

AOÛT		
D 1	213-152	
LUN 2	214-151	31
MAR 3	215-150	
MER 4	216-149	
JEU 5	217-148	
VEN 6	218-147	
SAM 7	219-146	
D 8	220-145	
LUN 9	221-144	32
MAR 10	222-143	
MER 11	223-142	
JEU 12	224-141	
VEN 13	225-140	
SAM 14	226-139	
D 15	227-138	
LUN 16	228-137	33
MAR 17	229-136	
MER 18	230-135	
JEU 19	231-134	
VEN 20	232-133	
SAM 21	233-132	
D 22	234-131	
LUN 23	235-130	34
MAR 24	236-129	
MER 25	237-128	
JEU 26	238-127	
VEN 27	239-126	
SAM 28	240-125	
D 29	241-124	
LUN 30	242-123	35
MAR 31	243-122	

SEPTEMBRE		
MER 1	244-121	
JEU 2	245-120	
VEN 3	246-119	
SAM 4	247-118	
D 5	248-117	
LUN 6	249-116	36
MAR 7	250-115	
MER 8	251-114	
JEU 9	252-113	
VEN 10	253-112	
SAM 11	254-111	
D 12	255-110	
LUN 13	256-109	37
MAR 14	257-108	
MER 15	258-107	
JEU 16	259-106	
VEN 17	260-105	
SAM 18	261-104	
D 19	262-103	
LUN 20	263-102	38
MAR 21	264-101	
MER 22	265-100	
JEU 23	266-99	
VEN 24	267-98	
SAM 25	268-97	
D 26	269-96	
LUN 27	270-95	39
MAR 28	271-94	
MER 29	272-93	
JEU 30	273-92	

OCTOBRE		
VEN 1	274-91	
SAM 2	275-90	
D 3	276-89	
LUN 4	277-88	40
MAR 5	278-87	
MER 6	279-86	
JEU 7	280-85	
VEN 8	281-84	
SAM 9	282-83	
D 10	JD Avenirs	
LUN 11	284-81	41
MAR 12	285-80	
MER 13	286-79	
JEU 14	287-78	
VEN 15	288-77	
SAM 16	289-76	
D 17	JD JEUNES - ROYAN	
LUN 18	291-74	42
MAR 19	292-73	
MER 20	293-72	
JEU 21	294-71	
VEN 22	295-70	
SAM 23	296-69	
D 24	297-68	
LUN 25	298-67	43
MAR 26	299-66	
MER 27	300-65	
JEU 28	301-64	
VEN 29	302-63	
SAM 30	303-62	
D 31	304-61	

NOVEMBRE		
LUN 1	305-60	44
MAR 2	306-59	
MER 3	307-58	
JEU 4	308-57	
VEN 5	309-56	
SAM 6	Meeting Qualificatif	
D 7		
LUN 8	312-53	45
MAR 9	313-52	
MER 10	314-51	
JEU 11	Interclubs Départementaux	
VEN 12	316-49	
SAM 13	317-48	
D 14	1/2 Fond Dep	
LUN 15	319-46	46
MAR 16	320-45	
MER 17	321-44	
JEU 18	322-43	
VEN 19	323-42	
SAM 20	324-41	
D 21	JD Jeunes - Royan	
LUN 22	326-39	47
MAR 23	327-38	
MER 24	328-37	
JEU 25	329-36	
VEN 26	330-35	
SAM 27	331-34	
D 28	Chtps Junior-Senior Plot 1 La Rochelle	
LUN 29	333-32	48
MAR 30	334-31	

DÉCEMBRE		
MER 1	335-30	
JEU 2	336-29	
VEN 3	337-28	
SAM 4	Chtps Regionaux JELINES Poitiers Limite qualificative France Jeunes	
D 5		
LUN 6	340-25	49
MAR 7	341-24	
MER 8	342-23	
JEU 9	343-22	
VEN 10	344-21	
SAM 11	Reg Jun-Sen Agen 11&12 Décembre	
D 12	JD Avenirs	
LUN 13	347-18	50
MAR 14	348-17	
MER 15	349-16	
JEU 16	350-15	
VEN 17	351-14	
SAM 18	France Jeunes	
D 19		
LUN 20		
MAR 21		
MER 22		
JEU 23	357-8	
VEN 24	358-7	
SAM 25	359-6	
D 26	360-5	
LUN 27	361-4	52
MAR 28	362-3	
MER 29	363-2	
JEU 30	364-1	
VEN 31	365-0	

JANVIER		
SAM 1	1-364	
D 2	2-363	
LUN 3	3-362	01
MAR 4	4-361	
MER 5	5-360	
JEU 6	6-359	
VEN 7	7-358	
SAM 8	8-357	
D 9	9-356	
LUN 10	10-355	02
MAR 11	11-354	
MER 12	12-353	
JEU 13	13-352	
VEN 14	14-351	
SAM 15	15-350	
D 16	16-349	
LUN 17	17-348	03
MAR 18	18-347	
MER 19	19-346	
JEU 20	20-345	
VEN 21	21-344	
SAM 22	22-343	
D 23	23-342	
LUN 24	24-341	04
MAR 25	25-340	
MER 26	26-339	
JEU 27	27-338	
VEN 28	28-337	
SAM 29	29-336	
D 30	JD Jeunes	
LUN 31	31-334	05

FÉVRIER		
MAR	1	32-333
MER	2	33-332
JEU	3	34-331
VEN	4	35-330
SAM	5	36-329
D	6	1/2 Fond
LUN	7	38-327 06
MAR	8	39-326
MER	9	40-325
JEU	10	41-324
VEN	11	42-323
SAM	12	43-322
D	13	44-321
LUN	14	45-320 07
MAR	15	46-319
MER	16	47-318
JEU	17	48-317
VEN	18	49-316
SAM	19	50-315
D	20	51-314
LUN	21	52-313 08
MAR	22	53-312
MER	23	54-311
JEU	24	55-310
VEN	25	56-309
SAM	26	Meeting Océan - Plot 2 La Rochelle
D	27	
LUN	28	59-306 09

MARS		
MAR	1	60-305
MER	2	61-304
JEU	3	62-303
VEN	4	63-302
SAM	5	64-301
D	6	65-300
LUN	7	66-299 10
MAR	8	67-298
MER	9	68-297
JEU	10	69-296
VEN	11	70-295
SAM	12	71-294
D	13	JD Jaunes - Royan
LUN	14	73-292 11
MAR	15	74-291
MER	16	75-290
JEU	17	76-289
VEN	18	77-288
SAM	19	78-287
D	20	79-286
LUN	21	80-285 12
MAR	22	81-284
MER	23	82-283
JEU	24	83-282
VEN	25	84-281
SAM	26	85-280
D	27	86-279
LUN	28	87-278 13
MAR	29	88-277
MER	30	89-276
JEU	31	90-275

AVRIL		
VEN	1	91-274
SAM	2	92-273
D	3	93-272
LUN	4	94-271 14
MAR	5	95-270
MER	6	96-269
JEU	7	97-268
VEN	8	98-267
SAM	9	99-266
D	10	JD Avenir
LUN	11	101-264 15
MAR	12	102-263
MER	13	103-262
JEU	14	104-261
VEN	15	105-260
SAM	16	106-259
D	17	107-258
LUN	18	108-257 16
MAR	19	109-256
MER	20	110-255
JEU	21	111-254
VEN	22	112-253
SAM	23	113-252
D	24	114-251
LUN	25	115-250 17
MAR	26	116-249
MER	27	117-248
JEU	28	118-247
VEN	29	119-246
SAM	30	120-245

MAI		
D	1	121-244
LUN	2	122-243 18
MAR	3	123-242
MER	4	124-241
JEU	5	125-240
VEN	6	126-239
SAM	7	Meeting Atlantique Plot 3 - La Rochelle
D	8	
LUN	9	129-236 19
MAR	10	130-235
MER	11	131-234
JEU	12	132-233
VEN	13	133-232
SAM	14	134-231
D	15	Interclubs Avenir & Jeunes
LUN	16	136-229 20
MAR	17	137-228
MER	18	138-227
JEU	19	139-226
VEN	20	140-225
SAM	21	141-224
D	22	142-223
LUN	23	143-222 21
MAR	24	144-221
MER	25	145-220
JEU	26	146-219
VEN	27	147-218
SAM	28	148-217
D	29	149-216
LUN	30	150-215 22
MAR	31	151-214

JUIN		
MER	1	152-213
JEU	2	153-212
VEN	3	154-211
SAM	4	155-210
D	5	156-209
LUN	6	157-208 23
MAR	7	158-207
MER	8	159-206
JEU	9	160-205
VEN	10	161-204
SAM	11	162-203
D	12	163-202
LUN	13	164-201 24
MAR	14	165-200
MER	15	166-199
JEU	16	167-198
VEN	17	168-197
SAM	18	169-196
D	19	Coupe Nageur Complet
LUN	20	171-194 25
MAR	21	172-193
MER	22	173-192
JEU	23	174-191
VEN	24	175-190
SAM	25	Regionaux Jeunes AGEN
D	26	Limite qualificative France Jeunes
LUN	27	178-187 26
MAR	28	179-186
MER	29	180-185
JEU	30	181-184

JUILLET		
VEN	1	182-183
SAM	2	183-182
D	3	184-181
LUN	4	185-180 27
MAR	5	186-179
MER	6	187-178
JEU	7	188-177
VEN	8	189-176
SAM	9	190-175
D	10	191-174
LUN	11	192-173 28
MAR	12	
MER	13	
JEU	14	France Jeunes
VEN	15	
SAM	16	
D	17	
LUN	18	199-166 29
MAR	19	200-165
MER	20	201-164
JEU	21	202-163
VEN	22	203-162
SAM	23	204-161
D	24	205-160
LUN	25	206-159 30
MAR	26	207-158
MER	27	208-157
JEU	28	209-156
VEN	29	210-155
SAM	30	211-154
D	31	212-153

Programme Sportif



CATEGORIES D'AGES :

- ✓ Les Avenirs
 - Filles 10 ans et moins (2012 et après)
 - Garçons 11 ans et moins (2011 et après)
- ✓ Les Jeunes : 3 années
 - Filles 11 à 13 ans (2011 2010 2009)
 - Garçons 12 à 14 ans (2010 2009 2008)
- ✓ Les Juniors: 4 années
 - Filles 14 à 17 ans (2008 2007 2006 2005)
 - Garçons 15 à 18 ans (2007 2006 2005 2004)
- ✓ Les Seniors:
 - Filles 18 ans et plus (2004 et avant)
 - Garçons 19 ans et plus (2003 et avant)

TECHNIQUE :

Départs :

- La règle d'un seul départ sera appliquée pour l'ensemble des compétitions individuelles
- La règle de 2 départs sera appliquée pour l'ensemble des compétitions des avenirs / jeunes ainsi que les compétitions par équipe.

Caractéristiques des piscines de Charente-Maritime :

- Rochefort & Saintes : 5 couloirs x 25m
- Royan & St Jean d'Y : 6 couloirs x 25m
- La Rochelle : 8 couloirs x 50m ou 10 couloirs x 20m

Journée Jeunes – Plot 1			
	Compétition qualificative		 25m
	17 octobre 2021		Royan
	Jeunes	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 13 Octobre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.

PROGRAMME ET HORAIRE :

17 octobre 2021 OP : 07h30 / DE : 09h00	17 octobre 2021 OP : 13h30 / DE : 14h30
400 Nage Libre Dames 50 Papillon Messieurs 50 Papillon Dames 100 Dos Messieurs 100 Dos Dames 200 4 Nages Messieurs 200 4 Nages Dames 50 Brasse Messieurs 50 Brasse Dames 100 Nage Libre messieurs 100 Nage Libre Dames	400 Nage Libre Messieurs 100 Papillon Dames 100 Papillon Messieurs 50 Dos Dames 50 Dos Messieurs 200 Nage Libre Dames 200 Nage libre Messieurs 100 Brasse Dames 100 Brasse Messieurs 50 Nage Libre Dames 50 Nage Libre Messieurs

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves

Journée Jeunes – Plot 2			
	Compétition qualificative		 25m
	21 novembre 2021		Royan
	Jeunes	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 17 Novembre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.

PROGRAMME ET HORAIRE :

21 novembre 2021 OP : 07h30 / DE : 09h00	21 novembre 2021 OP : 13h30 / DE : 14h30
100 Papillon 200 Nage Libre 100 Brasse 100 Dos	50 Dos 100 Nage Libre 50 Brasse 200 4 Nages 50 Papillon 50 Nage Libre

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves

CHAMPIONNATS RÉGIONAUX JEUNES HIVER - 25 MÈTRES SAMEDI 04 AU DIMANCHE 05 DÉCEMBRE 2021

OCT

NOV

DEC

**Cette compétition permet de réunir les meilleurs nageurs de la ligue Nouvelle-Aquitaine
Sur deux lieux, à POITIERS et BAYONNE**

Bassin	25 mètres Chronométrage automatique – 1 plaque
Extra Nat	Date limite mardi 30 novembre 2021- 23h59
Type de compétition	Performances insérées dans les classements FFN Qualificative pour les Championnats de France jeunes
Catégories	Jeunes Garçons 2007 2008 2009 – Avenir 2010 Jeunes Filles 2008 2009 2010 – Avenir 2011
Epreuves	- Epreuves individuelles 50, 100, 200, Nage Libre – Dos– Brasse – Papillon- filles et garçons 400, 800. 1500 Nage Libre filles et garçons 200x 4N, 400x4N filles et garçons Relais 4x50 NL dames et messieurs
Conditions de participation Règlement	Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Nouvelle - Aquitaine ayant réalisé, sur la saison N-1 ou la saison en cours au 28 novembre 2021 en bassin de 25 m ou 50m. les temps de qualification selon la grille correspondant à leur catégorie. Les nageurs catégorie Avenirs garçons 2010 et filles 2011 ayant réalisé sur la saison N et N-1 les minimas de la grille Jeunes 1ère année sont autorisés à participer à cette compétition. Les séries seront nagées classement au temps, tout âge confondu.
Engagement	La qualification sur X épreuve(s) ouvre droit à l'engagement sur X + 2 épreuves La participation est limitée à 6 courses individuelles par nageur. Relais 4x50 NL conditions de participation, un relais par club et composé au moins deux nageurs qualifiés en individuel à la compétition. Les 800 et 1500 mètres nage libre ne pourront pas être choisis comme course complémentaire. La ligue se réserve le droit de limiter le nombre de nageurs, les meilleurs temps seront retenus. Les 8 meilleurs temps. Filles et 8 meilleurs temps. Garçons, jeunes 1ere année/Avenirs confondus Les 8 meilleurs temps. Filles et 8 meilleurs tps. Garçons, jeunes 2 ^{ème} et 3 ^{ème} années confondus.
Récompenses identiques sur les deux sites de compétitions	Les 3 premiers jeunes 2 ^{ème} et 3 ^{ème} années confondus. Les 3 premiers jeunes 1 ^{ère} année - Avenirs confondus Les résultats globaux des deux manifestations seront concaténés en une seule compétition, les résultats seront publiés sur le site régional.
Programme	Sur 2 jours et 3 réunions.
Réunion Technique	Samedi matin 04 décembre 15 mn avant l'ouverture des portes aux nageurs. Les horaires des réunions 2 à 3 seront confirmés lors de la réunion technique.
Ouverture du bassin	Évacuation du bassin sportif, 10mn avant les 1 ^{er} départs Le bassin sportif sera déclaré ouvert aux nageurs pendant une durée de 15mn après la fin de la dernière épreuve de chaque réunion.
Organisation	Compétition mise en ligne sur le serveur ExtraNat et gérée par la ligue régionale, antenne de Talence. Paiement des droits d'engagement à la ligue régionale Nouvelle Aquitaine

				SAMEDI			
				Ouverture des portes 13h30 - 1er départ 15h00			
				50 mètres	Nage libre	Dames	Séries
				50 mètres	Nage libre	Messieurs	Séries
				200 mètres	X4N	Dames	Séries
Programme 3 réunions Les horaires sont précisés à titre indicatif				200 mètres	X4N	Messieurs	Séries
				100 mètres	Brasse	Dames	Séries
				100 mètres	Brasse	Messieurs	Séries
				1500 mètres	Nage libre	Dames	Séries
				1500 mètres	Nage libre	Messieurs	Séries
				50 mètres	Papillon	Dames	Séries
				50 mètres	Papillon	Messieurs	Séries
				200 mètres	Dos	Dames	Séries
				200 mètres	Dos	Messieurs	Séries
				Relais	4X50 4N	Dames	Séries
				Relais	4X50 4N	Messieurs	Séries
				DIMANCHE			
Ouverture des portes 07h45 - 1er départ 09h15				Ouverture des portes 14h00 - 1er départ 15h00			
50 mètres	Brasse	Dames	Séries	50 mètres	Dos	Dames	Séries
50 mètres	Brasse	Messieurs	Séries	50 mètres	Dos	Messieurs	Séries
400 mètres	X4N	Dames	Séries	400 mètres	Nage libre	Dames	Séries
400 mètres	X4N	Messieurs	Séries	400 mètres	Nage libre	Messieurs	Séries
100 mètres	Dos	Dames	Séries	200 mètres	Brasse	Dames	Séries
100 mètres	Dos	Messieurs	Séries	200 mètres	Brasse	Messieurs	Séries
800 mètres	Nage libre	Dames	Séries	100 mètres	Papillon	Dames	Séries
800 mètres	Nage libre	Messieurs	Séries	100 mètres	Papillon	Messieurs	Séries
200 mètres	Papillon	Dames	Séries	200 mètres	Nage libre	Dames	Séries
200 mètres	Papillon	Messieurs	Séries	200 mètres	Nage libre	Messieurs	Séries
100 mètres	Nage libre	Dames	Séries				
100 mètres	Nage libre	Messieurs	Séries				

TEMPS LIMITE DAMES				TEMPS LIMITE MESSIEURS		
2010	2009	2008		2009	2008	2007
Jeunes 1	Jeunes 2	Jeunes 3	EPREUVES	Jeunes 1	Jeunes 2	Jeunes 3
39,15	37,2	33,25	50m NL	35,94	32,11	29,99
1,2914	1,1932	1,1353	100m NL	1,1728	1,0904	1,049
3,1651	2,5516	2,4549	200m NL	2,548	2,3782	2,3165
6,5366	5,5705	5,3888	400m NL	6,0131	5,2933	5,1021
14,1045	12,1756	11,3756	800m NL	13,0501	12,1933	10,5916
25,0111	23,4723	22,2461	1500m NL	23,4511	22,3546	20,5823
45,33	40,88	38,95	50m Dos	41,83	39,25	35,03
1,4193	1,338	1,2494	100m Dos	1,2891	1,2231	1,1527
3,4568	3,097	2,5808	200m Dos	3,1556	3,018	2,5063
51,36	45,86	42,84	50m Br	46,77	42,56	39,11
1,5142	1,387	1,3418	100m Br	1,3812	1,3194	1,2641
4,0015	3,3219	3,2837	200m Br	3,565	3,3168	3,1033
45,44	39,07	36,54	50m Pap	40,75	35,88	33,01
1,4141	1,3589	1,2915	100m Pap	1,2945	1,237	1,1587
4,0154	3,427	3,2856	200m Pap	3,4901	3,1955	2,5914
3,2187	3,0346	2,5819	200m 4N	3,1675	2,5631	2,4103
7,3023	6,5873	6,2517	400m 4N	6,5854	6,2953	6,15

Journée Jeunes – Plot 3			
	Compétition qualificative		 25m
	30 janvier 2022		Rochefort
	Jeunes	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 26 janvier 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.

Lors de cette 3^{ème} journée Jeunes, les avenirs pourront participer sur les épreuves de 100 mètres de spécialité réservés aux jeunes **si et seulement si** lors des 2 premiers plots avenirs les minimas sont réalisés à savoir :

- 50 Papillon : 0'55'00
- 50 Dos : 0'55'00
- 50 Brasse : 1'00'00
- 50 Nage Libre : 0'45'00

Ces nageurs, ainsi identifiés, pourront participer à 5 épreuves.

PROGRAMME ET HORAIRE :

30 janvier 2022 OP : 07h30 / DE : 09h00	30 janvier 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
100 Nage Libre 100 Papillon 400 Nage libre 100 Brasse 100 Dos	200 4 Nages 50 Nage Libre 50 Dos 200 Nage Libre 50 Papillon 50 Brasse

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves

Journée Jeunes – Plot 4			
	Compétition qualificative		 25m
	13 mars 2022		Royan
	Jeunes	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extraNat.fr avant le mercredi 09 Mars 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.

Lors de cette 4ème journée Jeunes, les avenir pourront participer sur les épreuves de 100 mètres de spécialité réservés aux jeunes **si et seulement si** lors des 3 premiers plots les minimas sont réalisés à savoir :

- 50 Papillon : 0'55'00
- 50 Brasse : 1'00'00
- 50 Dos : 0'55'00
- 50 Nage Libre : 0'45'00

De même, ils pourront s'engager sur le 200 NL, si et seulement si lors du 3ème plot le minima est réalisé à savoir :

- 100 Nage Libre : 1'40'00

Ces nageurs, ainsi identifiés, pourront participer à 5 épreuves.

PROGRAMME ET HORAIRE :

13 mars 2022 OP : 8h00 / DE : 9h00	13 mars 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
100 Papillon 200 4N 50 Dos 50 Brasse 100 NL	50 Papillon 100 Brasse 200 NL 100 Dos 50 NL

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque catégorie au cumul des 3 meilleures épreuves.

Interclubs Avenirs - Interclubs Jeunes			
	Compétition qualificative		 25m
	15 mai 2022		St Jean
	Avenirs / Jeunes	Compétition par équipe	
		Engagement : 10€ l'équipe à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 11 Mai 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

PROGRAMME ET HORAIRE :

15 mai 2022 OP : 8h00 / DE : 9h30	15 mai 2022 OP : 13h30 / DE : 14h30
R. 4X200 NL J D	R. 4X100 4N J D
R. 4X50 NL A D/M	100 PAP J M
R. 4X100 4N J M	100 4N A D
100 4N A M	100 BR J D
100 PAP J D	50 PAP A D/M
100 BR J M	50 NL A D/M
50 BR A D/M	100 NL J M
50 DOS A D/M	100 DOS J D
100 NL J D	R. 4X50 4N A D/M
100 DOS J M	R. 4X200 NL J M

RECOMPENSES :

Coupe et médailles aux 3 premières équipes de chaque catégorie

Interclubs Départementaux TC			
	Compétition d'Animation		 25m
	11 novembre 2021		Rochefort
	TC	Compétition par équipe	
		Engagement : 10€ l'équipe à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le vendredi 6 Novembre 23h59		

PROGRAMME ET HORAIRE :

11 novembre 2021 OP : 8h00 / DE : 9h00	11 novembre 2021 OP : 13h00 / DE : 14h00
10 X 50 Nage Libre D 10 X 50 Nage Libre M	4 X 200 Nage Libre M
100 Dos D 200 Dos M 100 Brasse D 200 Brasse M 100 Nage Libre D 400 Nage Libre M 100 Papillon D 200 Papillon M 100 4 Nages D 200 4 Nages M	200 Dos D 100 Dos M 200 Brasse D 100 Brasse M 400 Nage Libre D 100 Nage Libre M 200 Papillon D 100 Papillon M 200 4 Nages D 100 4 Nages M
4 X 200 Nage Libre D	4 X 100 4 Nages D 4 X 100 4 Nages M

RECOMPENSES :

Coupe et médailles aux 3^{èmes} équipes.

1 ^{ère} Journée 1/2 fond			
	Compétition qualificative		 25m
	14 novembre 2021		Rochefort
	TC	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 10 Novembre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :







400 4N, 800 et 1500 NL pour les jeunes, juniors et seniors
100 4N et 200 NL pour les avenirs

PROGRAMME ET HORAIRE :

14 novembre 2021 OP : 13h30 / DE : 14h30
200 Nage Libre Dames Avenirs 200 Nage Libre Mes. Avenirs
800 Nage Libre Dames Jeunes et+ 800 Nage Libre Mes. Jeunes et+
100 4 Nages Dames Avenirs 100 4 Nages Mes. Avenirs
400 4 Nages Dames Jeunes et+ 400 4 Nages Mes. Jeunes et+
1500 Nage Libre Dames Jeunes et+ 1500 Nage Libre Mes Jeunes et+

RECOMPENSES :

Par épreuve, les 3 premiers de chaque catégorie.

2 ^{ème} Journée 1/2 fond			
	Compétition qualificative		 25m
	06 février 2022 matin		Royan
	TC	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extraNat.fr avant le mercredi 2 février 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

400 4N, 800 et 1500 NL pour les jeunes, juniors et seniors
100 4N et 200 NL pour les avenirs

PROGRAMME ET HORAIRE :

06 février 2022 OP : 07h30 / DE : 09h00
200 Nage Libre Dames Avenirs 200 Nage Libre Mes. Avenirs
800 Nage Libre Dames Jeunes et+ 800 Nage Libre Mes. Jeunes et+
100 4 Nages Dames Avenirs 100 4 Nages Mes. Avenirs
400 4 Nages Dames Jeunes et+ 400 4 Nages Mes. Jeunes et+
1500 Nage Libre Dames Jeunes et+ 1500 Nage Libre Mes Jeunes et+

RECOMPENSES :

Par épreuve, les 3 premiers de chaque catégorie.

Grilles d'accès Jeunes aux compétitions départementales Juniors / Seniors

Conditions d'accès : avoir réalisé 2 temps de la grille

GRILLES DE TEMPS LIMITE							
Filles	Jeune 1	Jeune 2	Jeune 3	Garçons	Jeune 1	Jeune 2	Jeune 3
	11 ans	12 ans	13 ans		12 ans	13 ans	14 ans
50 NL	00:40,72	00:36,74	00:33,75	50 NL	00:35,30	00:32,97	00:30,02
100 NL	01:29,49	01:20,03	01:12,23	100 NL	01:17,98	01:10,14	01:04,57
200 NL	03:10,73	02:53,37	02:38,46	200 NL	02:48,79	02:33,32	02:20,91
400 NL	07:08,62	06:04,82	05:39,48	400 NL	06:04,29	05:32,77	05:12,66
800 NL	14:20,05	13:03,88	11:28,07	1500 NL	23:41,40	21:44,10	20:22,28
50 DOS	00:48,10	00:42,07	00:40,02	50 DOS	00:42,46	00:40,01	00:35,79
100 DOS	01:41,25	01:31,03	01:22,29	100 DOS	01:29,21	01:22,32	01:15,00
200 DOS	03:52,57	03:19,63	03:03,19	200 DOS	03:18,78	03:08,76	02:45,90
50 BRASSE	00:52,47	00:46,89	00:43,88	50 BRASSE	00:48,50	00:43,46	00:39,60
100 BRASSE	01:51,08	01:39,44	01:34,92	100 BRASSE	01:44,15	01:32,29	01:24,47
200 BRASSE	04:04,71	03:40,15	03:26,61	200 BRASSE	03:57,49	03:45,31	03:12,91
50 PAPILLON	00:48,80	00:40,26	00:37,27	50 PAPILLON	00:41,82	00:36,98	00:32,94
100 PAPILLON	01:55,06	01:34,58	01:25,31	100 PAPILLON	01:36,28	01:23,51	01:13,93
200 PAPILLON	04:09,08	03:56,47	03:23,59	200 PAPILLON	03:51,78	03:23,11	03:01,52
200 4 Nages	03:50,96	03:19,02	03:01,81	200 4 Nages	03:15,23	02:55,41	02:42,31
400 4 Nages	07:14,64	07:00,33	06:28,84	400 4 Nages	06:57,83	06:22,94	06:07,71

Concernant les Jeunes, il est favorable de continuer à les intégrer aux programmes Juniors / Seniors en conservant la grille de temps.

Néanmoins, afin de ne pas les pénaliser, ils pourront continuer à nager dans leur catégorie également.

Championnat Juniors / Seniors – Plot 1			
	Compétition qualificative		 50m
	28 novembre 2021		La Rochelle
	Juniors & +	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 24 Novembre 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.







Accès à la catégorie Jeune sur grille de temps - 2 temps sont nécessaires pour participer à cette compétition.

PROGRAMME ET HORAIRE :

28 novembre 2021 OP : 7h30 / DE : 9h00	28 novembre 2021 OP : 13h00 / DE : 14h00
400 NL Dames	400 NL Messieurs
100 Papillon M et D	200 BR D et M
50 Dos M et D	100 Dos D et M
200 NL Messieurs	50 Papillon D et M
100 BR D et M	200 NL Dames
200 Dos D et M	50 BR M et D
100 NL Dames	100 NL Messieurs
200 4N M et D	200 Papillon D et M
50 NL Messieurs	50 NL Dames

RECOMPENSES :

3 premiers de chaque épreuve

Meeting de l'Océan – Plot 2			
	Compétition qualificative		 50m
	26 & 27 février 2022		La Rochelle
	Juniors & +	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 23 Février 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.

Accès à la catégorie Jeune sur grille de temps - 2 temps sont nécessaires pour participer à cette compétition.

Chronométrage automatique

PROGRAMME ET HORAIRE :

26 février 2022 OP : 7h30 / DE : 9h00	26 février 2022 OP : 13h00 / DE : 14h00	27 février 2022 OP : 7h30 / DE : 9h00	27 février 2022 OP : 13h00 / DE : 14h00
50 Papillon Séries 100 Dos Séries 800 NL 50 Brasse Séries 100 NL Séries	Relais 4 X 50 NL 50 Papillon Finales B et A 200 Brasse 100 Dos Finales B et A 400 4N 50 Brasse Finales B et A 200 Papillon 100 NL Finales B et A	100 Papillon Séries 50 Dos Séries 400 NL 100 Brasse Séries 50 NL Séries	1500 NL 50 Dos Finales B et A 200 4N 100 Papillon Finales B et A 200 NL 100 Brasse Finales B et A 200 DOS 50 NL Finales B et A

RECOMPENSES :

Finales A & B, toutes catégories sur les 50 et 100 mètres
Classement au temps TC pour toutes les autres épreuves.

Meeting de l'Atlantique – Plot 3			
	Compétition qualificative		 50m
	7 & 8 mai 2022		La Rochelle
	Juniors & +	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 4 mai 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Le nombre d'épreuve par nageur n'est pas limité.

*Les horaires sont à titre indicatif et peuvent faire l'objet de modifications en fonction du nombre de participants et de la durée des réunions.

**Les pauses de 20 min sont prévues pour faciliter la récupération active ou la remise à l'eau/échauffement afin de pallier le manque de bassin de récupération.

PROGRAMME ET HORAIRE :

07 mai 2021 OP : 08h00 / DE : 9h15	07 mai 2021 OP : 14h30 / DE : 15h45	08 mai 2021 OP : 07h45 / DE : 09h00	08 mai 2021 OP : 13h30 / DE : 14h45
50 DOS D/M séries 50 BR D/M séries 100 PAP D/M séries 200 NL D/M séries PAUSE 20 min-** 800 NL D/M 200 DOS D/M 50 NL D/M séries Récompenses 800 NL et 200 DOS	400 4N 50 DOS D/M finales B/A 50 BR D/M finales B/A 200 NL D/M finales B/A Récompenses 400 4N, 50 DOS, 50 BR et 200 NL PAUSE 20 min- 200 BR D/M 50 NL D/M finales B/A Récompenses 200 BR et 50 NL	100 NL D/M séries 200 PAP D/M 100 BR D/M séries Récompenses 200 PAP PAUSE 20 min- 100 DOS D/M séries 1500 NL D/M 50 PAP D/M séries Récompenses 1500 NL	100 BR D/M finales B/A 400 NL D/M 100 DOS D/M finales B/A Récompenses 100 BR, 400 NL et 100 DOS PAUSE 20 min- 100 NL D/M finales B/A 200 4N D/M 50 PAP D/M finales B/A Récompenses 100 NL, 200 4N et 50 PAP

RECOMPENSES :

Finales A & B, toutes catégories sur les 50 et 100 mètres
Classement au temps TC pour toutes les autres épreuves

Coupe du nageur Complet – Plot 4			
	Compétition qualificative		 25m
	19 juin 2022		Pons
	Juniors / Seniors	Compétition individuelle	
		Engagement : 2€ l'épreuve à payer au CD17	
	Engagements par extranat.fr avant le mercredi 15 Juin 23h59		

REGLEMENT SPECIFIQUE A LA COMPETITION :

Accès à la catégorie Jeune sur grille de temps - 2 temps sont nécessaires pour participer à cette compétition.

PROGRAMME ET HORAIRE :

19 juin 2022 OP : 8h00 / DE : 9h00	19 juin 2022 OP : 13h00 / DE : 14h00
200 4N	200 NL
100 Dos	50 Dos
50 Brasse	100 Papillon
100 NL	50 NL
50 Papillon	100 Brasse

RECOMPENSES :

3 premiers de chacun des challenges suivants :

- 200 4N + 4 X 50m de spécialité
- 200 NL + 4 X 100m de spécialité



Annuel Règlement Natation Course 2021

Fédération Française de NATATION



ÉPREUVES	IMP 2019	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	Elite	N2
		1 ^{ère} année	2 ^{ème} année	3 ^{ème} année	1 ^{ère} année	2 ^{ème} année	3 ^{ème} année	4 ^{ème} année	Toutes années d'âge	
Années de naissance		2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004		
50 nage libre	24"18	31"45	30"10	29"38	28"79	28"26	27"85	27"58	26"91	27"99
100 nage libre	52"71	1'08"61	1'06"17	1'03"59	1'02"23	1'01"07	1'00"20	59"61	58"16	1'00"49
200 nage libre	1'55"25	2'27"84	2'23"82	2'18"31	2'15"17	2'12"65	2'10"75	2'09"49	2'06"33	2'11"38
400 nage libre	4'03"08	5'12"92	5'01"71	4'52"11	4'44"80	4'39"48	4'35"49	4'32"82	4'26"17	4'36"82
800 nage libre	8'18"38	10'34"65	10'34"65	9'58"42	9'45"04	9'34"11	9'25"91	9'20"44	9'06"77	9'28"64
1500 nage libre	15'51"05	21'00"19	21'00"19	19'39"48	18'44"79	18'23"77	18'08"00	17'57"49	17'31"21	18'13"26
50 dos	27"52	36"26	34"53	33"44	32"74	32"13	31"67	31"37	30"60	31"82
100 dos	58"72	1'18"68	1'13"72	1'11"83	1'10"88	1'09"55	1'08"56	1'07"90	1'06"24	1'08"89
200 dos	2'06"77	2'50"07	2'40"92	2'34"76	2'33"66	2'30"79	2'28"64	2'27"20	2'23"61	2'29"35
50 brasse	30"30	41"18	38"70	37"48	36"16	35"48	34"97	34"63	33"79	35"14
100 brasse	1'06"22	1'29"43	1'24"60	1'21"28	1'19"58	1'18"09	1'16"97	1'16"23	1'14"37	1'17"34
200 brasse	2'21"75	3'14"48	3'02"96	2'56"25	2'52"61	2'49"39	2'46"97	2'45"35	2'41"32	2'47"77
50 papillon	25"49	34"22	33"19	31"69	30"32	29"76	29"33	29"05	28"34	29"47
100 papillon	56"91	1'18"75	1'14"80	1'11"13	1'08"19	1'06"92	1'05"96	1'05"32	1'03"73	1'06"28
200 papillon	2'07"04	3'02"38	2'53"17	2'43"42	2'33"92	2'31"04	2'28"88	2'27"45	2'23"85	2'29"60
200 4 nages	2'09"05	2'50"12	2'43"06	2'35"83	2'35"18	2'32"28	2'30"11	2'28"66	2'25"03	2'30"83
400 4 nages	4'34"96	5'51"00	5'51"00	5'35"71	5'27"01	5'20"90	5'16"32	5'13"26	5'05"62	5'17"84
Championnats		Championnats Jeunes Grilles tous bassins PAS de conversion des temps			Championnats Juniors Open d'Été				Championnats Toutes Catégories	

ÉPREUVES	IMP 2019	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	Elite	N2
		1 ^{ère} année	2 ^{ème} année	3 ^{ème} année	1 ^{ère} année	2 ^{ème} année	3 ^{ème} année	4 ^{ème} année	Toutes années d'âge	
Années de naissance		2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003		
50 nage libre	21"50	29"53	27"61	26"41	25"73	25"13	24"66	24"30	23"71	24"66
100 nage libre	47"58	1'04"04	1'00"22	57"63	56"08	54"79	53"76	52"98	51"69	53"76
200 nage libre	1'45"25	2'20"56	2'13"31	2'05"97	2'03"21	2'00"37	1'58"10	1'56"40	1'53"56	1'58"10
400 nage libre	3'44"35	4'55"67	4'39"42	4'27"55	4'21"67	4'15"64	4'10"82	4'07"20	4'01"17	4'10"82
800 nage libre	7'43"29	9'48"23	9'48"23	9'19"59	9'03"09	8'50"57	8'40"56	8'33"05	8'20"54	8'40"56
1500 nage libre	14'44"36	18'42"88	18'42"88	17'35"11	17'18"52	16'54"59	16'35"45	16'21"09	15'57"16	16'35"45
50 dos	24"44	34"06	31"48	30"28	29"37	28"69	28"15	27"75	27"07	28"15
100 dos	52"74	1'12"11	1'08"47	1'05"15	1'03"59	1'02"13	1'00"95	1'00"08	58"61	1'00"95
200 dos	1'55"43	2'36"12	2'28"25	2'21"45	2'19"34	2'16"13	2'13"56	2'11"63	2'08"42	2'13"56
50 brasse	26"64	38"13	35"30	33"56	32"18	31"44	30"85	30"40	29"66	30"85
100 brasse	58"68	1'23"34	1'17"54	1'13"21	1'11"23	1'09"59	1'08"28	1'07"29	1'05"65	1'08"28
200 brasse	2'07"40	3'00"27	2'49"29	2'40"38	2'36"31	2'32"70	2'29"82	2'27"66	2'24"06	2'29"82
50 papillon	22"89	31"96	29"69	28"71	27"24	26"62	26"11	25"74	25"11	26"11
100 papillon	51"01	1'12"82	1'07"78	1'04"41	1'00"87	59"47	58"34	57"50	56"10	58"34
200 papillon	1'54"37	2'48"26	2'37"13	2'27"89	2'18"57	2'15"37	2'12"82	2'10"90	2'07"71	2'12"82
200 4 nages	1'56"81	2'38"90	2'29"38	2'23"16	2'20"49	2'17"25	2'14"66	2'12"72	2'09"48	2'14"66
400 4 nages	4'11"61	5'25"97	5'25"97	5'05"76	4'59"35	4'52"45	4'46"94	4'42"80	4'35"90	4'46"94