

SOMMAIRE

A LA UNE

01 Collecte de jouets lors du Meeting régional

Institutionnel

02 Clôture du Marathon du Don 2024

03 1ère journée médicale de la FFN

04 Commissions de la LIFN 2024 - 2028

05 Prise de Rendez-vous pour une Séance d'Ostéopathie "Genou du Brasseur"

Natation course

07 Résultats Championnat Régional Benjamins

09 Championnat du Monde - Budapest 2024

10 Compétitions à venir

12 Records en vue aux Championnats d'Île de France Maîtres !

Eau libre

15 Compétition à venir

ERFAN

16 Formation BPJEPS AAN

17 Formation continue PSE1

Natation artistique

18 Premier Synchronat de la saison

19 Résultats Journées d'Automne

21 Commission Île-de-France de natation artistique

Officiels

23 Compte rendu - Commission des officiels

Plongeon

25 Résultats Championnats d'hiver LIFN 1m

Offres d'emploi

29 Toutes nos offres d'emplois

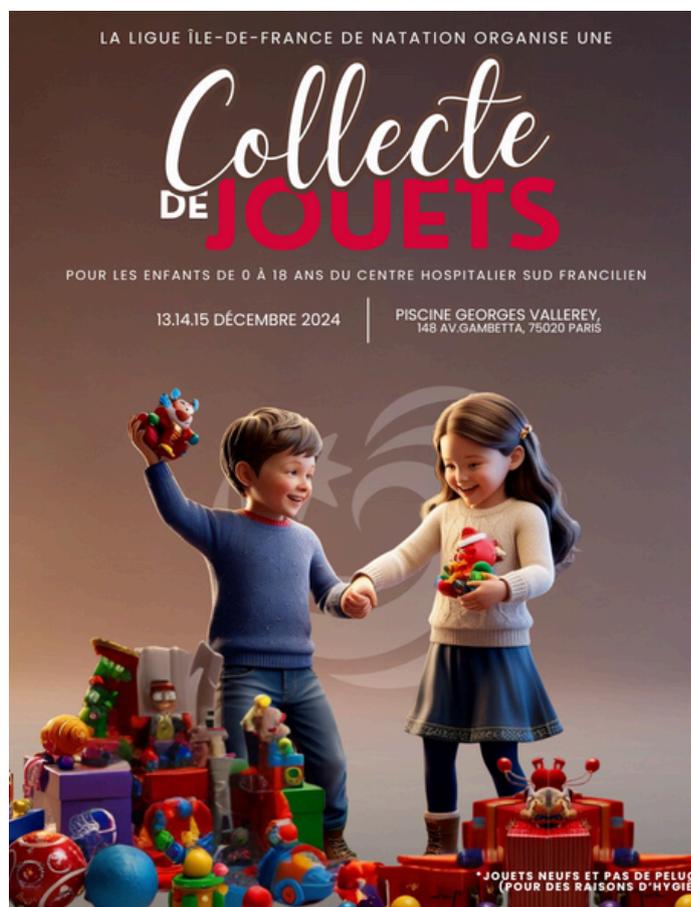
Collecte de jouets lors du Meeting régional

Et si un simple geste pouvait illuminer le cœur d'un enfant ?

Du 13 au 15 décembre 2024, lors du **Meeting Régional de la Ligue Île-de-France de Natation** à la **piscine Georges Vallerey** (Paris 20e), participez à notre **collecte de jouets** pour les enfants hospitalisés au **Centre Hospitalier Sud Francilien**.

Apportez des jouets pour des enfants de **0 à 18 ans** : jouets, livres, jeux de société... Votre générosité peut transformer leur Noël ! **Un jouet, un sourire, une vie illuminée.**

Déposez vos dons à l'entrée de la piscine et faites briller la magie de Noël ! Merci pour eux.



INSTITUTIONNEL

Clôture du Marathon du Don 2024 : La Ligue Île-de-France de Natation au rendez-vous de la générosité !

Du 28 novembre au 1er décembre 2024, l'Hôtel de Ville de Paris a vibré au rythme du Marathon du Don, un événement exceptionnel organisé par l'Établissement Français du Sang pour célébrer la solidarité et promouvoir l'importance vitale du don de sang.

Fière partenaire, la Ligue Île-de-France de Natation a eu l'honneur de contribuer à cette belle initiative, qui incarne nos valeurs de partage et de générosité.

Dans les somptueux salons de l'Hôtel de Ville, notre président Lazreg Benelhadj, également Vice-président de la Fédération Française de Natation, a reçu au nom de la Ligue le Trophée des partenaires, remis par l'EFS. Une belle reconnaissance pour notre engagement à leurs côtés initié par Emma Jori-Lazzarini lors de son alternance à la ligue.

Donner son sang, c'est offrir une chance de vivre : un geste simple mais essentiel. Merci aux nombreux participants et donateurs qui ont fait de ce marathon un événement inoubliable.

Prenez rendez-vous dès maintenant via l'application mobile « Don de sang » ou sur [le site](#) de l'EFS.

La Ligue reste mobilisée et fière de nager aux côtés de l'EFS pour soutenir des causes porteuses d'espoir et de solidarité.



INSTITUTIONNEL

1^{ère} journée médicale de la FFN

Lors de la saison 2023-2024, le Dr Emmanuel Mahé du service dermatologique de l'hôpital Victor Dupouy d'Argenteuil et la Ligue Île-de-France de Natation ont lancé des téléconsultations pour les nageuses et nageurs compétiteurs.

Avec 41 consultations pour 32 sportifs, ce projet a permis une prise en charge rapide de 53 pathologies, adaptée à leurs contraintes sportives.

Les résultats ont été présentés le 29 novembre 2024 à l'INSEP, lors de la première journée médicale de la FFN.

Un immense merci au Dr Mahé pour son engagement et la qualité de son accompagnement, en espérant la poursuite de cette belle initiative !



INSTITUTIONNEL

Commissions de la LIFN 2024 - 2028

Lors du Comité Directeur du 18 novembre dernier, l'approbation de la constitution des commissions, établie par leurs présidents respectifs, a été soumise et validée par les membres du Comité Directeur.

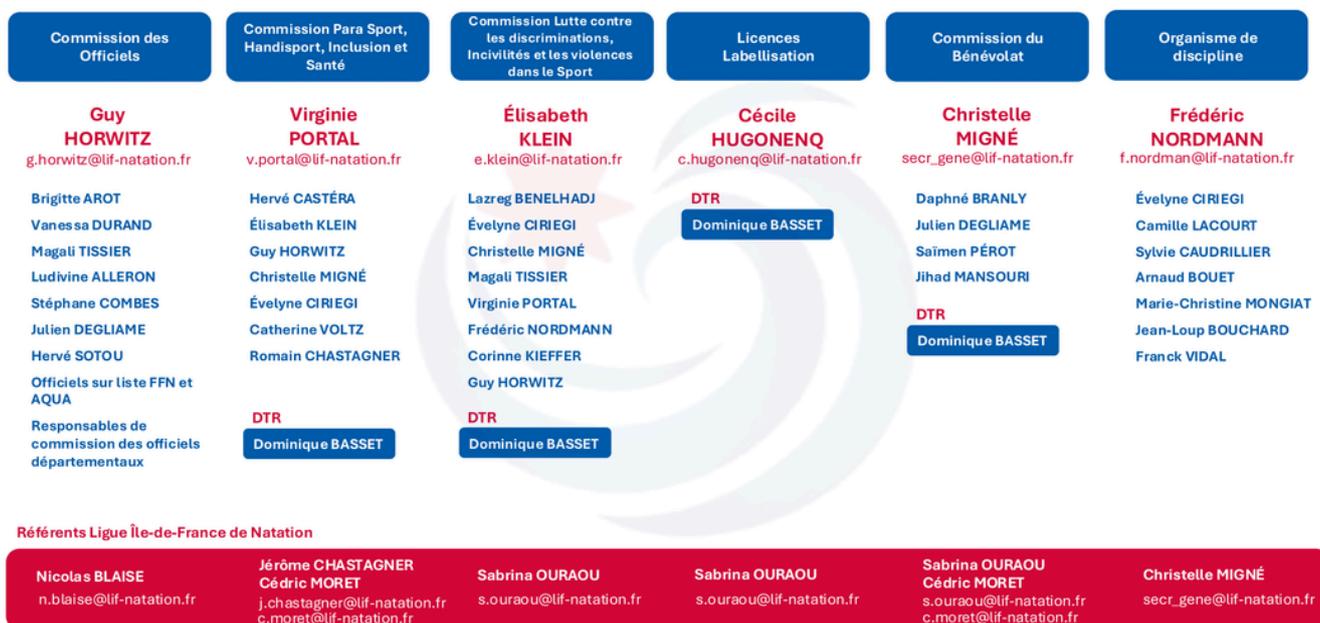
Organigramme : Commissions de la Ligue Île-de-France de Natation

Années 2024_2028



Organigramme : Commissions de la Ligue Île-de-France de Natation

Années 2024_2028



INSTITUTIONNEL



Ligue Ile-de-France de Natation ESO

Fiche Explicative : Prise de Rendez-vous pour une Séance d'Ostéopathie "Genou du Brasseur"

Contexte :

Dans le cadre d'un partenariat entre la Ligue Île-de-France de Natation et l'École Supérieure d'Ostéopathie (ESO) à Champs-sur-Marne, des séances d'ostéopathie gratuites sont proposées aux nageuses et nageurs licenciés souffrant de douleurs aux genoux liées à la pratique de la brasse, communément appelée "Genou du Brasseur". Ces séances s'inscrivent dans le cadre des travaux de recherche de Camille Denaives, étudiante à l'ESO, pour son mémoire.



Bénéficiaires :

- **Public cible :** Nageuses et nageurs licenciés en Île-de-France, membres de clubs certifiés "100% licences" par la Fédération Française de Natation.
- **Conditions :** Présenter des douleurs récurrentes aux genoux lors de la pratique de la brasse.

Caractéristiques des séances :

- **Lieu :** Clinique de l'École Supérieure d'Ostéopathie (ESO), Champs-sur-Marne.
- **Coût :** Totalement gratuit.

Encadrement : Réalisé par Camille Denaives sous supervision, dans un cadre professionnel.



Prendre rendez-vous :

- **Contact initial :**
Envoyez un email à c.moret@lif-natation.fr pour manifester votre intérêt et poser vos éventuelles questions.
- **Orientation vers la clinique :**
Une fois votre demande envoyée, vous recevrez les instructions nécessaires pour planifier votre rendez-vous à la clinique de l'ESO.
- **Confirmation du rendez-vous :**
Suivez les consignes reçues pour confirmer votre disponibilité.



Avantages pour les sportifs :

- Amélioration du bien-être et de la performance sportive.
- Prise en charge professionnelle et adaptée à une pathologie fréquente chez les nageurs pratiquant la brasse.
- Contribution à un projet de recherche innovant, valorisant la santé des sportifs.

N'hésitez pas à transmettre ces informations aux nageurs et clubs concernés afin de profiter de cette opportunité exceptionnelle.

Ensemble, soutenons nos sportifs pour un avenir en pleine santé et performance !

INSTITUTIONNEL

Le Pass'Sport est de retour pour la saison 2024/2025

Ce dispositif offre aux jeunes de 6 à 30 ans, sous certaines conditions, une aide financière de 50€ pour rejoindre un club sportif, y compris de natation 🏊.

C'est l'occasion parfaite pour encourager enfants et jeunes adultes à découvrir ou approfondir une activité physique et sportive !

Ne manquez pas cette opportunité pour rendre le sport accessible à tous.

[Cliquez ici](#) pour plus d'infos sur les conditions d'éligibilité et les inscriptions.



50€
**D'ÉCONOMIE DÈS
TON INSCRIPTION
DANS NOTRE
CLUB DE SPORT!**

RENDEZ-VOUS SUR PASS.SPORTS.GOUV.FR
POUR EN PROFITER.



NATATION COURSE

Résultats Championnat Régional Benjamins

Le samedi 30 novembre et le dimanche 1er décembre a eu lieu le championnat régional benjamins 25m à Sarcelles (95).

Retrouvez l'ensemble des résultats en [cliquant ici](#).

Un grand merci à tous les nageurs, coaches, parents ainsi que les Officiels présents à cette compétition.



NATATION COURSE

Championnat du Monde Budapest 2024

Les deux nageurs franciliens **Damien Joly** et **Maxime Grousset** représenteront la France lors des prochains **Championnat du monde de natation à Budapest du 10 au 15 décembre 2024**.

Le président de la Ligue Ile-de-France de Natation et Vice-président de la Fédération Française de Natation, **Lazreg Benelhadj** sera la chef de délégation.

Nous leur souhaitons le meilleur pour cet événement prestigieux et suivrons leurs performances avec enthousiasme.

FÉDERATION FRANÇAISE NATATION

SÉLECTION MONDIAUX BUDAPEST 2024

ÉQUIPE FRANÇAISE

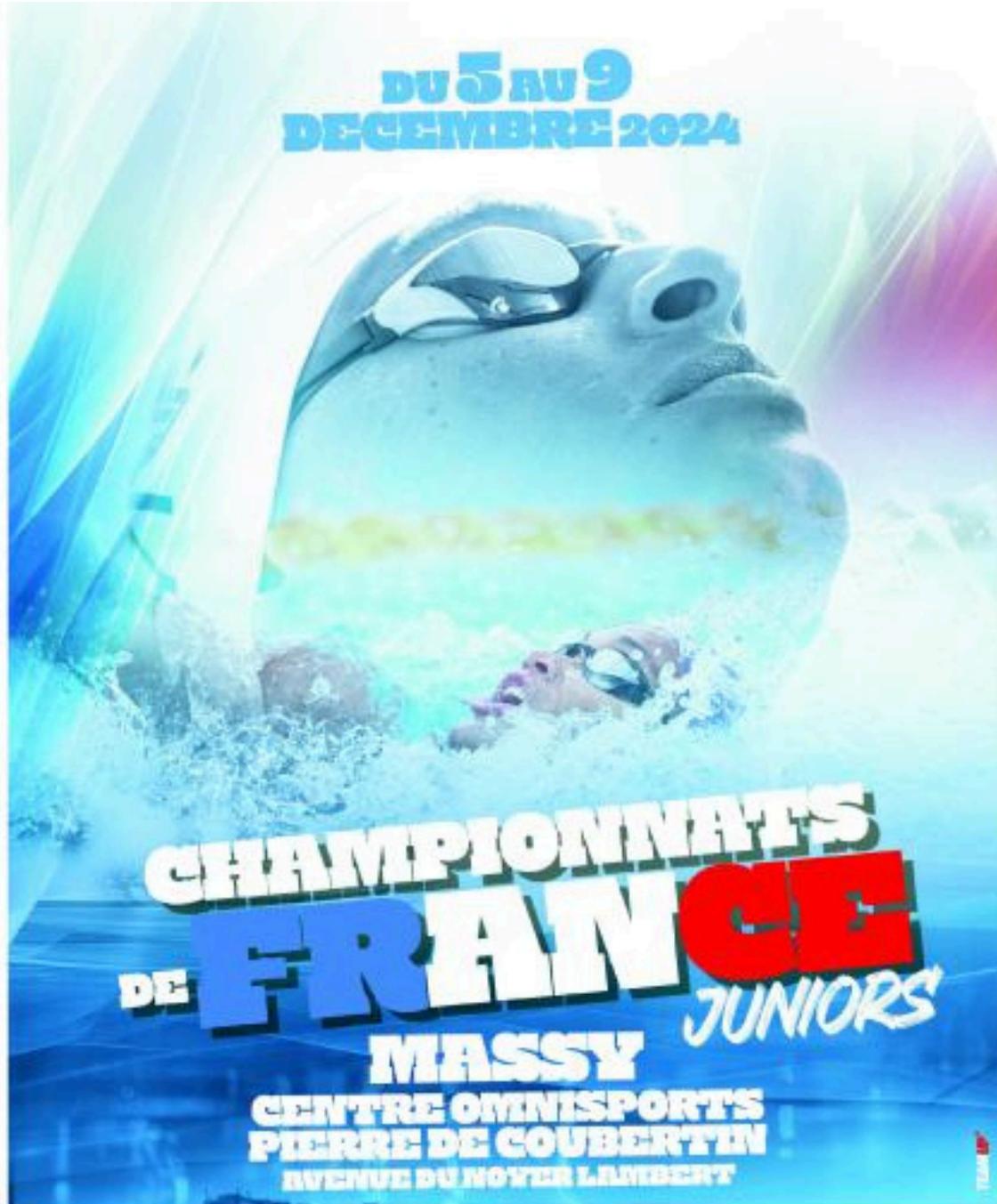
ROMAN FUCHS	BERYL GASTALDELLO	MAXIME GROUSSET	MÉLANIE HENIQUE	
ANTOINE HERLEM	DAMIEN JOLY	ANASTASIIA KIRPICHNIKOVA	PAULINE MAHIEU	
LEON MARCHAND	YOHANN NDOYE-BROUARD	ANALIA PIGREE	CLÉMENT SECCHI	MEWEN TOMAC

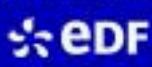
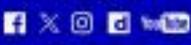
10 AU 15 DÉCEMBRE

SÉLECTION MONDIAUX BUDAPEST 2024
PETIT BASSIN

NATATION COURSE

Compétitions à venir :



 PARTENAIRE PRINCIPAL   PARTENAIRES OFFICIELS   SUIVEZ NOUS SUR 

NATATION COURSE

Compétitions à venir :

Compétition  Maîtres 2024

île-de-France
NATATION
Championnats Régionaux Open
7 & 8 décembre 2024 | Piscine de Boulogne-Billancourt

© SWEETPOOL - Design for entertainment

NATATION COURSE

Records en vue aux Championnats d'Ile de France Maitres !

Les premiers **Championnats d'Ile de France Maitres** de la nouvelle Olympiade s'annoncent avec une participation record ce week-end **des 7 et 8 décembre à Boulogne-Billancourt !**

Avant même le début de la compétition, voici déjà un record de battu avec le nombre d'engagements à ces Championnats Maitres d'Ile de France. Près de **670 nageurs et nageuses** de la catégorie Maitres sont attendus ce week-end pour nager plus de **1800 courses**.

Cet engouement montre le dynamisme de la natation Maitres en Ile de France qui permet aux nageurs et nageuses de tous âges de s'adonner à la compétition en natation course. La Ligue Ile de France de Natation est fière d'accueillir autant de compétiteurs maitres en partenariat avec le club support de la compétition, le **BBN-Boulogne Billancourt Natation**.

Lionel Chalendar, Vice-Président de la Ligue Ile de France de Natation et **Cédric Sarazin**, Président de la Commission Maitres de la Ligue, se félicitent de ce succès et se réjouissent des performances à venir de chacun, tout en invitant les Officiels à se présenter nombreux pour assurer le bon déroulé de la compétition.



Après ce weekend sportif, la suite du programme des compétitions de natation course maitres est riche pour les nageurs franciliens cette saison, avec pas moins de 3 compétitions par équipes à suivre au tout début 2025 :

- Les **Interdépartementaux d'Ile de France** le **12 janvier 2025** à Drancy (93, compétition par équipes de sélections départementales d'Ile de France)
- Les **Championnats de France de Relais Maitres** les **25-26 janvier** à Nanterre (92)
- Les **Interclubs par équipes maitres d'Ile de France** les **8-9 février** à Viry-Châtillon et Palaiseau (91)

NATATION COURSE

Compétitions à venir :

A swimmer in a dark blue cap and goggles is adjusting their cap. The cap features logos for 'arena', a stylized wave, and 'eurocom'. The swimmer is wearing a grey hoodie. In the background, another swimmer is visible, wearing a white cap and blue goggles.

**13
14
15** DÉCEMBRE

**PISCINE GEORGES
VALLERÉY**

148 Av. Gambetta, 75020 Paris

**MEETING
RÉGIONAL
ÎLE DE FRANCE**



NATATION COURSE

Compétitions à venir :

DUNKERQUE
PISCINE PAUL ASSEMAN

CHAMPIONNATS DE FRANCE 12-14 DÉC. 2024
BENJAMINS

COUPE DE FRANCE 15-16 DÉC. 2024
DES DÉPARTEMENTS

Billetterie sur place
dans la limite des places disponibles

TARIF*
6 €

*par session, gratuit pour les - de 6 ans

REGENERATION FRANÇAISE NATATION | **PARTENAIRE PRINCIPAL** **edf** | **PARTENAIRES OFFICIELS** **TYR** **BIODERMA** **flunch** | **SUIVEZ NOUS SUR** **#natation.fr**

© 2024 Fédération Française de Natation

EAU LIBRE

Compétition à venir :

**13 > 15
DEC
2024
MEGÈVE**

megevè
**CHAMPIONNATS
DE FRANCE OPEN
NAGE
EN EAU FROIDE**

Ice Swimming

CHAMPIONNATS
DE FRANCE OPEN
NAGE EN EAU FROIDE
megevè

**FÉDÉRATION FRANÇAISE
NATATION**

PARTENAIRE PRINCIPAL
EDF

PARTENAIRES OFFICIELS
MAKO **BIODERMA** **flunch**

SUIVEZ NOUS SUR
f x i d youtu
fnatation.fr

le palais
megève



ERFAN

Formation BPJEPS AAN

Le BPJEPS AAN (Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport, spécialité Activités Aquatiques et de la Natation) est un diplôme d'État français qui permet de devenir éducateur sportif spécialisé dans les activités aquatiques et la natation. Il s'adresse aux personnes souhaitant encadrer des activités dans ce domaine, que ce soit pour l'apprentissage de la natation, l'animation en milieu aquatique ou encore la surveillance de baignades.

Une visio de présentation a lieu avec le CREPS le mardi 26 novembre 2024 à 12h30 : [lien ici](#)

Informations pratiques :

- La formation est du **16/01 au 02/12/2025**
- Les tests de sélections ont lieu les **09 et 10 janvier 2025**
- Le positionnement se fera les **16 et 17 janvier 2025**

Attention, inscription pour la formation avant le **16 décembre 2024** !

C'est une formation qui est en alternance, donc c'est votre entreprise qui finance vos études, vous n'aurez rien à déboursier pour faire de votre passion votre métier !

Il est indispensable d'avoir le BNSSA (Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique) pour postuler. Le BNSSA est le point de départ obligatoire pour devenir maître-nageur sauveteur.

DEVENEZ MAÎTRE-NAGEUR SAUVETEUR EN OBTENANT LE BPJEPS AAN*

AVEC LA LIGUE ÎLE-DE-FRANCE DE NATATION ET LE CREPS

UNE VISIO DE PRÉSENTATION A LIEU MARDI 26 NOVEMBRE 2024 À 12H30

[CLIQUEZ ICI POUR ACCÉDER À LA VISIO](#)



*Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport - Activités Aquatiques et de la Natation

DÉROULEMENT DE LA FORMATION

-  **DU 16/01 AU 02/12/2025**
Inscription avant le 16 décembre 2024
-  **PRÉREQUIS**
Avoir 18 ans, être titulaire du PSE1 et du BNSSA
-  **TESTS DE SÉLECTIONS**
09 et 10 janvier 2025
-  **POSITIONNEMENT**
16 et 17 janvier 2025
-  **HEURES EN CENTRE**
630h sur le site du CREPS à Chatenay Malabry
-  **ALTERNANCE**
410h - sur des heures, mise à disposition au club et à la collectivité avec conventionnement

LE PARCOURS



Formation ouverte à l'apprentissage
Contrat d'apprentissage possible
Formation prise en charge
+ Salaire mensuel
+ Aide de l'employeur

SOUS CONTRAT D'APPRENTISSAGE
Les candidats sont salariés de la Ligue et mis à disposition en priorité des clubs fournissant des candidats - à l'exception des 2 mois d'été où ils seront positionnés sur les opérations estivales franciliennes.

RÉMUNÉRATION
18-20 ans = 750 €
21-25 ans = 936 €
+ 25 ans = 1766,50 €

FINANCEMENT
Prise en charge de l'apprentissage : 6700€
Autre prise en charge : 7250€
Frais de gestion (non remboursable) : 25€

RENSEIGNEMENTS
Fiche complète et inscription sur le site du CREPS : <https://www.creps-idf.fr>
CREPS : Ludvine Callanquin | ludvine.callanquin@creps-idf.fr
ERFAN : Jérôme Chastagner | jchastagner@if-natation.fr





 www.if-natation.fr
 01 40 31 19 29
  erfan@if-natation.fr
 



 www.if-natation.fr
 01 40 31 19 29
  erfan@if-natation.fr
 



ERFAN

Formation continue PSE1

L'**ERFAN Ile-de-France** organise, en partenariat avec la FFSS - A3S (Association Sauveteurs Secouristes de la Seine), une formation continue PSE1 le dimanche 5 janvier 2025 à Villeneuve-le-Roi.

Toutes les informations nécessaires ainsi que le dossier d'inscription sont disponibles en [clicquant ici](#).

Attention : Les dossiers d'inscription complétés doivent être renvoyés par mail avant le 20 décembre 2024.



NATATION ARTISTIQUE

Premier Synchronat de la saison

Le 24 novembre 2024, le club des Ulis a accueilli la première compétition régionale de la saison, les épreuves de **Synchronat Argent et Or**. Cet événement a rassemblé 54 nageuses Argent et 59 Or, issues de 10 clubs d'Île-de-France. Nous remercions chaleureusement le club des Ulis pour leur accueil et leur organisation de cette journée réussie.

Nous remercions tous ceux qui ont contribué à la réussite de cette journée, et en particulier **Cynthia Guion**, juge arbitre et **Mélie Huchet** qui a coordonné les juges en examen



NATATION ARTISTIQUE

Résultats Journées d'Automne

Les **Journées d'Automne**, qui s'est tenue ce week-end a rassemblé **13 clubs et plus de 150 nageuses et nageurs** et a permis:

- de déterminer les qualifications pour les **Championnats de France d'hiver jeunes et juniors**, qui se dérouleront à **Saint-Amand-les-Eaux du 12 au 14 décembre**
- de réunir nos nageurs avenir pour une première confrontation en imposés.

Félicitations à toutes les nageuses et tous les nageurs pour leurs performances, ainsi qu'à leurs entraîneurs pour leur engagement.

Cette compétition nous a également permis de mieux appréhender **le nouveau règlement**, faisant de cette étape une précieuse phase d'accompagnement pour les clubs et les officiels.

Nous souhaitons exprimer toute notre gratitude :

- Au **club du GPS Corbeil**, pour son accueil chaleureux et son organisation,
- À nos juges arbitres, **Martine ESTEVES** et **Marie-Christine MONGIAT**, pour leur expertise et leur disponibilité,
- Et à l'ensemble des officiels et bénévoles, sans qui cet événement n'aurait pas pu se tenir.

Pour les clubs qualifiés aux **Championnats de France**, nous vous conseillons :

- De faire valider votre **Coach Card** au plus vite,
- de déclarer les difficultés que vos athlètes sont en mesure de réaliser.

Nous souhaitons une excellente préparation à tous les clubs qualifiés pour Saint-Amand-les-Eaux.

Formation des juges

Nous souhaitons mettre en avant l'importance de la formation des juges en natation artistique. Lors des récentes formations théoriques et pratiques, leur mobilisation en nombre a été remarquable, et nous sommes ravis de constater une telle dynamique au sein de notre discipline.

Nous espérons vivement retrouver ces juges pour finaliser leur formation ou les voir intégrer les jurys lors des prochaines compétitions. Leur engagement est essentiel au bon déroulement de nos événements, et nous les remercions pour leur investissement.

NATATION ARTISTIQUE

Résultats Journées d'Automne



NATATION ARTISTIQUE

Commission Ile-de-France de natation artistique

1. Nomination de la commission IDF

Nous avons le plaisir de vous annoncer la composition de la commission Île-de-France de natation artistique. Nous remercions chaleureusement ses membres pour leur investissement au service des clubs et des départements.

Référent LIFN - Nathalie LAVOUX

Directeur Technique Régional LIFN - Dominique BASSET

- RÈGLEMENT : Martine ESTEVES et Sandrine LAGABBE
- FORMATION DES JUGES : Martine ESTEVES, Mélodie HUCHET et Sandrine LAGABBE
- ORGANISATION COMPÉTITION : Francine OCHANDO, Muriel CHASTAGNER et Gisèle CROUZILLE
- COLLECTIF IDF : Laurence DOISNEAU
- MASTER : Françoise Noyer et Mélodie HUCHET

La prochaine réunion de la commission est fixée au : **18 décembre 2024**

2. Rappel : Groupe WhatsApp pour la communication

Un groupe WhatsApp dédié est disponible pour communiquer en amont et durant les compétitions. Si vous ou votre club n'êtes pas encore inscrits, merci d'adresser votre demande à l'adresse suivante : **nat-synchro@lif-natation.fr**

3. Formation des juges

Nous saluons la forte mobilisation pour les récentes formations pratiques et théoriques. Votre engagement contribue activement au bon déroulement des compétitions de notre discipline. Nous espérons voir de nombreux juges finaliser leur formation et intégrer les jurys très prochainement.

4. La saison sportive a débuté !

Avec déjà 2 événements majeurs pour nos licenciés, Le synchronat argent et Or du 24/11/2024 et les Journées d'automne le 01/12/2024

Sandrine LAGABBE

Présidente de la commission Natation Artistique

s.lagabbe@lif-natation.fr

NATATION ARTISTIQUE

Compétition à venir :



PARTENAIRE PRINCIPAL



SUIVEZ NOUS SUR
f X @ d YouTube
ffnatation.fr



OFFICIELS

Compte rendu - Commission des officiels

Date : 26 novembre 2024

Présents : Magali TISSIER, Brigitte AROT, Ludivine ALLERON, Vanessa DURAND, Stéphane COMBES, Hervé SOTTOU, Julien DEGLIAME, Guy HORWITZ

Cette réunion s'est tenue en visioconférence.

Ouverture de la réunion à 20h00

Pour les prochaines compétitions, le Championnat régional de Sarcelles et le Meeting régional à Georges Vallerey, après avoir listé les officiels inscrits, ont été désigné :

- Pour Sarcelles : en Juge Arbitre : Anne PFEIFER et Stéphane COMBES (le samedi) et Rémy ZANNIER (le dimanche) en starter Suzanne ROUSSEAUX et Gérard LE CORRE
- Pour Georges Vallerey : en Juge Arbitre : Hervé SOTTOU et Yannick GOHARD, en starter : Jean-Marc ANDRE et Stéphane COMBES.

Nous décidons qu'il ne sera plus demandé aux départements de désigner les deuxième Juge Arbitre et deuxième Starter, nous souhaitons ouvrir plus largement ces postes aux officiels de la Ligue, pour se faire un mail sera envoyé aux Juge Arbitre et starter par trimestre afin de connaître leurs disponibilités pour tenir ces postes.

Un point est fait sur le jury des Championnats de France Juniors de Massy, sont inscrits à ce jour : 39 à 41 officiels par réunion, nous n'avons pas réussi à avoir uniquement des officiels faisant les 5 jours.

Nous évoquons la dernière circulaire sur la formation des officiels qui prévoit : « La participation à un championnat dans le cadre d'une sélection au titre du dispositif «immersion» équivaut à une formation continue qui doit être enregistrée dans Extranat par la ligue d'origine. » Estimant que la tenue de différents postes de manière autonome lors d'un championnat n'est pas équivalent à une révision des points du règlement, et, ne comprenant pas qu'un officiel n'étant pas à jour de sa formation continue puisse participer à une immersion, nous décidons qu'il sera proposé à la prochaine réunion de la commission élargie des officiels de la Ligue de ne pas appliquer cette disposition en Ile de France. En parallèle nous demanderons à la prochaine commission fédérale de revenir sur cette règle.

Nous allons créer des supports de formations qui seront mis à la disposition des départements pour se faire, nous allons solliciter les commissions départementales des officiels afin qu'elles nous fassent parvenir leurs supports respectifs. Un groupe de travail se réunira une première fois en présentiel un samedi pour commencer à travailler sur ce sujet, avec comme objectif de pouvoir présenter les supports lors d'une réunion des formateurs que nous souhaitons organiser au mois de mai 2025.

OFFICIELS

Compte rendu - Commission des officiels

Nous avons à ce jour 28 formateurs officiels natation course recensé en Ile de France, un mail sera envoyé aux responsables des commissions des officiels départemental afin de remettre cette liste à jour.

Nous rappelons que les officiels d'Ile de France peuvent faire leurs formation initiale et formation continue dans n'importe quel département de la Ligue, cela se pratique déjà couramment et de façon fluide entre les CD92, CD78 et CD95. Afin de faciliter cette pratique nous souhaiterions obtenir les dates des formations organisées par les différents CD, et les publier sur le site de la Ligue.

Fin de la réunion à 20h45

PLONGEON

Résultats Championnats d'hiver de tremplin 1m

Le dimanche 1er décembre s'est déroulé les championnats d'hiver de la ligue Île-de-France de Natation à Saint Maur des Fossées. Voici les résultats détaillés :

Jeunes - Filles Poussines Promotion - DPr - 1m

N°		Hauteur	Coe	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	Cumul	Points	Points	Pen
1	Fatima GOUDA (2015) -- Red Star Club Montreuil													
100A	Chandelle avant	1	1,0	6,0	6,0	6,0					18,0	18,00	18,00	
200A	Chandelle arrière	1	1,0	5,5	5,5	6,0					17,0	17,00	35,00	
101C	plongeon ordinaire avant	1	1,2	5,5	6,0	6,0					17,5	21,00	56,00	
201C	plongeon ordinaire arrière	1	1,5	4,5	4,5	5,5					14,5	21,75	77,75	

Jeunes - Filles Poussines D - 1m

N°		Hauteur	Coe	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	Cumul	Points	Points	Pen
1	Lilia CHAMBRETTE (2014) -- VGA Saint-Maur #3262251													
101C	plongeon ordinaire avant	1	1,2	4,5	3,5	4,0					12,0	14,40	14,40	
201C	plongeon ordinaire arrière	1	1,5	4,5	5,0	5,5					15,0	22,50	36,90	
401C	plongeon retourné	1	1,4	5,0	5,0	5,0					15,0	21,00	57,90	
301C	plongeon renversé	1	1,6	4,5	5,0	4,5					14,0	22,40	80,30	
402C	saut périlleux retourné	1	1,6	4,5	5,5	5,5					15,5	24,80	105,10	
103C	saut périlleux et demi avant	1	1,6	4,0	5,0	5,0					14,0	22,40	127,50	

Jeunes - Filles Minimes B - 1m

N°		Hauteur	Coe	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	Cumul	Points	Points	Pen
1	Tanina CHAMBRETTE (2010) -- VGA Saint-Maur #2261119													
101B	plongeon ordinaire avant	1	1,3	5,0	5,0	5,5					15,5	20,15	20,15	
201C	plongeon ordinaire arrière	1	1,5	5,0	5,5	5,5					16,0	24,00	44,15	
301C	plongeon renversé	1	1,6	4,5	5,5	5,5					15,5	24,80	68,95	
401B	plongeon retourné	1	1,5	4,5	5,0	5,0					14,5	21,75	90,70	
5211A	plongeon arrière avec ½ vrille	1	1,8	5,0	5,0	5,0					15,0	27,00	117,70	
402C	saut périlleux retourné	1	1,6	5,0	4,5	5,0					14,5	23,20	140,90	
103C	saut périlleux et demi avant	1	1,6	4,0	4,0	4,5					12,5	20,00	160,90	
302C	saut périlleux renversé	1	1,6	4,0	4,5	4,5					13,0	20,80	181,70	

Jeunes - Filles Cadettes A - 1m

N°		Hauteur	Coe	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	Cumul	Points	Points	Pen
1	Alix MARTEAU (2009) -- VGA Saint-Maur #2261193													
103B	saut périlleux et demi avant	1	1,7	5,5	6,0	5,0					16,5	28,05	28,05	
201C	plongeon ordinaire arrière	1	1,5	5,5	6,0	5,0					16,5	24,75	52,80	
301C	plongeon renversé	1	1,6	5,5	4,5	5,0					15,0	24,00	76,80	
401B	plongeon retourné	1	1,5	6,0	6,0	5,5					17,5	26,25	103,05	
5211A	plongeon arrière avec ½ vrille	1	1,8	5,0	5,5	5,5					16,0	28,80	131,85	
203C	saut périlleux et demi arrière	1	2,0	1,5	2,0	2,0					5,5	11,00	142,85	
104C	double saut périlleux avant	1	2,2	4,0	4,5	4,0					12,5	27,50	170,35	
403C	saut périlleux et demi retourné	1	2,2	2,5	2,0	2,0					6,5	14,30	184,65	
5221D	saut périlleux arrière avec ½ vrille	1	1,7	5,5	6,0	5,5					17,0	28,90	213,55	

PLONGEON

Résultats Championnats d'hiver de tremplin 1m

Le dimanche 1er décembre s'est déroulé les championnats d'hiver de la ligue Île-de-France de Natation à Saint Maur des Fossées. Voici les résultats détaillés :

Jeunes - Filles Cadettes A - 1m

N°		Hauteur	Coe	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	Cumul	Points	Points	Pen
2	Tanina CHAMBRETTE (2010) -- VGA Saint-Maur #2261119													
101B	plongeon ordinaire avant	1	1,3	5,0	5,0	5,5					15,5	20,15	20,15	
201C	plongeon ordinaire arrière	1	1,5	5,0	5,5	5,5					16,0	24,00	44,15	
301C	plongeon renversé	1	1,6	4,5	5,5	5,5					15,5	24,80	68,95	
401B	plongeon retourné	1	1,5	4,5	5,0	5,0					14,5	21,75	90,70	
5211A	plongeon arrière avec ½ vrille	1	1,8	5,0	5,0	5,0					15,0	27,00	117,70	
402C	saut périlleux retourné	1	1,6	5,0	4,5	5,0					14,5	23,20	140,90	
103C	saut périlleux et demi avant	1	1,6	4,0	4,0	4,5					12,5	20,00	160,90	
302C	saut périlleux renversé	1	1,6	4,0	4,5	4,5					13,0	20,80	181,70	
202C	saut périlleux arrière	1	1,5	4,5	4,5	5,0					14,0	21,00	202,70	

Jeunes - Garçons Poussins D - 1m

N°		Hauteur	Coe	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	Cumul	Points	Points	Pen
1	Sebastien GOTYCH (2014) -- VGA Saint-Maur													
101C	plongeon ordinaire avant	1	1,2	4,0	4,0	4,0					12,0	14,40	14,40	
201C	plongeon ordinaire arrière	1	1,5	4,0	4,0	4,0					12,0	18,00	32,40	
301C	plongeon renversé	1	1,6	2,0	2,0	2,5					6,5	10,40	42,80	
401C	plongeon retourné	1	1,4	4,0	5,0	4,5					13,5	18,90	61,70	
5211A	plongeon arrière avec ½ vrille	1	1,8	5,0	5,0	5,0					15,0	27,00	88,70	
103C	saut périlleux et demi avant	1	1,6	4,0	5,0	4,5					13,5	21,60	110,30	

Elite - Dames - 1m

N°		Hauteur	Coe	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	Cumul	Points	Points	Pen
1	Alix MARTEAU (2009) -- VGA Saint-Maur #2261193													
104C	double saut périlleux avant	1	2,2	4,0	5,0	5,0					14,0	30,80	30,80	
301C	plongeon renversé	1	1,6	4,0	4,0	4,0					12,0	19,20	50,00	
203C	saut périlleux et demi arrière	1	2,0	4,5	4,5	4,0					13,0	26,00	76,00	
403C	saut périlleux et demi retourné	1	2,2	4,5	4,5	3,5					12,5	27,50	103,50	
5221D	saut périlleux arrière avec ½ vrille	1	1,7	6,0	5,5	5,5					17,0	28,90	132,40	
2	Clara VALROFF (2001) -- Red Star Club Montreuil													
103B	saut périlleux et demi avant	1	1,7	5,0	5,0	5,5					15,5	26,35	26,35	
401C	plongeon retourné	1	1,4	6,0	6,0	6,0					18,0	25,20	51,55	
201C	plongeon ordinaire arrière	1	1,5	6,0	6,0	6,0					18,0	27,00	78,55	
301C	plongeon renversé	1	1,6	5,0	6,0	6,0					17,0	27,20	105,75	
5122D	saut périlleux avant avec 1 vrille	1	1,9	4,5	4,0	5,5					14,0	26,60	132,35	
3	Juliette NEBOUT (2003) -- Red Star Club Montreuil													
103C	saut périlleux et demi avant	1	1,6	5,0	4,5	5,5					15,0	24,00	24,00	
401C	plongeon retourné	1	1,4	4,0	4,0	4,0					12,0	16,80	40,80	
201C	plongeon ordinaire arrière	1	1,5	5,5	4,0	5,5					15,0	22,50	63,30	
301C	plongeon renversé	1	1,6	3,5	2,5	3,5					9,5	15,20	78,50	
5221D	saut périlleux arrière avec ½ vrille	1	1,7	5,0	5,0	5,0					15,0	25,50	104,00	

PLONGEON

Résultats Championnats d'hiver de tremplin 1m

Le dimanche 1er décembre s'est déroulé les championnats d'hiver de la ligue Île-de-France de Natation à Saint Maur des Fossées. Voici les résultats détaillés :

Elite - Messieurs - 1m

N°		Hauteur	Coe	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	Cumul	Points	Points	Pen
1	Julien PUCHOIS (2002) -- Red Star Club Montreuil													
	105B double saut périlleux et demi avant	1	2,6	6,0	5,5	7,0					18,5	48,10	48,10	
	403B saut périlleux et demi retourné	1	2,4	6,5	7,0	7,0					20,5	49,20	97,30	
	203B saut périlleux et demi arrière	1	2,3	3,0	3,5	4,5					11,0	25,30	122,60	
	303B saut périlleux et demi renversé	1	2,4	6,0	6,0	5,5					17,5	42,00	164,60	
	5331D saut périlleux et demi renversé avec ½ vrille	1	2,2	6,0	6,0	6,0					18,0	39,60	204,20	
	5132D saut périlleux et demi avant avec 1 vrille	1	2,2	6,5	6,5	7,0					20,0	44,00	248,20	

Elite - Messieurs - 1m

N°		Hauteur	Coe	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	Cumul	Points	Points	Pen
2	Paul-Emile SIMOËNS (2004) -- Red Star Club Montreuil													
	103B saut périlleux et demi avant	1	1,7	5,5	6,5	6,0					18,0	30,60	30,60	
	403B saut périlleux et demi retourné	1	2,4	5,5	4,5	5,5					15,5	37,20	67,80	
	203B saut périlleux et demi arrière	1	2,3	5,5	6,0	5,5					17,0	39,10	106,90	
	303C saut périlleux et demi renversé	1	2,1	6,5	6,5	6,5					19,5	40,95	147,85	
	5132D saut périlleux et demi avant avec 1 vrille	1	2,2	2,0	2,0	4,0					8,0	17,60	165,45	
	105C double saut périlleux et demi avant	1	2,4	5,5	4,5	5,5					15,5	37,20	202,65	
3	Manuel POTOR (1989) -- Paris Aquatique													
	103B saut périlleux et demi avant	1	1,7	6,0	6,0	5,5					17,5	29,75	29,75	
	203B saut périlleux et demi arrière	1	2,3	5,0	5,0	5,5					15,5	35,65	65,40	
	303B saut périlleux et demi renversé	1	2,4	4,0	4,0	5,0					13,0	31,20	96,60	
	403B saut périlleux et demi retourné	1	2,4	5,0	5,0	4,5					14,5	34,80	131,40	
	105C double saut périlleux et demi avant	1	2,4	4,0	4,0	4,0					12,0	28,80	160,20	
	5132D saut périlleux et demi avant avec 1 vrille	1	2,2	4,0	3,5	4,0					11,5	25,30	185,50	
4	Tanguy POMMELLET (1995) -- Red Star Club Montreuil													
	103C saut périlleux et demi avant	1	1,6	5,0	6,0	6,0					17,0	27,20	27,20	
	403C saut périlleux et demi retourné	1	2,2	5,5	5,5	6,0					17,0	37,40	64,60	
	301C plongeon renversé	1	1,6	4,5	5,0	5,5					15,0	24,00	88,60	
	203C saut périlleux et demi arrière	1	2,0	5,0	5,0	4,5					14,5	29,00	117,60	
	5223D saut périlleux arrière avec 1 vrille et demie	1	2,3	5,0	5,5	6,0					16,5	37,95	155,55	
	105C double saut périlleux et demi avant	1	2,4	0,0	0,0	0,0					0,0	0,00	155,55	1
5	Christophe BRALLEY (1973) -- Red Star Club Montreuil													
	103C saut périlleux et demi avant	1	1,6	4,5	4,5	4,5					13,5	21,60	21,60	
	203C saut périlleux et demi arrière	1	2,0	2,0	1,5	2,0					5,5	11,00	32,60	
	302C saut périlleux renversé	1	1,6	3,5	4,0	3,5					11,0	17,60	50,20	
	401C plongeon retourné	1	1,4	4,5	5,0	4,0					13,5	18,90	69,10	
	5122D saut périlleux avant avec 1 vrille	1	1,9	0,5	0,5	2,5					3,5	6,65	75,75	
	104C double saut périlleux avant	1	2,2	1,5	2,0	4,0					7,5	16,50	92,25	

PLONGEON

Compétition à venir :

14 & 15 DÉCEMBRE 2024

BOURG-EN-BRESSE
PISCINE CARRÉ D'EAU

PLONGEON
MEETING
DES **LUMIERES**

ENTRÉE GRATUITE

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION

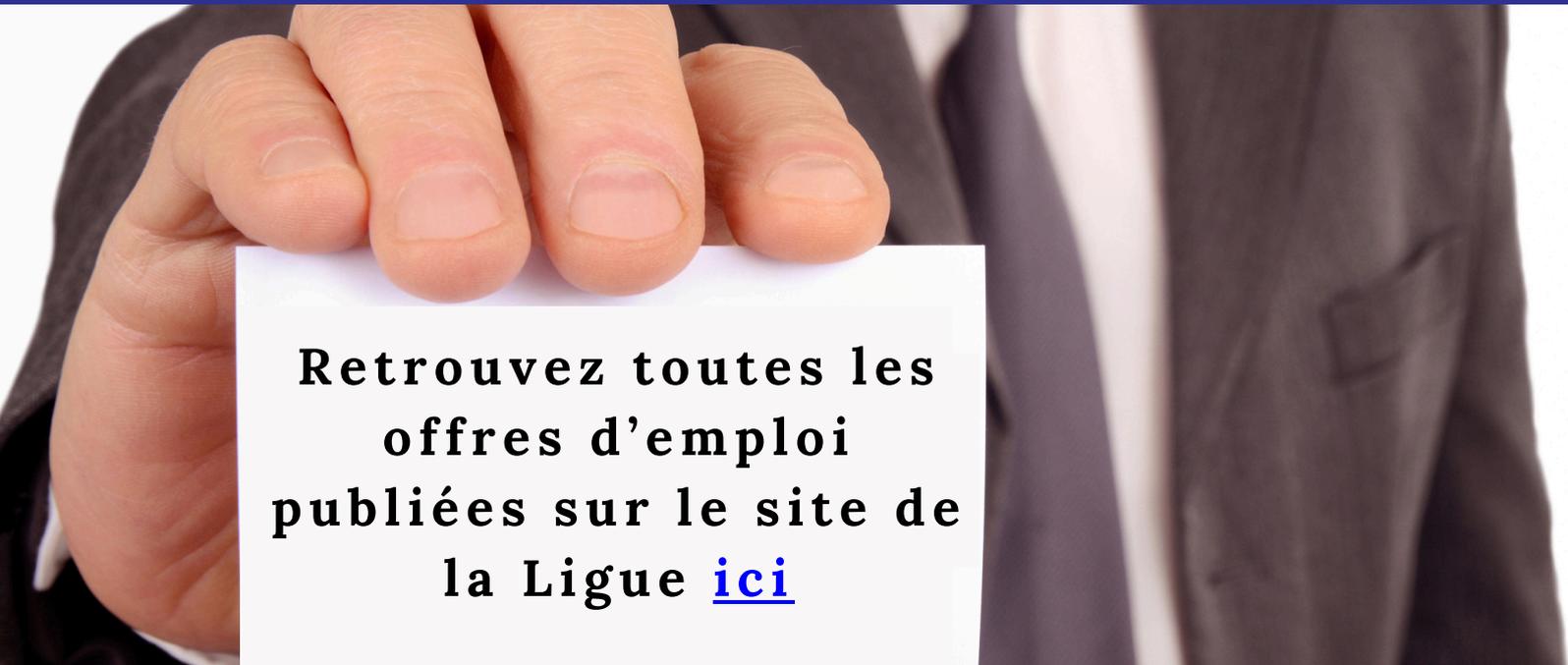
PARTENAIRE PRINCIPAL
edf

PARTENAIRES OFFICIELS
ANALYSE MOUV
BIODERMA
flunch

SUIVEZ NOUS SUR
f X @ d You Tube
ffnatation.fr



Offre d'emploi

A close-up photograph of a person's hand holding a white rectangular card. The person is wearing a dark suit jacket and a white shirt. The card contains text in a typewriter-style font. The word 'ici' is underlined and colored blue.

**Retrouvez toutes les
offres d'emploi
publiées sur le site de
la Ligue [ici](#)**

Nos partenaires





**POWERSKIN
CARBON
GLIDE**

**SENTEZ LA
GLISSE.**

Deux tous nouveaux tissus s'associent pour offrir une incroyable sensation de vitesse dans l'eau.

LYDIA JACOBY

arenasport.com



Ligue Île-de-France de Natation

163 Boulevard Mortier - 75020 Paris

Email : lif@lif-natation.fr

Site web : www.lif-natation.fr

Facebook: www.facebook.com/iledefranceNatation

Instagram: www.instagram.com/ligue_idf_natation

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/ligue-ile-de-france-de-natation/>