

# LIGUE ILE DE FRANCE DE NATATION



Île de France  
**NATATION**

## Règlements et Calendriers

du 1er janvier  
au 31 décembre 2024

**SAISON 2024**



*Credits photos : KMSP*

**VERSION DU 8 juillet 2024 :**

- Modification entête compétition Meeting régional Ile-de-France 25m JUN/SEN 13 au 15 décembre 2024

# NATATION COURSE

**Ligue Ile-de-France de Natation**

163 Boulevard Mortier 75020 Paris

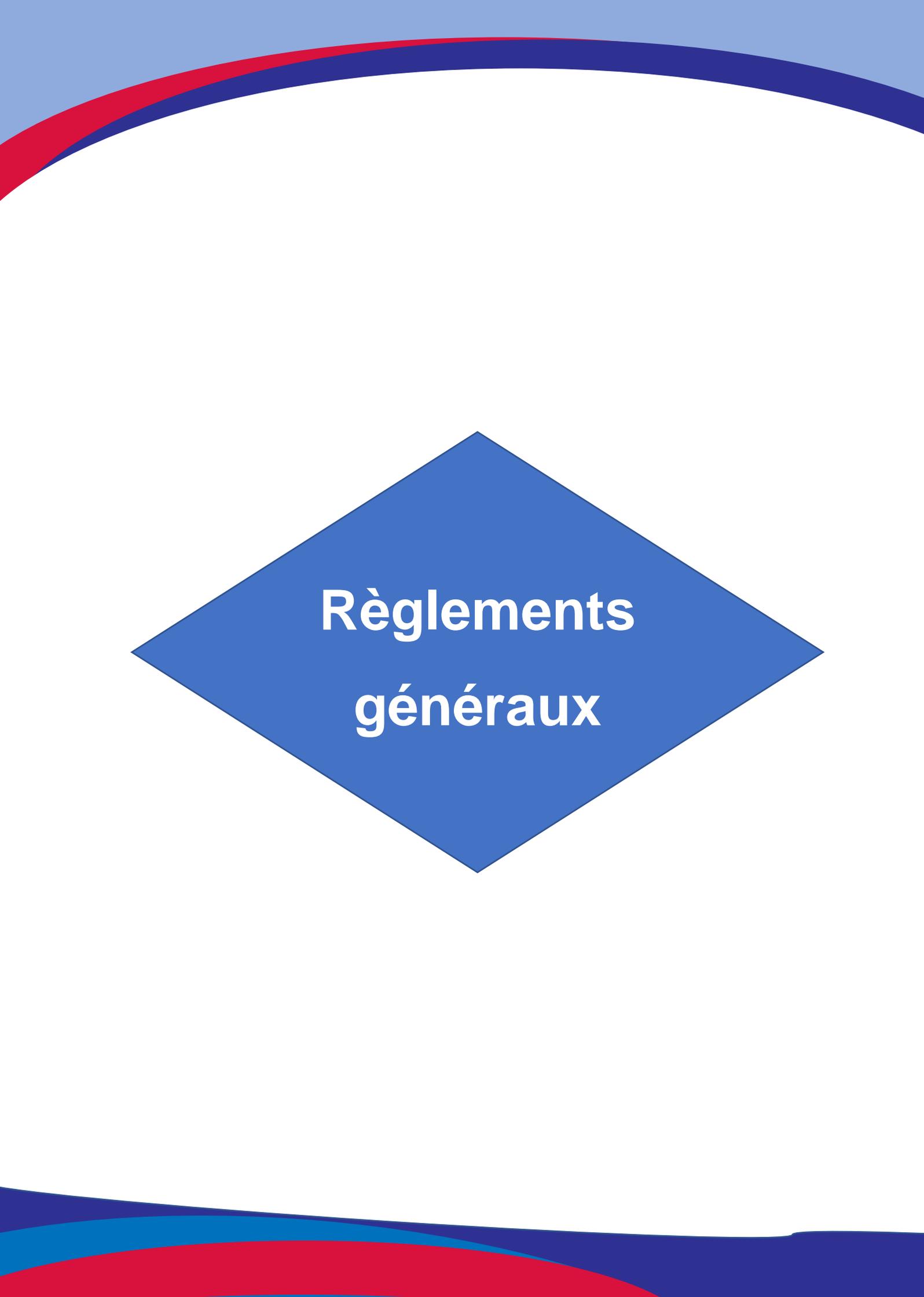
01 40 31 19 25

Internet : <http://www.lif-natation.fr>

Pour les engagements et résultats : [natation@lif-natation.fr](mailto:natation@lif-natation.fr)

# Sommaire

Règlements généraux .....	3
Calendrier fédéral et régional .....	5
Dispositions réglementaires communes .....	6
Les catégories d'âges .....	8
Les classements .....	10
Règlement Sportif .....	11
Compétitions Avenirs.....	12
Compétitions Benjamins .....	12
Parcours Juniors Séniors et grilles .....	14
Coupe IDF des Départements .....	16
Meeting régional Ile de France 50m.....	17
Webconfront@tion N°1 .....	18
Meeting Francily 2024 .....	19
Webconfront@tion N°2 .....	20
Coupe de France des Départements .....	21
Championnat régional Benjamins 50m .....	22
Championnats nationaux Interclubs TC en bassin de 25m .....	23
Championnat régional Benjamins 25m .....	27
Championnat régional Juniors/séniors 25m .....	28



# Règlements généraux

## Explication des icônes pour les compétitions

	Type de bassin (25 ou 50 mètres)
	Type d'organisation (régionale, poules géographiques, etc.)
	Statut fédéral (animation, référence)
	Dates de la compétition
	Nageurs et catégories concernés par la compétition
	Dates à retenir

## Calendrier fédéral et régional

COMPETITIONS	DATES
Coupe IDF des départements (dates protégées Benj. et Juniors)	21 janvier 2024
<b>DATE LIMITE QUALIFICATION MEETING REGIONAL</b>	<b>Lundi 29 janvier 2024</b>
Meeting régional Ile-de-France	<b>Vendredi 9 au dimanche 11 février 2024</b>
Giant Open	Samedi 23 au dimanche 24 mars 2024
<b>DATE LIMITE QUALIFICATION WEBCONFONT@TION N°1</b>	<b>Lundi 18 mars 2024</b>
Webconfont@tion N°1 (dates protégées Jun/Sén)	Samedi 30 mars au lundi 1 <sup>er</sup> avril 2024
Championnats de France Juniors 50m	Mardi 16 au dimanche 21 avril 2024
Meeting National Francily	<b>Vendredi 3 au dimanche 5 mai 2024</b>
Championnats de France N2 50m	Jeudi 16 au dimanche 19 mai 2024
<b>DATE LIMITE QUALIFICATION WEBCONFONT@TION N°2</b>	<b>Lundi 3 juin 2024</b>
Coupe de France des Départements (date protégée Benjamins)	Samedi 8 juin 2024 (date modifiée le 5/04)
Webconfont@tion N°2 (dates protégées Jun/Sén)	Samedi 15 au lundi 17 juin 2024 (date modifiée le 5/04)
<b>DATE LIMITE QUALIFICATION WEBCONFONTATION BENJAMINE</b>	<b>Lundi 17 juin 2024</b>
Championnats de France Elite 50m	Dimanche 16 au vendredi 21 juin 2024
Webconfontation Champ. régionaux benj. (dates protégées Benj.)	<b>Dimanche 30 juin et lundi 1er juillet 2024</b>
Championnats de France Open d'été 50m	Mardi 16 au dimanche 21 juillet 2024
Championnats de France Elite 25m	Jeudi 7 au dimanche 10 novembre 2024
Interclubs TC (dates protégées) Poule R1 voir clubs qualifiés	Samedi 16 et dimanche 17 novembre 2024
<b>DATE LIMITE QUALIFICATION REGIONAUX BENJAMINS</b>	<b>Lundi 18 novembre 2024</b>
Championnat régional Benj. 25m (dates protégées pour les qualifiés)	Sam. 30 novembre et dim. 1er décembre 2024
<b>DATE LIMITE QUALIFICATION MEETING REGIONAL 25m</b>	<b>Lundi 2 décembre 2024</b>
Championnat de France Juniors	Jeudi 5 au samedi 8 décembre 2024
Finale Nationale Coupe de France des Départements	Jeudi 12 décembre 2024
Championnats de France Benjamins 50m	Samedi 16 au Lundi 18 décembre 2024
Meeting régional Ile de France 25m (dates protégées Juniors Séniors)	Vendredi 13 au dimanche 15 décembre 2024

■ **Dates imposées aux calendriers départementaux**

COMPETITIONS	DATES
<b>Saison 2024 (à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2024) :</b>	
Date limite organisation Interclubs Benjamins	17 juin 2024
Date limite organisation Interclubs Avenir	15 décembre 2024

- **Dates protégées régionales :** Les compétitions ne respectant pas les dates protégées seront supprimées des serveurs fédéraux.
- **Meetings labellisés régionaux :** Les demandes de labellisation régionale pour vos meetings sont à réaliser avant le **30 juin 2024** pour les meetings avant le 31 décembre et avant le **1<sup>er</sup> décembre** pour les meetings après le 1<sup>er</sup> janvier 2025. **Formulaire de demande de labellisation :** <https://forms.office.com/r/aTeXFSAfzi> **Toute demande non conforme au cahier des charges sera refusée**

# Dispositions réglementaires communes à toutes les compétitions régionales

## ■ Modalités d'engagements

- 1- Merci de vérifier le règlement de la compétition et de vérifier les éventuelles listes qualificatives associées
- 2- Les engagements sont réalisés par les clubs sur extranat.fr (seuls les temps de la base fédérale pourront être pris en compte, sans temps les nageuses et nageurs seront engagés « AT » pour absence de temps si le règlement l'y autorise).
- 3- **Les engagements non conformes aux éventuelles listes qualificatives seront rejetés et seront frappés d'une amende correspondant aux conditions tarifaires d'un forfait en + du montant de l'engagement.**

**A titre exceptionnel**, les engagements déposés **après la fermeture de la procédure Extranat** seront enregistrés jusqu'à la 1ère demi-heure qui suit l'Ouverture des Portes de la 1ère réunion et **facturés 45 euros pour une épreuve individuelle, 90 euros pour une épreuve de relais et 300 euros par équipe.**

## ■ Engagements conditions tarifaires

Une avance sur engagements sera demandée, par le Trésorier de la Ligue Régionale, à tous les clubs participant à des compétitions. Aucun club ne pourra participer à une compétition régionale s'il n'a pas réglé la somme exigée. Pour les clubs organisateurs, nous appliquons la gratuité des engagements sur la compétition qu'ils organisent.

Pour toutes les compétitions individuelles :

	Tarifs de base Clubs franciliens 100% Licences	Tarifs majorés Clubs n'étant pas 100% Licences ou non franciliens
Engagements Indiv	6 €	10 €
Engagements Relais	12 €	20 €
Meeting Francily	10 €	10 €

Pour les compétitions Interclubs, les droits d'engagement par équipe et par sexe sont fixés à

	Tarifs de base Clubs franciliens 100% Licences	Tarifs majorés Clubs n'étant pas 100% Licence ou non franciliens
Interclubs	60 €	100 €

## ■ Forfaits

### ■ Sur les engagements

Par esprit sportif, afin que les compétitions se déroulent dans les meilleures conditions, nous demandons aux clubs de nous informer des non-participants aux différentes épreuves dès qu'ils en ont connaissance.

**Les forfaits arrivant moins de 72 heures avant le début de la compétition seront frappés d'une pénalité équivalant au tarif de l'engagement correspondant, en plus du montant de l'engagement (sauf Francilly', aucune amende).**

#### ■ Pour les finales

**Pour les qualifications en finale**, les forfaits doivent obligatoirement être déclarés **au plus tard dans les 30 minutes suivant l'annonce des qualifiés de l'épreuve considérée**. Tout nageur classé dans une épreuve est considéré comme réserviste jusqu'à 30 mn après la première annonce des nageurs qualifiés.

Un nageur non qualifié directement en finale peut également déclarer forfait s'il ne désire pas participer à une finale en cas de place vacante.

**Les forfaits non déclarés en finale seront frappés d'une amende de 85 € (100 € pour les clubs non 100% licences)** sauf en cas de maladie ou blessure survenant entre les séries et les finales. Dans ce cas, un certificat médical sera exigé.

#### ■ Pour les compétitions par équipe

Toute équipe qualifiée en poule régionale est tenue d'y participer (Championnats Interclubs toutes catégories et Interclubs Jeunes).

En cas de forfait, l'amende appliquée sera de :

- déclaré plus de 72 heures avant la compétition : 300 € (400 € pour les clubs non 100% licences).
- déclaré moins de 72 heures avant la compétition : 500 € (600 € pour les clubs non 100% licences).

L'amende pour la R1 ne sera pas appliquée si le forfait du club est général pour la compétition considérée (poule régionale **et** poules départementales) **ou si le club ne se qualifie pas pour la R1 pour la saison suivante à l'issu des interclubs.**

**En cas de forfait d'une équipe en poule géographique, après parution de la répartition des équipes sur le site internet, une amende de 60 € (80 € pour les clubs non 100% licences) sera appliquée.**

#### ■ Récompenses

Dans certaines compétitions, en plus des médailles, des lots pourront être remis soit aux premiers, soit aux meilleures performances à la table de cotation fédérale, soit aux clubs sur le classement élite de la compétition. Ces lots ne seront remis au récipiendaire que s'il est présent au moment de la remise.

#### ■ Transmission des résultats

Les résultats sont remontés directement sur les fédéraux à partir de l'application Extranat Pocket. Si la compétition n'est pas en ligne, alors l'organisateur doit envoyer la FFNex directement à la Fédération Française de Natation par mail, avec en copie la Ligue.

**En cas de non-respect de ces règles, aucune réclamation ne sera acceptée au niveau des compétitions régionales.**

Pour l'ensemble des compétitions individuelles et de relais, qualificatives et de référence, la « règle d'un seul départ » sera appliquée.

Pour les compétitions par équipe, la « règle des deux départs » sera appliquée.

## Précisions concernant la désignation des jurys pour les compétitions de la LIFN

### ➤ Officiels – Dispositions générales de la Ligue Ile-de-France Natation

- **Mise en application de l'article SW3.2.5**

Pour toutes les compétitions au calendrier régional y compris les meetings, les nageurs devront se présenter à la chambre d'appel au plus tard 20 mn avant le début de leur course et y rester. Il ne sera pas fait d'appel au micro pour les nageurs absents.

- **Nombre d'officiels à présenter**

Pour les différentes compétitions individuelles, les clubs devront présenter un officiel à partir de cinq nageurs engagés et ce pour chaque réunion de la compétition. En cas de non-respect de cette disposition, ils devront s'acquitter d'une pénalité de 45 € par réunion (60 € pour les clubs non 100% licences).

Les officiels désignés (Juge(s) Arbitre(s) et Starter(s)) par la commission des officiels compteront dans le quota de leur club quelque-soit le lieu de leur participation. Il est possible pour un officiel d'un club ayant moins de 5 nageurs d'officier.

Pour les compétitions par équipe, les clubs devront présenter un officiel par équipe engagée (poule régionale ou départementales) et ce pour chaque réunion de la compétition :

1 équipe = 1 officiel

à l'exception des deux compétitions Interclubs ci-dessous :

- **Cas particulier des Interclubs TC Poule R1 et Benjamins**

1 officiel par **club engagé** et non par équipe. En cas de non-respect de cette clause, le club devra s'acquitter d'une pénalité de 45 € par officiel manquant (60 € pour les clubs non 100% licences).

- **Cas des compétitions de sélections départementales**

Chaque département devra désigner 4 officiels dont un officiel ayant le titre de « Juge ».

La listes des officiels doit être envoyée au Président de la commission des officiels 8 jours avant la compétition.

- **Cas particulier des compétitions « Indoor » du calendrier Eau Libre**

Pour les compétitions « Indoor » du calendrier Eau Libre régional, l'application du règlement général ne permet pas d'être sûr de pouvoir organiser les séries avec au moins 2 nageurs par ligne.

Dans ces conditions, les clubs devront présenter des officiels suivant les dispositions ci-dessous :

- A partir 3 nageurs engagés → 1 officiel
- A partir 6 nageurs engagés → 2 officiels
- 10 nageurs et plus engagés → 3 officiels

En cas de non-respect de ces dispositions, le club s'acquittera d'une pénalité de 45 € par officiel manquant (60 € pour les clubs non 100% licences).

### ➤ Jury

Pour les compétitions régionales et interrégionales, la commission des officiels de la Ligue convoquera un jury qui sera constitué à minima par :

- 2 juges arbitres\*, 2 starters, 2 juges de nage, 6 ou 8 chronométreurs, 1 chambre d'appel

Parmi ce jury (\*), le Comité Départemental désigné par la commission des officiels pourra nommer :

- 1 juge arbitre, 1 starter

Ne sont pas concernées par ces dispositions, les compétitions suivantes :

- Les poules géographiques des Interclubs toutes catégories
- Les poules départementales des Interclubs benjamins et Avenirs en cas d'organisation

Un comité départemental, s'il le souhaite, pourra prendre en charge la convocation du jury pour une compétition se déroulant dans son département.

#### ➤ **Arrivée des officiels**

Les participants au jury doivent se présenter dès l'ouverture des portes auprès du Juge Arbitre.

#### ➤ **Table/Secrétariat**

Elle est composée suivant la compétition :

- Du ou de la délégué(e)
- D'un Gestionnaire extraNat-pocket
- D'un gestionnaire de chronométrage (si installé)
- D'un speaker

#### ➤ **Délégué**

Sur proposition de la commission sportive, le délégué sera désigné en bureau par le Président de la Ligue.

Le délégué sera président du jury d'appel et nommera donc les membres qui l'assisteront. La commission des officiels recommande que les entraîneurs ne fassent pas partie de ce jury.

**Les catégories d'âges : Attention, modifications notables des catégories !**

<b>A PARTIR DU 1<sup>er</sup> JANVIER 2024 (Telles que définies par la FFN)</b>		
<b>Dames et Messieurs</b>		
<b>AVENIRS</b>	11 ans et moins	2013 et après
<b>BENJAMINS</b>	12-13 ans	2012 à 2011
<b>JUNIORS</b>	14-18 ans	2010 à 2006
<b>SENIORS</b>	19 ans et plus	2005 et avant

<b>Vacances Scolaires 2024</b>	
<b>Académies Paris - Créteil - Versailles</b>	
Hiver 2024	Du samedi 10 février au lundi 26 février 2024
Printemps 2024	Du samedi 6 avril au lundi 22 avril 2024
Été 2024	A partir du samedi 6 juillet 2024
Rentrée des élèves 2024	Lundi 2 septembre 2024
Automne 2024	Du samedi 19 octobre au lundi 4 novembre 2024
Noël 2024	Du samedi 21 décembre 2024 au lundi 6 janvier 2025

## Les classements

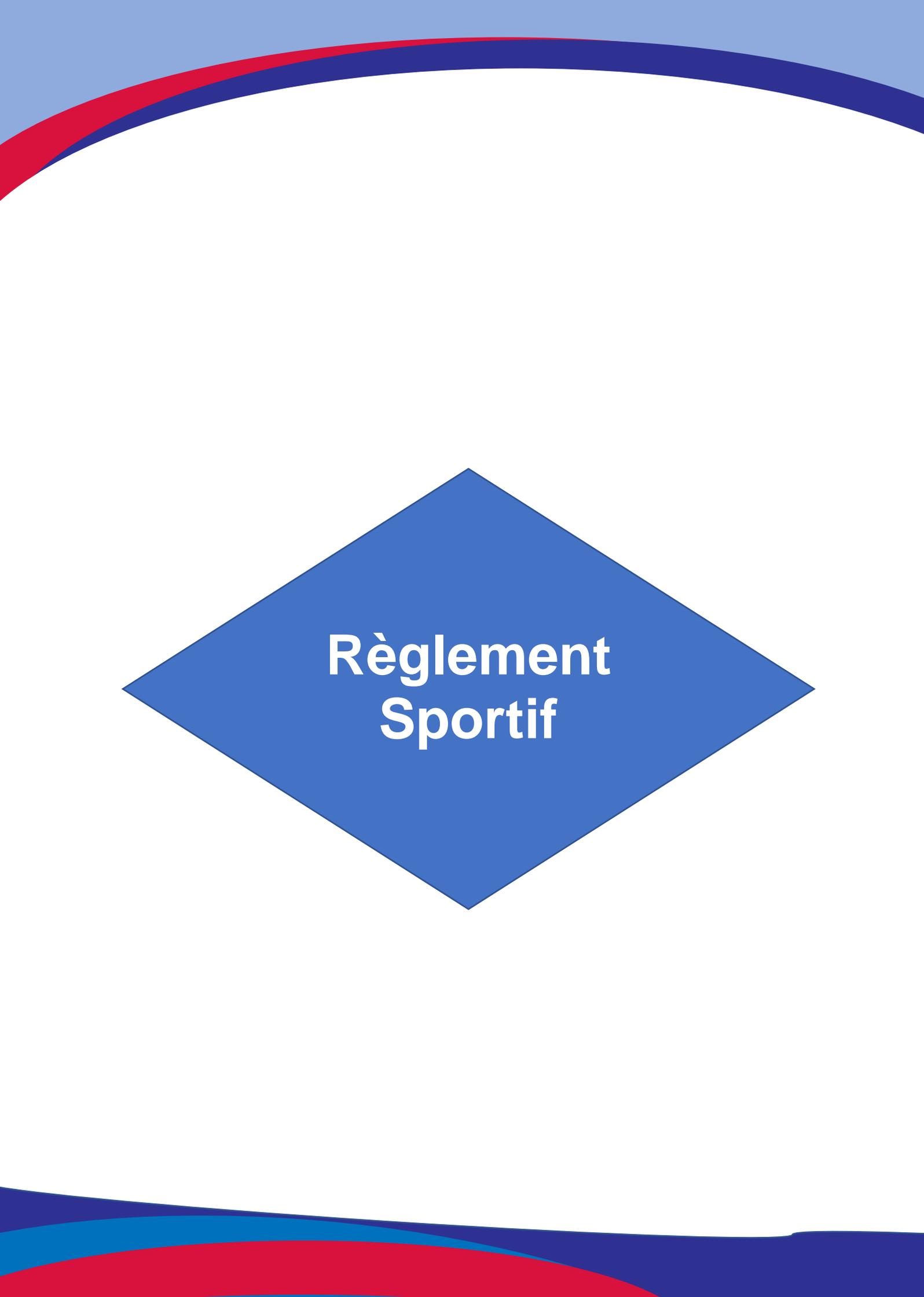
### ■ Classement « Clubs élite mixte d'Ile-de-France »

Le classement « clubs élite mixte d'Ile-de-France » est basé sur les performances réalisées au cours des championnats nationaux.

Un classement récapitulatif des 5 compétitions sera réalisé à l'addition des points marqués par chaque club au classement fédéral des structures :

1 <sup>er</sup> club :	1200 €
2 <sup>ème</sup> club :	900 €
3 <sup>ème</sup> club :	600 €
4 <sup>ème</sup> au 7 <sup>ème</sup> club :	400 €
8 <sup>ème</sup> au 10 <sup>ème</sup> club :	200 €

**Pour valoriser et promouvoir le classement** « clubs élite mixte d'Ile-de-France », les récompenses seront remises à l'Assemblée Générale annuelle de la Ligue Régionale au représentant des clubs présents. **Les clubs absents ne seront pas récompensés.**



# Règlement Sportif

ENF : Document à lire en entier [ICI](#)

**1) Accès direct à la compétition :** Les nageur(eus)s de 11 ans et plus (né(e)s en 2013 et avant), titulaires d'une licence compétition, peuvent accéder librement aux compétitions.

**2) Test sécuritaire préalable à l'accès à la compétition :** Les nageurs et nageuses de 10 ans et moins (nées en 2014 et après) doivent préalablement disposer, à minima, du test du Savoir-Nager en sécurité et d'une licence compétition avant d'accéder à la compétition.

**Aménagement sur l'interdiction de vêtements techniques pour les Benjamins et moins :**

<https://iledefrance.ffnatation.fr/rsc/1592/fichiers/dossiers/6184.pdf>

## Compétitions Avenirs

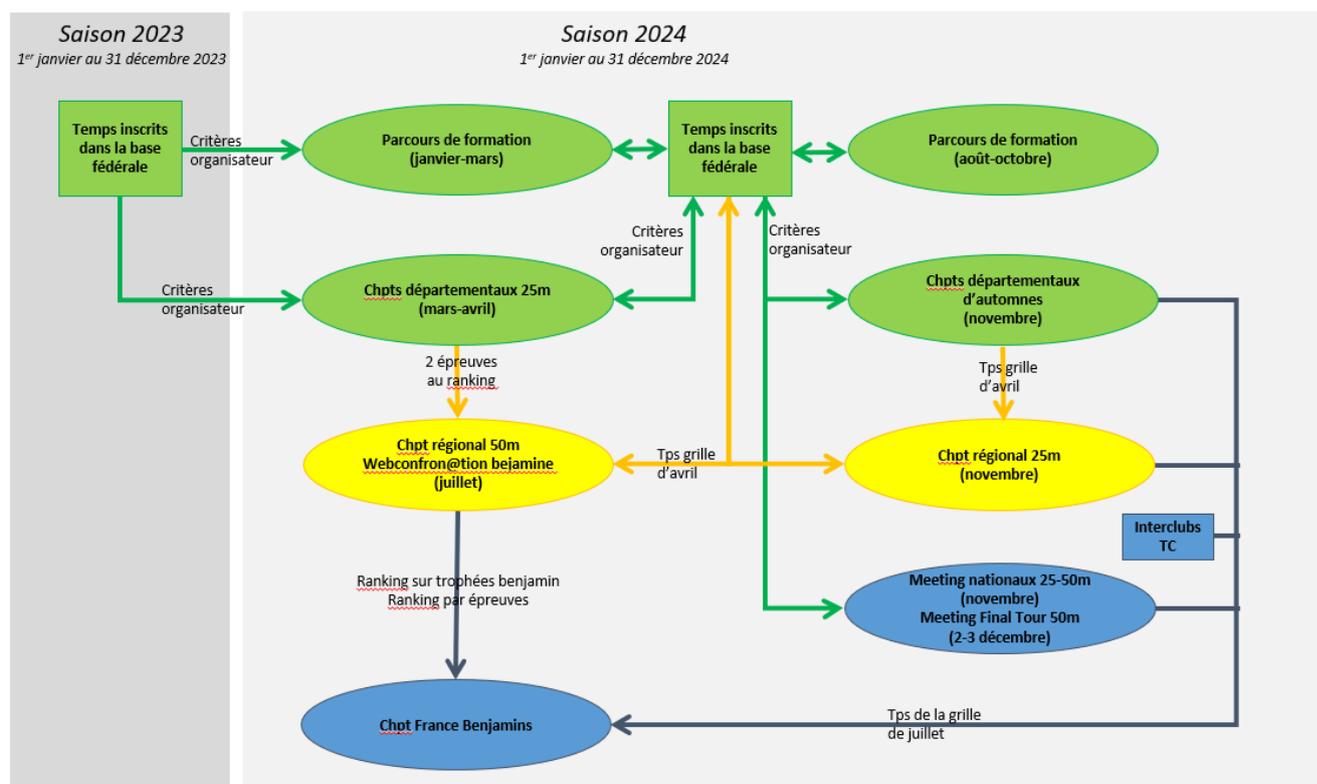
Le parcours individuel Avenirs est géré entièrement par les départements que ce soit au niveau organisationnel qu'au niveau réglementaire, mais toujours dans le respect du règlement FFN et ENF.

Les trophées Avenirs : voir règlement FFN

Les Interclubs Avenirs seront organisés par les départements : Date limite 17 décembre 2024

## Compétitions Benjamins A partir du 1<sup>er</sup> janvier 2024

### Parcours Benjamins



- ⇒ **Une période de formation de Janvier à Mars** : laissée à l'initiative des départements, l'aspect formateur doit être prépondérant, l'aspect performance doit être secondaire. Cette période doit être propice à l'innovation.
- ⇒ **Une période de Validation d'Avril à Juillet** : Cette période laisse place à la performance et aux qualifications. Notamment avec la mise en place de **championnats départementaux 25m qui devront être organisés entre le 9 mars et le 21 avril**. (une seule date par département et non ouvert aux clubs des autres départements)

Les championnats départementaux durant la période, serviront de qualification pour les championnats régionaux benjamins de Juillet 2024.

### **2 manières de se qualifier aux régionaux benjamins de juillet 2024 :**

- 1) **Par Ranking** : après concaténations des résultats des championnats départementaux 25m. Les nageuses et nageurs seront qualifiés aux régionaux benjamins de juillet **dès lors qu'ils rentrent sur 2 courses dans les Rankings**, Ils/elles pourront nager ce qu'ils/elles souhaitent aux régionaux benjamins de Juillet.

### **Rankings par années d'âges :**

*800 NL, 1500 NL, 200 papillon et 400 4N pour les benjamin(e)s 2 uniquement cf règlement fédéral*

- **50 Mètres et 100 Mètres** : 16 premiers et premières
- **200 Mètres** : 12 premiers et premières
- **400 Mètres** : 10 premiers et premières
- **800 Mètres et 1500 Mètres**: 8 premiers et premières

***Ce dispositif étant nouveau, des simulations ont été réalisées, la Ligue se réserve le droit de modifier les niveaux de Ranking et/ou les temps de qualification en fonction des performances réalisées lors des championnats départementaux Benjamins afin de coller au plus près de la réalité à l'instant T.***

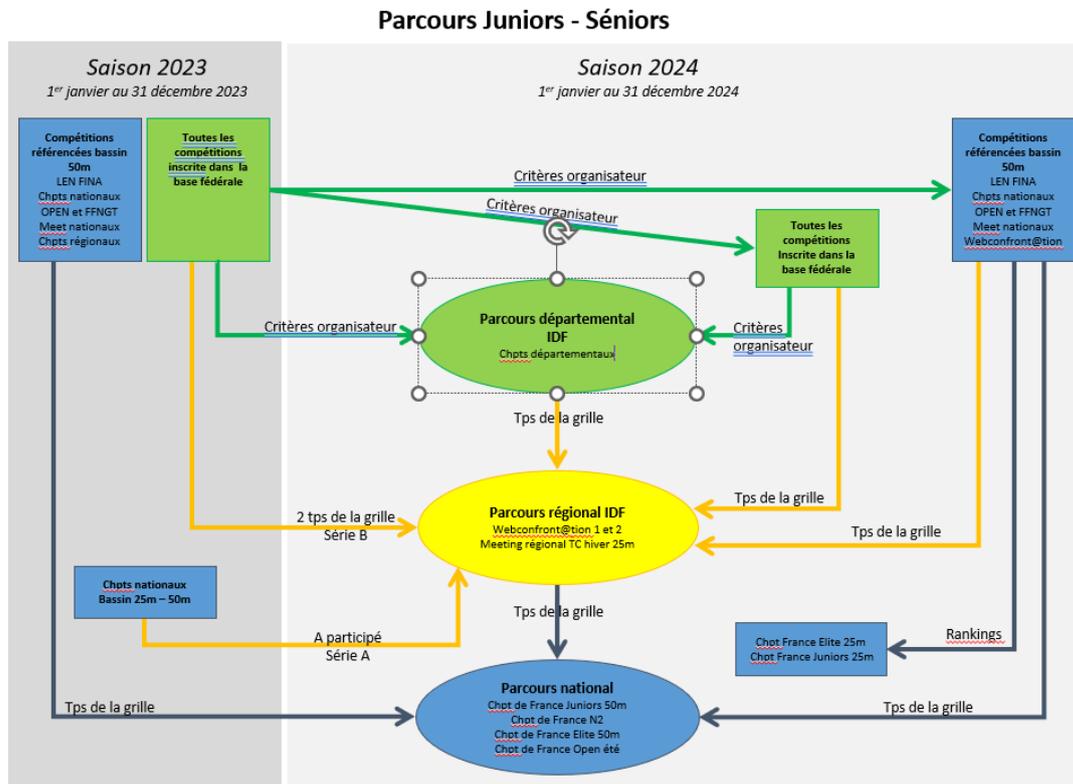
- 2) **Par temps qualificatifs** : Une grille de temps sur chaque épreuve sera construite à la suite des championnats départementaux 25m, en direct relation avec les rankings. Les nageuses et nageurs pourront nager uniquement les nages dans lesquelles ils sont qualifiés (aucune course complémentaire autorisée). Nous prendrons tous les temps de la base du 1<sup>er</sup> janvier 2024 au 17 juin 2024.

**Pour le championnat régional benjamins des 30 novembre et 1<sup>er</sup> décembre** la liste des qualifiés sera reconduite agrémentée des nageuses et nageurs ayant réalisé les temps de la grille entre le 17 juin 2024 et le 18 novembre 2024. (Attention : il n'y aura pas d'ajout dans la liste des nageuses et nageurs qualifiés par Ranking, uniquement sur celle « Par temps qualificatifs »)

**Date limite organisation Interclubs Benjamins par les départements : 17 juin 2024**

## Parcours Juniors Séniors

Un parcours régional avec 4 compétitions majeures pour notre région : 2 meetings régionaux et 2 webconfrontations



## Séries A, Séries B et Séries C

Le principe est le même que la saison passée :

- ⇒ Qualification en fonction de sa participation aux échéances nationales du 1<sup>er</sup> janvier 2023 et jusqu'au 31 décembre 2023. Toutes les nages seront accessibles : **c'est la série A.**
- ⇒ Qualification sur tous les temps réalisés présent dans la base fédérale entre le 1<sup>er</sup> janvier 2023 et jusqu'au 31 décembre 2023. A savoir réaliser 2 temps dans la grille régionale. Toutes les nages seront accessibles : **c'est la série B (il faut prendre la catégorie anticipée de 2024 !).**
- ⇒ **Pour la série C (ne rentrant ni en A ni en B),** qualification uniquement sur les courses dans lesquelles ils se qualifient (voir grille de temps) + 1 épreuve complémentaire au choix. **Tous les temps à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2024** de la base fédérale seront pris en compte. (Dates limites de prise en compte des performances pour chaque compétition, voir calendrier). La liste des qualifiés sera régulièrement actualisée et disponible sur le site internet.

**ATTENTION : Pour le meeting régional de Janvier 2024, les règles sont différentes. Seuls les 2009 et 2010 des séries A peuvent participer. Les nageuses et nageurs de la série B actualisée pour 2024 pourront y nager sans restriction. Les autres nageuses et nageurs pourront s'y qualifier à partir des temps de 2023 jusqu'au 29 janvier 2024. (en utilisant les catégories d'âge de 2024 appliquée sur la nouvelle grille régionale)**

## GRILLE REGIONALE (Identique à la saison 2023) :

Epreuves	DAMES (50m)					Epreuves	MESSIEURS (50m)					
	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et +		14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans et +
50 NL	00:31,55	00:30,96	00:30,38	00:29,94	00:29,21	50 NL	00:29,16	00:28,17	00:27,65	00:27,13	00:26,60	00:26,08
100 NL	01:08,40	01:07,13	01:05,86	01:04,91	01:03,33	100 NL	01:04,07	01:01,48	01:00,34	00:59,20	00:58,06	00:56,93
200 NL	02:29,13	02:26,37	02:23,60	02:21,53	02:18,08	200 NL	02:21,18	02:15,08	02:12,58	02:10,08	02:07,58	02:05,07
400 NL	05:19,21	05:13,30	05:07,38	05:02,95	04:55,56	400 NL	05:00,49	04:46,77	04:41,45	04:36,14	04:30,83	04:25,52
800 NL	10:56,05	10:43,90	10:31,75	10:22,64	10:07,45	800 NL	10:19,26	09:55,75	09:44,72	09:33,69	09:22,65	09:11,62
1500 NL	20:52,59	20:29,40	20:06,20	19:48,80	19:19,81	1500 NL	19:52,26	18:56,95	18:35,90	18:14,84	17:53,79	17:32,73
50 Dos	00:35,83	00:35,17	00:34,50	00:34,01	00:33,18	50 Dos	00:33,44	00:31,83	00:31,24	00:30,65	00:30,06	00:29,47
100 Dos	01:17,41	01:15,98	01:14,55	01:13,47	01:11,68	100 Dos	01:11,86	01:08,74	01:07,47	01:06,20	01:04,93	01:03,65
200 Dos	02:47,67	02:44,56	02:41,46	02:39,13	02:35,25	200 Dos	02:35,60	02:30,11	02:27,33	02:24,55	02:21,77	02:18,99
50 Bra.	00:40,20	00:39,46	00:38,71	00:38,16	00:37,23	50 Bra.	00:36,63	00:35,42	00:34,77	00:34,11	00:33,45	00:32,80
100 Bra.	01:27,57	01:25,95	01:24,33	01:23,11	01:21,09	100 Bra.	01:20,56	01:17,22	01:15,79	01:14,36	01:12,93	01:11,50
200 Bra.	03:08,09	03:04,61	03:01,12	02:58,51	02:54,16	200 Bra.	02:53,30	02:47,15	02:44,05	02:40,96	02:37,86	02:34,77
50 Pap.	00:33,32	00:32,71	00:32,09	00:31,63	00:30,85	50 Pap.	00:31,08	00:29,89	00:29,34	00:28,79	00:28,23	00:27,68
100 Pap.	01:15,43	01:14,03	01:12,63	01:11,59	01:09,84	100 Pap.	01:09,01	01:06,25	01:05,02	01:03,79	01:02,57	01:01,34
200 Pap.	02:48,09	02:44,98	02:41,87	02:39,53	02:35,64	200 Pap.	02:37,84	02:30,02	02:27,24	02:24,46	02:21,69	02:18,91
200 4 N.	02:51,59	02:48,42	02:45,24	02:42,86	02:38,88	200 4 N.	02:38,45	02:33,21	02:30,38	02:27,54	02:24,70	02:21,86
400 4 N.	06:01,87	05:55,17	05:48,47	05:43,44	05:35,06	400 4 N.	05:45,34	05:28,41	05:22,33	05:16,25	05:10,16	05:04,08
Epreuves	DAMES (25m)					Epreuves	MESSIEURS (25m)					
	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et +		14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans et +
50 NL	00:30,85	00:30,26	00:29,68	00:29,24	00:28,51	50 NL	00:28,46	00:27,47	00:26,95	00:26,43	00:25,90	00:25,38
100 NL	01:06,80	01:05,53	01:04,26	01:03,31	01:01,73	100 NL	01:02,47	00:59,88	00:58,74	00:57,60	00:56,46	00:55,33
200 NL	02:25,73	02:22,97	02:20,20	02:18,13	02:14,68	200 NL	02:17,78	02:11,68	02:09,18	02:06,68	02:04,18	02:01,67
400 NL	05:11,71	05:05,80	04:59,88	04:55,45	04:48,06	400 NL	04:52,99	04:39,27	04:33,95	04:28,64	04:23,33	04:18,02
800 NL	10:40,05	10:27,90	10:15,75	10:06,64	09:51,45	800 NL	10:03,26	09:39,75	09:28,72	09:17,69	09:06,65	08:55,62
1500 NL	20:22,59	19:59,40	19:36,20	19:18,80	18:49,81	1500 NL	19:22,26	18:26,95	18:05,90	17:44,84	17:23,79	17:02,73
50 Dos	00:34,33	00:33,67	00:33,00	00:32,51	00:31,68	50 Dos	00:31,94	00:30,33	00:29,74	00:29,15	00:28,56	00:27,97
100 Dos	01:15,01	01:13,58	01:12,15	01:11,07	01:09,28	100 Dos	01:09,46	01:06,34	01:05,07	01:03,80	01:02,53	01:01,25
200 Dos	02:42,77	02:39,66	02:36,56	02:34,23	02:30,35	200 Dos	02:30,70	02:25,21	02:22,43	02:19,65	02:16,87	02:14,09
50 Bra.	00:39,40	00:38,66	00:37,91	00:37,36	00:36,43	50 Bra.	00:35,83	00:34,62	00:33,97	00:33,31	00:32,65	00:32,00
100 Bra.	01:25,57	01:23,95	01:22,33	01:21,11	01:19,09	100 Bra.	01:18,56	01:15,22	01:13,79	01:12,36	01:10,93	01:09,50
200 Bra.	03:03,09	02:59,61	02:56,12	02:53,51	02:49,16	200 Bra.	02:48,30	02:42,15	02:39,05	02:35,96	02:32,86	02:29,77
50 Pap.	00:32,72	00:32,11	00:31,49	00:31,03	00:30,25	50 Pap.	00:30,48	00:29,29	00:28,74	00:28,19	00:27,63	00:27,08
100 Pap.	01:14,13	01:12,73	01:11,33	01:10,29	01:08,54	100 Pap.	01:07,71	01:04,95	01:03,72	01:02,49	01:01,27	01:00,04
200 Pap.	02:44,99	02:41,88	02:38,77	02:36,43	02:32,54	200 Pap.	02:34,74	02:26,92	02:24,14	02:21,36	02:18,59	02:15,81
200 4 N.	02:48,09	02:44,92	02:41,74	02:39,36	02:35,38	200 4 N.	02:34,95	02:29,71	02:26,88	02:24,04	02:21,20	02:18,36
400 4 N.	05:53,07	05:46,37	05:39,67	05:34,64	05:26,26	400 4 N.	05:36,54	05:19,61	05:13,53	05:07,45	05:01,36	04:55,28

Coupe d'Ile-de-France des Départements			
	Compétition d'animation		 25m
	Dimanche 21 janvier 2024		1 poule régionale
	Benjamins Juniors	Compétition par équipe des départements Equipes de 8 : 4 Benjamins, 4 Juniors 1 équipe filles et 1 équipe garçons : au total 16 nageurs	
	Engagements par extraNat		

## ■ Programme

1 <sup>ère</sup> réunion	2 <sup>ème</sup> réunion
Relais 4x50 Dos filles et garçons Pause 10 minutes 100 Papillon filles et garçons Benjamins 200 Papillon filles et garçons Juniors 100 Brasse filles et garçons J Benjamins 200 Brasse filles et garçons Juniors Pause 10 minutes Relais 4x50 4 Nages filles et garçons	Relais 4x50 Papillon filles et garçons Pause 10 minutes 100 Dos filles et garçons Benjamins 200 Dos filles et garçons Juniors 100 Nage Libre filles et garçons Benjamins 200 Nage Libre filles et garçons Juniors Pause 10 minutes Relais 4x50 Brasse filles et garçons

## ■ Règlement sportif

100 Papillon, 100 Dos, 100 Brasse, 100 Nage Libre pour les Benjamins

200 Papillon, 200 Dos, 200 Brasse, 200 Nage Libre pour les Juniors

Les séries seront nagées par catégories. Les relais sont nagés 2 fois et seront composés par catégorie.

Chaque nageur doit faire obligatoirement 2 nages et les 4 relais. Exemple : par équipe, 2 Benjamins filles au 100 Papillon et 2 Juniors filles au 200 Papillon.

## ■ Engagement Les engagements sont à faire sur extranat.fr

## ■ Classement

Il s'effectue par addition des points obtenus à la place par sexe et par catégorie (1<sup>er</sup> : 18, 2<sup>ème</sup> : 16, 3<sup>ème</sup> : 14, 4<sup>ème</sup> : 13, 5<sup>ème</sup> : 12 etc.). Les points des relais ne sont pas doublés.

En cas d'égalité au total des points, le relais 4x50 4 Nages départagera les équipes de département. Un classement général féminin, masculin et un classement général mixte seront effectués.

## ■ Récompenses

Les 3 premières équipes filles, garçons et mixtes recevront des coupes et des médailles.

## ■ Officiels

Voir les dispositions générales concernant la désignation des jurys.

Meeting régional Ile de France			
	Qualificative au parcours régional		 50m
	Du 9 au 11 février 2024		Aulnay-sous-Bois
	<b>Juniors Séniors</b>	Nageurs de la série A nés en 2009 et 2010, nageurs de la série B + Nageurs qualifiés sur les performances de la saison 2023 jusqu'au 29 janvier 2024 voir grille page 15	
	Engagements par extraNat		

■ Programme : **FINALES A et B Toutes Catégories, FINALES C Juniors 1/2**

1ère réunion	2ème réunion
400m 4 Nages Dames et Messieurs (séries) 50m Dos Dames et Messieurs (séries) 200m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 50m Brasse Dames et Messieurs (séries) 200m Papillon Dames et Messieurs (séries)	400m 4 Nages Dames et Messieurs (Finales) 50m Dos Dames et Messieurs (Finales) 200m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 50m Brasse Libre Dames et Messieurs (Finales) 200m Papillon Dames et Messieurs (Finales) 800m Nage Libre Messieurs (classement au temps) 1500m Nage Libre Dames (classement au temps)
3ème réunion	4ème réunion
100m Brasse Dames et Messieurs (séries) 50m Papillon Dames et Messieurs (séries) 200m Dos Dames et Messieurs (séries) 100m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 200m 4 Nages Dames et Messieurs (séries)	800m Nage libre Dames (classement au temps) 1500m Nage libre Messieurs (classement au temps) 100m Brasse Dames et Messieurs (Finales) 50m Papillon Dames et Messieurs (Finales) 200m Dos Dames et Messieurs (Finales) 100m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 200m 4 Nages Dames et Messieurs (Finales)
5ème réunion	6ème réunion
200m Brasse Dames et Messieurs (séries) 50m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 100m Dos Dames et Messieurs (séries) 400m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 100m Papillon Dames et Messieurs (séries)	200m Brasse Dames et Messieurs (Finales) 50m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 100m Dos Dames et Messieurs (Finales) 400m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 100m Papillon Dames et Messieurs (Finales)

■ **Règlement sportif** : Sont autorisés à participer les nageuses et nageurs:

- De la série A **uniquement nés en 2009 et 2010**
- de la série B « régionale LIF » dans les nages qu'ils souhaitent sans limitation.
- ayant réalisé les temps de la grille de qualification lors de la saison 2023 et jusqu'au 29 janvier 2024. Uniquement dans les nages où ils se sont qualifiés + 1 nage complémentaire. **Les nageuses et nageurs de la Série A qui ne sont pas nés en 2009 ou 2010 ne peuvent participer.**

■ **Grille de qualification (voir page 15)**

■ **Récompenses** : Les 3 premiers toutes catégories et les 3 premiers J1/J2

■ **Officiels** : Voir les dispositions générales concernant la désignation des jurys.

Web confrontation N°1			
	Compétition qualificative		 50m
	Du 30 mars au 1er avril 2024		Corbeil-Essonnes
	Juniors Séniors	Nageurs appartenant à la série A et B de la Ligue Nageurs qualifiés sur les performances de la saison jusqu'au 18 mars	
	Engagements par extraNat		

■ Programme : **FINALES A TC, FINALES B Juniors 3 et 4, FINALES C Juniors ½**

1ère réunion	2ème réunion
200m Papillon Dames et Messieurs (séries) 50m Libre Dames et Messieurs (séries) 200m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 50m Dos Dames et Messieurs (séries) 400m 4 Nages Dames et Messieurs (séries)	1500m Nage Libre Dames (classement au temps) 800m Nage Libre Messieurs (classement au temps) 200m Papillon Dames et Messieurs (Finales) 50m Brasse Libre Dames et Messieurs (Finales) 200m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 50m Dos Dames et Messieurs (Finales) 400m 4 Nages Dames et Messieurs (Finales)
3ème réunion	4ème réunion
200m 4 Nages Dames et Messieurs (séries) 100m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 200m Dos Dames et Messieurs (séries) 50m Papillon Dames et Messieurs (séries) 100m Brasse Dames et Messieurs (séries)	200m 4 Nages Dames et Messieurs (Finales) 100m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 200m Dos Dames et Messieurs (Finales) 50m Papillon Dames et Messieurs (Finales) 100m Brasse Dames et Messieurs (Finales) 1500m Nage libre Messieurs (classement au temps) 800m Nage libre Dames (classement au temps)
5ème réunion	6ème réunion
100m Papillon Dames et Messieurs (séries) 400m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 100m Dos Dames et Messieurs (séries) 50m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 200m Brasse Dames et Messieurs (séries)	100m Papillon Dames et Messieurs (Finales) 400m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 100m Dos Dames et Messieurs (Finales) 50m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 200m Brasse Dames et Messieurs (Finales)

■ Grille de qualification (voir page 14)

■ **Règlement sportif** : Sont autorisés à participer les nageuses et nageurs:

- de la série A et B « régionale LIF » dans les nages qu'ils souhaitent sans limitation.
- ayant réalisé les temps de la grille de qualification lors des compétitions de la saison jusqu'au 18 mars 2024 (liste arrêtée avec les performances du serveur fédéral au 18 mars 2024). Uniquement dans les nages où ils se sont qualifiés + 1 nage complémentaire

■ Grille de qualification (voir page 15)

■ **Récompenses** : Les 3 premiers toutes catégories et les 3 premiers J1/J2

■ **Officiels** : Voir les dispositions générales concernant la désignation des jurys.

Meeting Francily 2024			
	Meeting national labellisé		 50m
	Du 3 au 5 Mai 2024		Sarcelles
	Juniors Séniors	Sur grille de qualification	
	Engagements par extraNat		

■ **Programme**

vendredi	samedi	dimanche
<i>Matin</i>	<i>Matin</i>	<i>Matin</i>
<b>Echauffement 7h</b>	<b>Echauffement 7h</b>	<b>Echauffement 7h</b>
<b>Séries 8h30</b>	<b>Séries 8h30</b>	<b>Séries 8h30</b>
200x4N D & M	400x4N D&M	200 Dos D&M
100Dos D&M	100 Papillon D&M	100 Brasse D&M
50 Papillon D&M	200 NL D&M	200 Papillon D&M
50 NL D&M	50 Brasse D&M	100 NL D&M
200 Brasse D&M	50 Dos D&M	1500 NL Dames
400 NL D&M	800 NL D	800 NL Messieurs
	1500 NL M	
<b>Après-Midi</b>	<b>Après-Midi</b>	<b>Après-Midi</b>
<b>Echauffement 15h</b>	<b>Echauffement 15h</b>	<b>Echauffement 14h30</b>
<b>Finales 16h30</b>	<b>Finales 16h30</b>	<b>Finales 15h30</b>
50 NL D&M	400x4N D&M	1500 NL D série rapide
200x4N D&M	50 Brasse D&M	800NL M série rapide
100 Dos D&M	50 Dos D&M	200 Dos D&M
200 Brasse D&M	800 NL D série rapide	100 Brasse D&M
400 NL D&M	1500NL M série Rapide	200 papillon D&M
50 Papillon D & M	100 Papillon D&M	100 NL D&M
	200 D&M	

- **Règlement sportif** : Seuls les nageuses et nageurs respectant la grille fédérale des Meetings nationaux labellisés pourront participer à cette compétition. Les nageuses et nageurs pourront nager 2 épreuves complémentaires dans lesquelles ils ne rentrent pas dans la grille (mais devront avoir un temps sur la saison N ou N-1 sur ces nages)  
Finales A TC, Finales B TC et Finales C Juniors 1 et 2. 800 et 1500 NL classement aux temps
- **Récompenses** : Des bons cadeaux multi-enseignes et des médailles seront distribués : Finale A Séniors + Juniors  $\frac{3}{4}$  : 1<sup>er</sup> 90 euros, 2<sup>ème</sup> 60 euros, 3<sup>ème</sup> 30 euros, Finale A Juniors  $\frac{1}{2}$  : 1<sup>er</sup> 20 euros, 2<sup>ème</sup> 15 euros, 3<sup>ème</sup> 10 euros (ou classements aux temps pour les 800 et 1500 NL)
- **Officiels** : Chaque club devra fournir au moins 1 officiel.

Coupe de France des Départements – Ile-de-France			
	Compétition d'animation		 25m
	<b>Samedi 8 juin 2024</b> <small>(date modifiée le 5/04)</small>		Bailly-Romainvilliers
	Benjamins	<b>1 Equipe de Benjamins et 1 équipe de Benjamines par département</b> 5 nageurs/nageuses maximum de 13 ans dans une équipe	
	Engagements par extraNat		

### ■ Programme

1ère réunion	2ème réunion
10 x 50 Nage Libre Messieurs et Dames <b>(Courses des remplaçants)</b>  200 4 nages Messieurs 400 4 nages Dames 200 Papillon Messieurs 50 Brasse Dames et Messieurs 200 Papillon Dames 200 Dos Messieurs et Dames 400 Nage Libre Messieurs 200 Nage Libre Dames <b>(Pause de 15 minutes)</b>  4 x 50 4 Nages Messieurs et Dames	10 x 100 Nage Libre Dames et messieurs <b>(Pause de 15 minutes)</b>  200 4 Nages Dames 400 4 Nages Messieurs 50 Papillon Dames et Messieurs 200 Brasse Dames et Messieurs 50 Dos Dames et Messieurs 400 Nage Libre Dames 200 Nage Libre Messieurs <b>(Pause de 15 minutes)</b>  4 x 100 4 Nages Dames et Messieurs

### ■ Règlement sportif :

Chaque nageur s'engagera sur **UNE** épreuve individuelle.

**Le 400 4 nages sera nagé par les 2ème année. Chaque équipe sera composée au maximum de 5 nageurs/nageuses 13 ans.**

Chaque nageur devra participer au relais 10 x 50 nage libre ET au relais 10 x 100 nage libre.

Les relais 4 x 50 4 nages et 4 x 100 4 nages seront composés **par 8 nageurs différents**.

8 nageurs devront ainsi disputer une épreuve individuelle et trois relais, 2 nageurs devront disputer une épreuve individuelle et deux relais.

- **Récompenses** : Classement au cumul des points de toutes les épreuves. Trophées et médailles au 3 premières équipes Dames et Messieurs et au meilleur département. En cas d'égalité, le relais 10 x 100 nage libre sera pris en considération pour départager les ex aequo, puis le 10 x 50 nage libre, puis le 4 x 100 4 nages, puis le 4 x 50 4 nages.

- **Officiels** : Voir les dispositions générales concernant la désignation des jurys.

Championnat régional Juniors Séniors 50m – Webconfrontation N°2			
	Compétition qualificative		 50m
	Du 15 au 17 juin 2024 <i>(date modifiée le 5/04)</i>		Lieu à définir
	Juniors Séniors	Nageurs appartenant à la série A et B de la Ligue Nageurs qualifiés sur les performances de la saison jusqu'au 3 juin	
	Engagements par extraNat		

- Programme : **FINALES A, FINALES B Juniors 3/4 , FINALES C Juniors 1/2**

1ère réunion	2ème réunion
400m 4 Nages Dames et Messieurs (séries premières) 50m Dos Dames et Messieurs (séries) 200m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 50m Brasse Dames et Messieurs (séries) 200m Papillon Dames et Messieurs (séries)	400m 4 Nages Dames et Messieurs (2 séries finales) 50m Dos Dames et Messieurs (Finales) 200m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 50m Brasse Dames et Messieurs (Finales) 200m Papillon Dames et Messieurs (Finales) 800m Nage Libre Messieurs (classement au temps) 1500m Nage Libre Dames (classement au temps)
3ème réunion	4ème réunion
100m Brasse Dames et Messieurs (séries) 50m Papillon Dames et Messieurs (séries) 200m Dos Dames et Messieurs (séries) 100m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 200m 4 Nages Dames et Messieurs (séries)	800m Nage libre Dames (classement au temps) 1500m Nage libre Messieurs (classement au temps) 100m Brasse Dames et Messieurs (Finales) 50m Papillon Dames et Messieurs (Finales) 200m Dos Dames et Messieurs (Finales) 100m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 200m 4 Nages Dames et Messieurs (Finales)
5ème réunion	6ème réunion
200m Brasse Dames et Messieurs (séries) 50m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 100m Dos Dames et Messieurs (séries) 400m Nage Libre Dames et Messieurs (séries premières) 100m Papillon Dames et Messieurs (séries)	200m Brasse Dames et Messieurs (Finales) 50m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 100m Dos Dames et Messieurs (Finales) 400m Nage Libre Dames et Messieurs (2 séries Finales) 100m Papillon Dames et Messieurs (Finales)

- Règlement sportif** : Sont autorisés à participer les nageuses et nageurs:
  - de la série A et B « régionale LIF » dans les nages qu'ils souhaitent sans limitation.
  - ayant réalisé les temps de la grille de qualification lors des compétitions de la saison jusqu'au 3 juin 2024 (liste arrêtée avec les performances du serveur fédéral au 3 juin 2024). Uniquement dans les nages où ils se sont qualifiés + 1 nage complémentaire
- Grille de qualification (voir page 15)**
- Récompenses**

Les 3 premiers toutes catégories et les 3 premiers J1/J2 (400 NL, 800 NL, 1500 NL et 400 4N classements au temps)

#### Officiels

Voir les dispositions générales concernant la désignation des jurys.

Championnat régional Benjamins 50m – Webconfrontation Benjamine			
	Compétition qualificative		 50m
	Du Dimanche 30 juin au Lundi 1er juillet 2024		 Lieu à définir
	Benjamins	Voir méthodes de qualification page 12	
	Engagements par extraNat		

### ■ Programme

**(Modif du 23 mai) ATTENTION : Suppression des 1500 Nage Libre afin de respecter le règlement fédéral**

1 <sup>ère</sup> réunion	2 <sup>ème</sup> réunion
800 Nage Libre Dames Benjamines 2 50 Dos Messieurs 200 Dos Dames 200 4 Nages Messieurs 100 Brasse Dames 100 Papillon Messieurs 100 Nage Libre Dames	400 Nage Libre Dames 100 Dos Messieurs 200 Papillon Dames Benjamines 2 200 Nage Libre Messieurs 50 Nage Libre Dames 200 Brasse Messieurs 400 4Nages Dames Benjamines 2 50 Papillon Messieurs 50 Brasse Dames
3 <sup>ème</sup> réunion	4 <sup>ème</sup> réunion
800 Nage Libre Messieurs Benjamins 2 50 Dos Dames 200 Dos Messieurs 200 4 Nages Dames 100 Brasse Messieurs 100 Papillon Dames 100 Nage Libre Messieurs	400 Nage Libre Messieurs 100 Dos Dames 200 Papillon Messieurs benjamins 2 200 Nage Libre Dames 50 Nage Libre Messieurs 200 Brasse Dames 400 4 Nages Messieurs Benjamins 2 50 Papillon Dames 50 Brasse Messieurs

### ■ Règlement sportif : Voir méthodes de qualifications page 12

Les nageuses et nageurs sont limités à 8 épreuves maximum. Les départements peuvent organiser aux mêmes dates un championnat départemental sur un programme qui leur est propre, **à laquelle les nageurs qualifiés au niveau régional ne pourront pas participer. Dans le cas contraire les performances seront supprimées du serveur fédéral.**

### ■ Récompenses

Les 3 premiers de chaque épreuve et par année d'âge recevront une médaille.

### ■ Officiels

Voir les dispositions générales concernant la désignation des jurys.

Championnats nationaux Interclubs TC en bassin de 25m			
	Performances prises en compte pour les qualifications aux finalités régionales		25m
	Poules géo. : Sam. 16 et/ou Dim. 17 novembre 2024 Poules R1 : Sam. 16 et Dim. 17 novembre 2024		Poule R1 : à définir Poules géographiques
	Toutes Catégories	Compétition par équipes (10 nageurs)	
	Envoi des bordereaux d'équipe : 20 octobre 2024 ( <a href="#">bordereau cliquez ici</a> ) Parution des poules : 24 octobre 2024 - Engagements par extraNat		

## ■ Lieux

Une poule régionale (R1) et plusieurs poules géographiques

**Il serait préférable pour limiter les déplacements que 3 piscines soient proposées pour chaque département.**

La poule R1 est gérée par la Ligue Régionale, les poules géographiques par les organisateurs proposant des piscines.

## ■ Programme

1 <sup>ère</sup> réunion : samedi	2 <sup>ème</sup> réunion : dimanche
10x50m Nage libre Dames 10x50m Nage libre Messieurs 100m Dos Dames 200m Dos Messieurs 100m Brasse Dames 200m Brasse Messieurs 100m Nage libre Dames 400m Nage libre Messieurs 100m Papillon Dames 200m Papillon Messieurs 100m 4 Nages Dames 200m 4 Nages Messieurs Pause 15mn 4x200m Nage libre Dames	4x200m Nage libre Messieurs 200m Dos Dames 100m Dos Messieurs 200m Brasse Dames 100m Brasse Messieurs 400m Nage libre Dames 100m Nage libre Messieurs 200m Papillon Dames 100m Papillon Messieurs 200m 4 Nages Dames 100m 4 Nages Messieurs Pause 15 minutes 4x100m 4 Nages Dames 4x100m 4 Nages Messieurs

## ■ Règlement sportif (spécial « Annuel règlements 2023 »)

Toutes les rencontres se dérouleront le même week-end, en bassin de 25 mètres homologué.

Chaque équipe sera composée de 10 nageurs avec l'obligation, pour chacun, de participer à une épreuve individuelle et au relais 10x50m Nage libre. Les équipes qui ne respectent pas ces deux critères ne peuvent pas être classées. Toutes les équipes présentées par un club doivent respecter cette règle.

Lorsque les titulaires du 10x50m Nage libre ont nagé, aucun remplaçant ne peut se substituer dans les autres courses. En cas de blessure d'un membre de l'équipe, et jusqu'à un quart d'heure précédant le départ du 10x50m Nage libre, il peut être fait appel à un remplaçant. Il ne peut plus y avoir de modifications dans les engagements individuels après le relais 10x50m Nage libre.

Pour les différents niveaux de la compétition, une ou plusieurs équipes supplémentaires peuvent être engagées, à la condition que la (ou les) équipes précédentes soient complètes.

Concernant la poule régionale R1, deux équipes par club pourront être qualifiées. Les autres équipes du club peuvent participer aux niveaux inférieurs.

Pour être classé, un club doit obligatoirement disputer la compétition dans sa région.

**Tout forfait en poule R1 (équipes titulaires) entraîne une amende forfaitaire de 300 € par équipe (400 € pour les clubs non 100% licences). Les clubs forfaits en R1 et qualifiés de nouveau la saison prochaine devront s'acquitter de l'amende pour les équipes considérées, les clubs forfaits en R1 ayant invoqués un problème de niveau pour la saison considérée et non qualifiés la saison prochaine ne seront pas soumis à l'amende pour les équipes considérées.**

**Un forfait déclaré à partir du 19 octobre entraîne une amende de 500 € (600 € pour les clubs non 100% licences). Si aucune équipe par sexe n'est engagée quelle que soit la poule (R1 ou géographique), l'amende ne sera pas appliquée.**

En cas de forfait d'un ou de plusieurs clubs, dans une poule, les clubs (dans l'ordre du classement) du niveau inférieur sont qualifiés (dans la limite du nombre de réservistes définis dans le règlement).

#### Précision :

- Les nageurs doivent être en possession de leur **licence** (elles peuvent être réclamées par le juge arbitre).
- **"Pour les championnats interclubs départementaux, régionaux et nationaux, chaque équipe masculine ou féminine de club ne pourra avoir dans sa composition plus de deux nageurs transférés ou nouveaux licenciés, quelle que soit leur nationalité, inscrits sur les listes de haut niveau ou ayant réalisé la saison précédente une performance correspondant à la grille du collectif national 18 ans filles ou collectif national 19 ans garçons pour les seules épreuves concernées par la compétition."** (Source – voir page 84 Spécial Règlement FFN)

## ■ Classement

**Finales** : à l'issue des poules, seront définies les qualifications en poule régionale de la saison suivante.

**Classement** : le classement des équipes de club s'effectue à la table de cotation fédérale. Les points des relais ne sont pas doublés.

En cas d'égalité au total des points, l'addition des temps des 4 relais départagera les équipes de clubs.

## ■ Modalité d'engagements

Pour le **20 octobre 2024**, les clubs devront faire parvenir, à la Ligue Régionale, le bordereau d'engagement indiquant le nombre d'équipes Dames et Messieurs en poule géographique et la confirmation de participation de leur(s) équipe(s) en poule R1. **Aucune équipe ne sera retenue en absence de bordereau à cette date.**

Les bordereaux seront fournis par la Ligue Régionale sur <http://www.lif-natation.fr> à retourner par mail à [natation@lif-natation.fr](mailto:natation@lif-natation.fr).

Les clubs devront s'engager sur extraNat.fr (voir date sur extraNat.fr) dans la poule définie parue sur le site internet. Tout club ne respectant pas cette procédure sera déclaré forfait avec l'application d'une amende de 300 € (400 € pour les clubs non 100% licences).

Toute équipe préalablement inscrite le **20 octobre 2024** et non engagée à la date fournie par extraNat sera considérée comme forfait. **Aucune nouvelle équipe ne sera acceptée après le 20 octobre 2024.**

## ■ Organisation informatique

Les clubs gestionnaires des poules devront **obligatoirement** utiliser ExtraNat-Pocket. Tous les engagements se feront en ligne sur le site [extranat.fr](http://extranat.fr).

Deux modes de gestion sont possibles :

- soit en prenant la gestion complète (sortir les programmes et fiches de courses). Le gestionnaire déclaré sur ExtraNat sera le club. Il devra gérer la compétition avec son code ExtraNat. Du papier et des fiches de courses vierges seront mis à disposition par la ligue Ile-de-France. Le club gestionnaire veillera à ce que les engagements soient conformes au règlement fédéral.
- soit une gestion partielle, la ligue régionale sortira les fiches de courses et programmes. Les clubs devront venir chercher à la ligue Ile-de-France les documents nécessaires la semaine précédant la compétition. Pour ces derniers, ils devront également récupérer la compétition sous forme d'une sauvegarde ExtraNat-Pocket. Le code ExtraNat de gestion sera transmis en temps voulu aux différents clubs.

## ■ Transmission des résultats

Les résultats de chaque poule devront parvenir au format FFNex pour vérification (procédure envoyée à chaque gestionnaire avant la compétition) le soir même à l'issue de la compétition par mail à : [natation@lif-natation.fr](mailto:natation@lif-natation.fr).

**Uniquement après autorisation de la Ligue Régionale**, le club gestionnaire devra rapidement remonter les résultats sur le serveur fédéral (bouton à cliquer dans ExtraNat-Pocket).

Afin d'éviter tout problème lors de la validation des résultats, nous invitons les clubs gestionnaires à vérifier que **toutes les équipes soient conformes au règlement fédéral**.

Les fiches de course et les bordereaux établis lors de la réunion seront envoyés à la Ligue Régionale dans la semaine qui suit.

## ■ Réclamations

Date limite des réclamations à la Ligue Régionale : le 20 novembre 2024

## ■ Récompenses

Poule R1 : les 3 premières équipes Dames et Messieurs recevront une coupe et 10 médailles.

Les organisateurs des poules géographiques sont libres de remettre des récompenses selon leurs souhaits.

## ■ Officiels

Voir les dispositions générales concernant la désignation des jurys.

## Liste des équipes qualifiées en poule régionale R1 (et réservistes)

Dames		Messieurs	
1	ETOILES 92 (1)	1	ETOILES 92 (1)
2	ES MASSY NATATION (1)	2	VILLEJUIF NATATION (1)
3	STADE FRANÇAIS O COURBEVOIE (1)	3	STADE DE VANVES (1)
4	VILLEJUIF NATATION (1)	4	STADE FRANÇAIS O COURBEVOIE (1)
5	AS CORBEIL-ESSONNE (1)	5	NOGENT NATATION 94 (1)
6	CS CLICHY 92 (1)	6	CNO ST-GERMAIN-EN-LAYE (1)
7	CLAMART NATATION 92 (1)	7	CLAMART NATATION 92 (1)
8	SN VERSAILLES (1)	7	ETOILES 92 (2)
9	CNO ST-GERMAIN-EN-LAYE (1)	9	CS CLICHY 92 (1)
10	ES MASSY NATATION (2)	10	CN MELUN VAL DE SEINE (1)
11	CA ORSAY (1)	11	CN VIRY-CHÂTILLON (1)
12	NEPTUNE CLUB DE FRANCE (1)	12	VILLEJUIF NATATION (2)
13	CN MELUN VAL DE SEINE (1)	13	RACING CLUB DE FRANCE (1)
14	CN VIRY-CHÂTILLON (1)	14	CSA KREMLIN-BICETRE (1)
15	CN LE PLESSIS-ROBINSON (1)	15	CLUB DES NAGEURS DE PARIS (1)
16	RACING CLUB DE FRANCE (1)	16	MOUETTES DE PARIS (1)
17	AQUACLUB LE PECQ MARLY (1)	17	CA ORSAY (1)
18	CLUB DES NAGEURS DE PARIS (1)	18	SN VERSAILLES (1)
19	CN FONTAINEBLEAU-AVON (1)	19	NEPTUNE CLUB DE FRANCE (1)
20	AC BOULOGNE-BILLANCOURT (1)	20	CERGY PONTOISE NATATION (1)
21	CSA KREMLIN-BICETRE (1)	21	CN MELUN VAL DE SEINE (2)
22	ES NANTERRE (1)	22	AC VILLEPINTE (1)
23	C.N OZOIR-LA-FERRIERE (1)	23	ES MASSY NATATION (1)
24	CSN GUYANCOURT (1)	24	LAGNY-SUR-MARNE NATATION (1)
Réservistes		Réservistes	
25	CN ST-MICHEL-SUR-ORGE (1)	25	S.M MONTROUGE (1)
26	CN BRUNOY-ESSONNE (1)	26	RSC MONTREUIL (1)
27	CN 95 EZANVILLE (1)	27	AQUA CLUB PONTAULT-ROISSY (1)
28	RED STAR CLUB CHAMPIGNY (1)	28	CLUB DES NAGEURS DE PARIS (1)
29	AC VILLEPINTE (1)	29	AC BOULOGNE-BILLANCOURT (1)
30	VILLEJUIF NATATION (1)	30	CN EPINETTES PARIS (1)

Championnat régional Benjamins 25m			
	<b>Temps non qualificatifs au niveau National Ne comptant pas comme Final Tour</b>		 25m
	Du 30 novembre au 1er décembre 2024		Lieu à définir
	Benjamins	Voir méthodes de qualification page 12 et 13	
	Engagements par extraNat		

### ■ Programme

**(Modif du 23 mai) ATTENTION : Suppression des 1500 Nage Libre afin de respecter le règlement fédéral**

1 <sup>ère</sup> réunion	2 <sup>ème</sup> réunion
800 Nage Libre Dames Benjamins 2 50 Dos Messieurs 200 Dos Dames 200 4 Nages Messieurs 100 Brasse Dames 100 Papillon Messieurs 100 Nage Libre Dames	400 Nage Libre Dames 100 Dos Messieurs 200 Papillon Dames Benjamins 2 200 Nage Libre Messieurs 50 Nage Libre Dames 200 Brasse Messieurs 400 4Nages Dames Benjamins 2 50 Papillon Messieurs 50 Brasse Dames
3 <sup>ème</sup> réunion	4 <sup>ème</sup> réunion
800 Nage Libre Messieurs Benjamins 2 50 Dos Dames 200 Dos Messieurs 200 4 Nages Dames 100 Brasse Messieurs 100 Papillon Dames 100 Nage Libre Messieurs	400 Nage Libre Messieurs 100 Dos Dames 200 Papillon Messieurs benjamins 2 200 Nage Libre Dames 50 Nage Libre Messieurs 200 Brasse Dames 400 4 Nages Messieurs Benjamins 2 50 Papillon Dames 50 Brasse Messieurs

### ■ Règlement sportif : Voir méthodes de qualifications page 12

Les nageuses et nageurs sont limités à 8 épreuves maximum. Les départements peuvent organiser aux mêmes dates un championnat départemental sur un programme qui leur est propre, **à laquelle les nageurs qualifiés au niveau régional ne pourront pas participer. Dans le cas contraire les performances seront supprimées du serveur fédéral.**

### ■ Récompenses

Les 3 premiers de chaque épreuve et par année d'âge recevront une médaille.

### ■ Officiels

Voir les dispositions générales concernant la désignation des jurys.

## Meeting régional Ile de France Juniors/Séniors 25m

	<b>Temps non qualificatifs au niveau National</b>		<b>25m</b>
	<b>Du 13 au 15 décembre 2024</b>		<b>Lieu à définir</b>
	<b>Juniors Séniors</b>	<b>Nageurs appartenant à la série A et B de la Ligue Nageurs qualifiés en série C, performances jusqu'au 2 décembre 2024</b>	
	<b>Engagements par extraNat</b>		

■ **Règlement sportif : FINALES A TC, FINALES B Juniors 3/4, FINALES C Juniors 1/2**

1ère réunion	2ème réunion
200m Papillon Dames et Messieurs (séries) 50m Brasse Dames et Messieurs (séries) 200m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 50m Dos Dames et Messieurs (séries) 400m 4 Nages Dames et Messieurs (séries)	1500m Nage Libre Dames (classement au temps) 800m Nage Libre Messieurs (classement au temps) 200m Papillon Dames et Messieurs (Finales) 50m Brasse Dames et Messieurs (Finales) 200m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 50m Dos Dames et Messieurs (Finales) 400m 4 Nages Dames et Messieurs (Finales)
3ème réunion	4ème réunion
200m 4 Nages Dames et Messieurs (séries) 100m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 200m Dos Dames et Messieurs (séries) 50m Papillon Dames et Messieurs (séries) 100m Brasse Dames et Messieurs (séries)	200m 4 Nages Dames et Messieurs (Finales) 100m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 200m Dos Dames et Messieurs (Finales) 50m Papillon Dames et Messieurs (Finales) 100m Brasse Dames et Messieurs (Finales) 1500m Nage libre Messieurs (classement au temps) 800m Nage libre Dames (classement au temps)
5ème réunion	6ème réunion
100m Papillon Dames et Messieurs (séries) 400m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 100m Dos Dames et Messieurs (séries) 50m Nage Libre Dames et Messieurs (séries) 200m Brasse Dames et Messieurs (séries)	100m Papillon Dames et Messieurs (Finales) 400m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 100m Dos Dames et Messieurs (Finales) 50m Nage Libre Dames et Messieurs (Finales) 200m Brasse Dames et Messieurs (Finales)

■ **Règlement sportif :** Sont autorisés à participer les nageuses et nageurs: de la série A et B « régionale LIF » dans les nages qu'ils souhaitent sans limitation, ayant réalisé les temps de la grille de qualification lors des compétitions de la saison jusqu'au 2 décembre 2024 (liste arrêtée avec les performances du serveur fédéral au 2 décembre 2024). Uniquement dans les nages où ils se sont qualifiés + 1 nage complémentaire

■ **Grilles de qualification page 15**

■ **Récompenses :** Les 3 premiers toutes catégories et les 3 premiers J1/J2

■ **Officiels**

Voir les dispositions générales concernant la désignation des jurys.

## Nos partenaires

