes



## ❖ NATATHLON 1 / CIRCUIT INTERDÉP 1

**LIEU et DATE :** CAHORS, 11 février toute la journée

**CATÉGORIES D'ÂGES :**

- Pour le Natathlon : Mini Avenirs, Avenirs et Jeunes
- Pour le Circuit Interdépartemental : Toutes Catégories

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉS :** CAHORS NATATION

**OUVERTURES DU BASSIN :**

- Matin : 8h30
- Après Midi : 14h00

**PROGRAMME :**

<b>MATIN</b> <i>Début des épreuves : 9h30</i>	<b>APRES-MIDI</b> <i>Début des épreuves : 15h00</i>
	<b>PASS'COMPÉTITION à 14h30</b>
<b>400 NL D. et M Jeunes</b>	<b>400 NL M Avenirs</b>
<b>400 NL D Avenirs</b>	<b>100 NL D Avenirs</b>
<b>100 NL M Avenirs</b>	<b>200 Brasse M et D Jeunes</b>
<b>200 NL D Mini Avenirs</b>	<b>200 NL M Mini Avenirs</b>
<b>50 Pap M Mini Avenirs</b>	<b>50 Pap D Mini Avenirs</b>
<b>50 Pap D et M Jeunes</b>	<b>100 Pap M et D Jeunes</b>
<b>50 Pap D et M Toutes Catégories</b>	<b>100 Pap D et M Toutes Catégories</b>
<b>200 Dos D et M Jeunes</b>	<b>200 NL M et D Jeunes</b>
<b>100 Dos D Avenirs</b>	<b>100 Dos M Avenirs</b>
<b>100 Brasse M Avenirs</b>	<b>100 Brasse D Avenirs</b>
<b>50 Dos D Mini Avenirs</b>	<b>50 Dos M Mini Avenirs</b>
<b>50 Brasse M Mini Avenirs</b>	<b>50 Brasse D Mini Avenirs</b>
<b>100 Brasse D et M Jeunes</b>	<b>100 Dos M et D Jeunes</b>
<b>50 NL D et M Toutes Catégories</b>	<b>100 Dos D et M Toutes Catégories</b>
<b>50 NL D et M Jeunes</b>	<b>50 Brasse M et D Jeunes</b>
<b>50 Dos D et M Toutes Catégories</b>	<b>100 Brasse D et M Toutes Catégories</b>
<b>50 Dos D et M Jeunes</b>	<b>100 NL M et D Jeunes</b>
<b>50 Brasse D et M Toutes Catégories</b>	<b>100 NL D et M Toutes Catégories</b>
<b>50 NL D Mini Avenirs</b>	<b>50 NL M Mini Avenirs</b>
<b>100 4N M Mini Avenirs</b>	<b>100 4N D Mini Avenirs</b>
<b>100 Pap D Avenirs</b>	<b>100 PAP M Avenirs</b>
<b>200 NL D et M Toutes Catégories</b>	<b>200 4N D et M Toutes Catégories</b>
<b>200 Pap D et M Jeunes</b>	<b>200 4N D et M Jeunes</b>

**RECOMPENSES :**

## ❖ LES MÉDAILLES DU TOAC 2 / MASTERS INTERDÉP 2

**LIEU et DATE :** MONTAUBAN, 11 mars l'après midi

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Avenirs, Jeunes et Masters

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉ :** MONTAUBAN NATATION

### **OUVERTURES DU BASSIN :**

- Après Midi : 14h00

### **PROGRAMME :**

<b>APRÈS-MIDI</b>
<i>Début des épreuves : 15h00</i>
<b>PASS'COMPÉTITION à 14h30</b>
<b>200 Pap D et M Masters</b>
<b>200 4N D et M Avenirs &amp; Jeunes</b>
<b>200 NL D et M Masters</b>
<b>50 Brasse D et M Avenirs &amp; Jeunes</b>
<b>50 Brasse D et M Masters</b>
<b>50 Dos D et M Avenirs &amp; Jeunes</b>
<b>50 Dos D et M Masters</b>
<b>50 NL D et M Avenirs &amp; Jeunes</b>
<b>50 NL D et M Masters</b>
<b>50 Pap D et M Avenirs &amp; Jeunes</b>
<b>50 Pap D et M Masters</b>
<b>200 Brasse D et M Masters</b>
<b>200 Dos D et M Masters</b>
<b>4x50 NL D et M Masters</b>

### **RÉCOMPENSES :**

## ❖ NATATHLON 2

**LIEU et DATE :** CAHORS, 18 mars toute la journée

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Mini Avenirs, Avenirs et Jeunes

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉS :** CAHORS NATATION

### OUVERTURES DU BASSIN :

- Matin : 8h30
- Après Midi : 14h00

### PROGRAMME :

<b>MATIN</b> <i>Début des épreuves : 9h30</i>	<b>APRES-MIDI</b> <i>Début des épreuves : 15h00</i>
<b>PASS'COMPÉTITION à 14h30</b>	
<b>400 NL D. et M Jeunes</b>	<b>400 NL M Avenirs</b>
<b>400 NL D Avenirs</b>	<b>100 NL D Avenirs</b>
<b>100 NL M Avenirs</b>	<b>200 Brasse M et D Jeunes</b>
<b>200 NL D Mini Avenirs</b>	<b>200 NL M Mini Avenirs</b>
<b>50 Pap M Mini Avenirs</b>	<b>50 Pap D Mini Avenirs</b>
<b>50 Pap D et M Jeunes</b>	<b>100 Pap M et D Jeunes</b>
<b>200 Dos D et M Jeunes</b>	<b>200 NL M et D Jeunes</b>
<b>100 Dos D Avenirs</b>	<b>100 Dos M Avenirs</b>
<b>100 Brasse M Avenirs</b>	<b>100 Brasse D Avenirs</b>
<b>50 Dos D Mini Avenirs</b>	<b>50 Dos M Mini Avenirs</b>
<b>50 Brasse M Mini Avenirs</b>	<b>50 Brasse D Mini Avenirs</b>
<b>100 Brasse D et M Jeunes</b>	<b>100 Dos M et D Jeunes</b>
<b>50 NL D et M Jeunes</b>	<b>50 Brasse M et D Jeunes</b>
<b>50 Dos D et M Jeunes</b>	<b>100 NL M et D Jeunes</b>
<b>50 NL D Mini Avenirs</b>	<b>50 NL M Mini Avenirs</b>
<b>100 4N M Mini Avenirs</b>	<b>100 4N D Mini Avenirs</b>
<b>100 Pap D Avenirs</b>	<b>100 Pap M Avenirs</b>
<b>200 Pap D et M Jeunes</b>	<b>200 4N D et M Jeunes</b>

## ❖ NATATHLON 3 / CIRCUIT INTERDÉP 2

**LIEU et DATE :** MONTAUBAN, 29 avril toute la journée

**CATÉGORIES D'ÂGES :**

- Pour le Natathlon : Jeunes
- Pour le Circuit Toutes Catégories

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉS :** MONTAUBAN NATATION

**OUVERTURES DU BASSIN :**

- Matin : 8h30
- Après Midi : 14h00

**PROGRAMME :**

<b>MATIN</b> <i>Début des épreuves : 9h30</i>	<b>APRES-MIDI</b> <i>Début des épreuves : 15h00</i>
	<b>PASS'COMPÉTITION à 14h30</b>
<b>50 Pap D et M Jeunes</b>	<b>100 Pap D et M Jeunes</b>
<b>50 Pap D et M Toutes Catégories</b>	<b>100 Pap D et M Toutes Catégories</b>
<b>50 Brasse M et D Jeunes</b>	<b>100 Brasse D et M Jeunes</b>
<b>50 Brasse M et D Toutes Catégories</b>	<b>100 Brasse D et M Toutes Catégories</b>
<b>800 NL D Jeunes</b>	<b>1500 NL M Jeunes</b>
<b>50 NL M et D Jeunes</b>	<b>100 NL D et M Jeunes</b>
<b>50 NL M et D Toutes Catégories</b>	<b>100 NL D et M Toutes Catégories</b>
<b>50 Dos M et D Jeunes</b>	<b>100 Dos D et M Jeunes</b>
<b>50 Dos M et D Toutes Catégories</b>	<b>100 Dos D et M Toutes Catégories</b>
<b>400 4N M Jeunes</b>	<b>400 4N D Jeunes</b>
<b>200 NL D et M Jeunes</b>	<b>200 4N M et D Jeunes</b>
<b>200 NL D et M Toutes Catégories</b>	<b>200 4N M et D Toutes Catégories</b>

**RECOMPENSES :**

## ❖ INTERCLUB AVENIRS / CIRCUIT INTERDEP 3 / MASTER INTERDEP 3

**LIEU et DATE :** CAHORS, 6 mai toute la journée

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Avenir, Toutes Catégorie et Masters

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉS :** CAHORS NATATION

### OUVERTURES DU BASSIN :

- Matin : 8h30
- Après Midi : 13h30

### PROGRAMME :

<b>MATIN</b> <i>Début des épreuves : 9h30</i>	<b>APRES-MIDI</b> <i>Début des épreuves : 14h30</i>
	<b>PASS'COMPÉTITION à 14h</b>
<b>4x50 4N</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>	<b>4x50 NL</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>
<b>4x50 Pap</b> D et M <i>Avenirs</i>	<b>4x50 Brasse</b> D et M <i>Avenirs</i>
<b>100 NL</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>	<b>50 NL</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>
<b>50 Dos</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>	<b>200 Brasse</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>
<b>4x50 NL</b> D et M <i>Avenirs</i>	<b>4x50 Dos</b> D et M <i>Avenirs</i>
<b>200 Pap</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>	<b>100 Dos</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>
<b>100 Brasse</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>	<b>200 4N</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>
<b>100 4N</b> D <i>Avenirs</i>	<b>100 4N</b> M <i>Avenirs</i>
<b>400 NL</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>	<b>50 Brasse</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>
<b>200 Dos</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>	<b>100 Pap</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>
<b>50 Pap</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>	<b>200 NL</b> D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>
<b>4x50 4N</b> Mixte D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>	<b>4x50 NL</b> mixte D et M <i>Toutes Catégories &amp; Masters</i>

### RECOMPENSES :

Interclub Avenirs : Médailles aux trois premières équipes

## ❖ NATATHLON 4

**LIEU et DATE :** MONTAUBAN, 27 mai toute la journée

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Avenirs et Jeunes

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉS :** MONTAUBAN NATATION

### OUVERTURES DU BASSIN :

- Matin : 8h30
- Après Midi : 14h00

### PROGRAMME\* :

<b>MATIN</b> <i>Début des épreuves : 9h30</i>	<b>APRES-MIDI</b> <i>Début des épreuves : 15h00</i>
<b>PASS'COMPÉTITION à 14h30</b>	
<b>400 NL D. et M Jeunes</b>	<b>400 NL M Avenirs</b>
<b>400 NL D Avenirs</b>	<b>100 NL D Avenirs</b>
<b>100 NL M Avenirs</b>	<b>200 Brasse M et D Jeunes</b>
<b>200 NL D Mini Avenirs</b>	<b>200 NL M Mini Avenirs</b>
<b>50 Pap M Mini Avenirs</b>	<b>50 Pap D Mini Avenirs</b>
<b>50 Pap D et M Jeunes</b>	<b>100 Pap M et D Jeunes</b>
<b>200 Dos D et M Jeunes</b>	<b>200 NL M et D Jeunes</b>
<b>100 Dos D Avenirs</b>	<b>100 Dos M Avenirs</b>
<b>100 Brasse M Avenirs</b>	<b>100 Brasse D Avenirs</b>
<b>50 Dos D Mini Avenirs</b>	<b>50 Dos M Mini Avenirs</b>
<b>50 Brasse M Mini Avenirs</b>	<b>50 Brasse D Mini Avenirs</b>
<b>100 Brasse D et M Jeunes</b>	<b>100 Dos M et D Jeunes</b>
<b>50 NL D et M Jeunes</b>	<b>50 Brasse M et D Jeunes</b>
<b>50 Dos D et M Jeunes</b>	<b>100 NL M et D Jeunes</b>
<b>50 NL D Mini Avenirs</b>	<b>50 NL M Mini Avenirs</b>
<b>100 4N M Mini Avenirs</b>	<b>100 4N D Mini Avenirs</b>
<b>100 Pap D Avenirs</b>	<b>100 Pap M Avenirs</b>
<b>200 Pap D et M Jeunes</b>	<b>200 4N D et M Jeunes</b>
<b>400 NL D. et M Jeunes</b>	<b>400 NL M Avenirs</b>

\* Possibilité d'ajouter des épreuves demi-fond si nécessaire, prévenir largement à l'avance.

## ❖ REGROUPEMENTS CD82

### **LIEU et DATE :**

- 1) MONTAUBAN, 28 avril (ou 12 mai) de 17h à 19h
- 2) MONTAUBAN, 26 mai de 17h à 19h
- 3) MEETING GRAULHET, 17 juin toute la journée

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Toutes Catégories, mais orientés Avenirs Jeunes

**INSCRIPTIONS :** sur internet via le formulaire d'inscription

**RESPONSABLE :** Thibault Hetzel

### **PROGRAMME :**

L'objectif de ces regroupements est de travailler la dynamique départementale en faisant se rencontrer les clubs d'été et le club annuel.

Le programme sera édité en fonction du nombre d'inscrit et abordera les thématiques suivantes :

- La dynamique de l'échauffement
- Travail des fondamentaux du milieu aquatique
- Travail technique des nages et parties non nagées
- Orientation ludique des exercices
- Exercices atypiques
- Confrontations ludiques en équipes mélangées et mixtes
- Pluridisciplinarité

L'objectif de ces regroupements est également d'alimenter une dynamique de groupe afin de marquer la saison par un déplacement en compétition sous la bannière départementale.

## ❖ CHALLENGE DES 50M

**LIEU et DATE :** CASTELSARRASIN, 9 juin l'après-midi

**CATÉGORIES D'ÂGES :** Toutes Catégorie

**ENGAGEMENTS :** Le jeudi précédant la compétition à minuit

**DÉLÉGUÉS :** CASTELSARRASIN

### **OUVERTURES DU BASSIN :**

- Après Midi : 14h00

### **PROGRAMME :**

<b>APRES-MIDI</b>
<i>Début des épreuves : 15h00</i>
<b>PASS'COMPÉTITION à 14h30</b>
<b>4x50 4N Mixte Toutes Catégories</b>
<b>50 NL Toutes Catégories</b>
<b>50 Brasse Toutes Catégories</b>
<b>50 Pap Toutes Catégories</b>
<b>50 Dos Toutes Catégories</b>
<b>6x50NL Mixte Toutes Catégories</b>

**RECOMPENSES :** Une médaille par participant.