



S
A
I
S
O
N

2
0
1
5
-
2
0
1
6



CALENDRIER
ET
PROGRAMMES









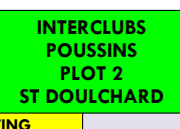








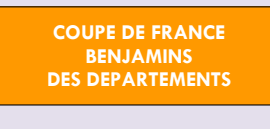
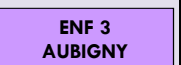









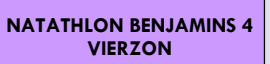


CALENDRIER SPORTIF FFN 2015-2016

septembre 2015		octobre 2015		novembre 2015		décembre 2015		janvier 2016		février 2016	
Ma 1		Je 1		Di 1	Toussaint	Ma 1		Ve 1	Jour de l'An	Lu 1	Réunion Bureau
Me 2		Ve 2		Lu 2	Réunion Bureau	Me 2		Sa 2		Ma 2	
Je 3		Sa 3	Juges & Arbitres	Ma 3		Je 3		Di 3		Me 3	
Ve 4		Di 4	Formation/Recyclage Officiels du Cher	Me 4		Ve 4		Lu 4	Réunion Comité	Je 4	
Sa 5	EAU LIBRE CHAILLAC	Lu 5	Réunion Comité	Je 5		Sa 5	CHAMPIONNATS REGIONAUX HIVER	Ma 5		Ve 5	
Di 6	EAU LIBRE VIERZON	Ma 6		Ve 6		Di 6	TOURS MEETING ES AUBIGNY	Me 6		Sa 6	INTERCLUBS POUSSINS PLOT 2 ST DOULCHARD
Lu 7	Réunion Comité	Me 7	Comité Directeur	Sa 7	INTERCLUBS REGIONAUX OLIVET	Lu 7	Réunion Comité	Je 7		Di 7	MEETING NATIONAL TOURS
Ma 8		Je 8		Di 8	INTERCLUBS DEPART VIERZON.	Ma 8		Ve 8		Lu 8	STAGE DEPARTEMENTAL BENJAMINS CREPS BOURGES
Me 9		Ve 9		Lu 9		Me 9		Sa 9	Formation Officiel A	Ma 9	
Je 10		Sa 10	Recyclage Off.A	Ma 10		Je 10		Di 10		Me 10	
Ve 11		Di 11	JOURNEE D'AUTOMNE BOURGES	Me 11	Armistice 1918	Ve 11		Lu 11		Je 11	
Sa 12	EAU LIBRE VIERZON	Lu 12		Je 12		Sa 12	ENF 2 BOURGES GIBJONCS	Ma 12		Ve 12	
Di 13		Ma 13		Ve 13		Di 13	INTERCLUBS BENJAMINS 1er PLOT (18-36-41)	Me 13		Sa 13	
Lu 14		Me 14		Sa 14	ENF 1 AUBIGNY	Lu 14		Je 14		Di 14	
Ma 15		Je 15		Di 15	INTERCLUBS POUSSINS PLOT 1 SAINT GERMAIN	Ma 15		Ve 15		Lu 15	
Me 16		Ve 16		Lu 16		Me 16		Sa 16	MEETING NATIONAL CHARTRES TRIALS POUSSINS ST GERMAIN	Ma 16	
Je 17		Sa 17	A.G DU CENTRE ROMORANTIN	Ma 17		Je 17		Di 17	NATATHLON BENJAMINS 1 SAINT GERMAIN	Me 17	
Ve 18		Di 18		Me 18		Ve 18		Lu 18	Commission Sportive	Je 18	
Sa 19		Lu 19		Je 19	CHAMPIONNATS DE FRANCE ELITE 25m HIVER ANGERS	Sa 19	CHAMPIONNATS N2 HIVER 25m CHOLET	Ma 19		Ve 19	
Di 20		Ma 20		Ve 20		Di 20		Me 20		Sa 20	Juges & Arbitres
Lu 21		Me 21		Sa 21	CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX HIVER SAINT FLORENT	Lu 21		Je 21		Di 21	
Ma 22		Je 22		Di 22		Ma 22		Ve 22		Lu 22	
Me 23		Ve 23		Lu 23		Me 23		Sa 23		Ma 23	
Je 24		Sa 24		Ma 24		Je 24		Di 24	MEETING VIERZON NATATION	Me 24	Comité Directeur
Ve 25		Di 25		Me 25		Ve 25	Noël	Lu 25		Je 25	
Sa 26	A.G DU CHER SAINT FLORENT	Lu 26		Je 26		Sa 26		Ma 26		Ve 26	
Di 27		Ma 27		Ve 27		Di 27		Me 27		Sa 27	NATATHLON POUSSINS 1 ST FLORENT
Lu 28		Me 28		Sa 28		Lu 28		Je 28		Di 28	NATATHLON BENJAMINS 2 ST FLORENT
Ma 29		Je 29		Di 29	DEMI-FOND REGIONAL VIERZON INTERCLUBS DES MAITRES CHATEAUDUN	Ma 29		Ve 29		Lu 29	
Me 30		Ve 30		Lu 30		Me 30		Sa 30	INTERCLUBS BENJAMINS 2ème PLOT CHARTRES INTERCLUBS DES MAITRES		
		Sa 31				Je 31		Di 31	INTERCLUBS MINIMES CHARTRES		

CALENDRIER SPORTIF FFN 2015-2016

Edition du 10/09/2015

février 2016		mars 2016		avril 2016		mai 2016		juin 2016		juillet 2016			
Lu 1	 Réunion Bureau	Ma 1		Ve 1	FRANCE ELITE 50 m MONTPELLIER	Di 1	Fête du Travail	Me 1		Ve 1			
Ma 2		Me 2		Sa 2		Lu 2	 Réunion Comité	Je 2		Sa 2	 TROPHEE MONTARON MEHUN	 TROPHEE LUCIEN ZINS	 LUCIEN ZINS INTERREG
Me 3		Je 3		Di 3		Ma 3		Ve 3		Di 3			
Je 4		Ve 4		Lu 4	 Réunion Bureau	Me 4		Sa 4	ENF 4 VIERZON (matin)	Lu 4	 Réunion Comité		
Ve 5		Sa 5	 MAITRES REGIONAUX HIVER MONTARGIS	Ma 5	STAGE BENJAMINS BELLEVILLE SUR LOIRE	Je 5	Ascension	Di 5	 MASTERS REGIONAUX ETE GIEN	Ma 5			
Sa 6	 INTERCLUBS POUSSINS PLOT 2 ST DOULCHARD	Di 6	 COUPE DU CHER BOURGES	Me 6		STAGE POUSSINS BELLEVILLE SUR LOIRE	Ve 6	COUPE DE FRANCE DES REGIONS	Lu 6	 Réunion Bureau	Me 6		
Di 7	 MEETING NATIONAL TOURS	Lu 7	 Réunion Comité	Je 7		Sa 7		Ma 7		Je 7			
Lu 8	STAGE DEPARTEMENTAL BENJAMINS CREPS BOURGES	Ma 8		Ve 8		Di 8	Victoire 1945	Me 8	 Comité Directeur	Ve 8	CHAMPIONNATS N2 ETE 50m		
Ma 9		Me 9		Sa 9		Lu 9		Je 9		Sa 9			
Me 10		Je 10		Di 10		Ma 10		Ve 10		Di 10			
Je 11		Ve 11		Lu 11		Me 11		Sa 11	 CHAMPIONNATS REGIONAUX ETE 50m CHARTRES	Lu 11			
Ve 12		Sa 12	 Comité Directeur A.G DU CENTRE ORLEANS	Ma 12		Je 12		Di 12		Ma 12			
Sa 13		Di 13		Me 13		Ve 13		Lu 13	 Commission Sportive	Me 13			
Di 14		Lu 14		Je 14		Sa 14		Ma 14		Je 14	Fête Nationale		
Lu 15		Ma 15		Ve 15		Di 15	Pentecôte	Me 15		Ve 15			
Ma 16		Me 16		Sa 16		Lu 16	Lundi de Pentecôte	Je 16		Sa 16			
Me 17		Je 17		Di 17		Ma 17		Ve 17		Di 17			
Je 18		Ve 18	CHAMPIONNATS N2 HIVER 50m TOURS	Lu 18		Me 18		Sa 18	 COUPE DE FRANCE BENJAMINS DES DEPARTEMENTS	Lu 18			
Ve 19		Sa 19		 ENF 3 AUBIGNY	Ma 19		Je 19			Di 19	Ma 19		
Sa 20	 Juges & Arbitres	Di 20		Me 20		Ve 20		Lu 20		Me 20			
Di 21		Lu 21		Je 21	 MASTERS DEPARTEMENTAUX AUBIGNY	Sa 21		Ma 21		Je 21	CHAMPIONNATS DE FRANCE 15 ANS et MOINS		
Lu 22		Ma 22		Ve 22		Di 22		Me 22		Ve 22			
Ma 23		Me 23		Sa 23	 2ème MEETING REGIONAL LA SOURCE	Lu 23	 NATATHLON POUSSINS 2 AUBIGNY	Je 23		Sa 23			
Me 24	 Comité Directeur	Je 24	FRANCE MASTERS HIVER	Di 24	 NATATHLON BENJAMINS 3 AUBIGNY	Ma 24		Ve 24		Di 24			
Je 25		Ve 25		Lu 25		Me 25		Sa 25	 FINALE NATATHLON POUSSINS BLOIS	Lu 25			
Ve 26		Sa 26		Ma 26		Je 26		Di 26	 CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX ETE SAINT GERMAIN	Ma 26			
Sa 27	 1er MEETING REGIONAL ?	Di 27	 NATATHLON POUSSINS 1 ST FLORENT	Me 27		Ve 27		Lu 27		Me 27	CHAMPIONNATS DE FRANCE 16 ANS et PLUS		
Di 28		Lu 28	 NATATHLON BENJAMINS 2 ST FLORENT	Je 28		Sa 28	 NATATHLON POUSSINS 3 VIERZON	Ma 28		Je 28			
Lu 29		Ma 29	FRANCE ELITE 50 m MONTPELLIER	Ve 29		Di 29	 NATATHLON BENJAMINS 4 VIERZON	Me 29		Ve 29			
		Me 30		Sa 30		Lu 30		Je 30		Sa 30			
		Je 31				Ma 31				Di 31			

Journée d'AUTOMNE

DATE	10 -11 OCTOBRE 2015		
LIEU	BOURGES		
OUVERTURE DES PORTES	14.00 h	08.00 h	14.00 h
DEBUT DES EPREUVES	14.45 h	08.45 h	14.45 h
CODES NAGES ET EPREUVES	50 PAP FILLES 50 PAP GARCONS 100 DOS FILLES 100 DOS GARCONS 400 NL FILLES 400 NL GARCONS 100 BRASSE FILLES 100 BRASSE GARCONS 50 NL FILLES 50 NL GARCONS 200 4N FILLES 200 4N GARCONS	100 PAP FILLES 100 PAP GARCONS 200 DOS FILLES 200 DOS GARCONS 800 NL FILLES 800 NL GARCONS 1500 NL FILLES 1500 NL GARCONS 200 BRASSE FILLES 200 BRASSE GARCONS	100 NL FILLES 100 NL GARCONS 50 DOS FILLES 50 DOS GARCONS 200 PAP FILLES 200 PAP GARCONS 50 BRASSE FILLES 50 BRASSE GARCONS 200 NL FILLES 200 NL GARCONS 400 4N FILLES 400 4N GARCONS
ENGAGEMENTS	En ligne sur l'Extranat au plus tard le , JEUDI 08 OCTOBRE 2015 , à minuit Gestion ACBourges contact : annie.beal@club-internet.fr tel:0667498195		

Tarifs :

IND : 0,65 €

Epreuves interdites aux benjamins, poussins et avenirs avec toutefois une tolérance aux benjamins de la sélection départementale 2015 ayant participé à la Coupe de France des départements

Les séries seront nagées au temps et les classements effectués toutes catégories confondues

Les nageurs et nageuses n'effectuant pas le 1500 m NL en 22'.00 devront être engagés en 800 m.

En fonction du nombres de participants pour chacune d'elles les épreuves de fonds et demi-fonds seront doublées , voire en série mixte.

Récompenses :

néant

Catégories :

néant



INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX

DATE	8 NOVEMBRE 2015	
LIEU	VIERZON	
OUVERTURE DES PORTES	08.00 h Limite de déclaration des forfaits 8h30	14.00 h
DEBUT DES EPREUVES	09.00 h	14.45 h
CODES NAGES ET EPREUVES	10 x 50 NL DAMES 10 x 50 NL MESSIEURS 100 DOS DAMES 200 DOS MESSIEURS 100 BRASSE DAMES 200 BRASSE MESSIEURS 100 NL DAMES 400 NL MESSIEURS 100 PAPILLON DAMES 200 PAPILLON MESSIEURS 100 4 N DAMES 200 4 N MESSIEURS 4 x 100 NL DAMES 4 x 100 NL MESSIEURS	4 x 200 NL DAMES 4 x 200 NL MESSIEURS 200 DOS DAMES 100 DOS MESSIEURS 200 BRASSE DAMES 100 BRASSE MESSIEURS 400 NL DAMES 100 NL MESSIEURS 200 PAPILLON DAMES 100 PAPILLON MESSIEURS 200 4 N DAMES 100 4 N MESSIEURS 4 x 100 4 N DAMES 4 x 100 4 N MESSIEURS
ENGAGEMENTS	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 5 NOVEMBRE 2015 à minuit Gestion VN : contact : vierzonnatation@gmail.com Tel : 0648580191	

Tarifs : EQUIPE : 15,00 €

Chaque équipe est composée de dix nageurs avec l'obligation de participer à une épreuve individuelle et au relais 10 x 50 m nage libre. Lorsque les titulaires du relais 10 x 50 m 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 précédent le départ du 10 x 50 m 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 10 x 50 m nage libre. Plusieurs équipes peuvent être engagées, sous réserve que l'équipe supérieure soit complète et que toutes les épreuves soient nagées. la notion « d'épreuve nagée » signifie que le nageur a effectué son parcours dans le respect des caractéristiques de l'épreuve (style et distance) du départ à l'arrivée. Sous réserve qu'il l'ait terminée, l'épreuve est considérée comme nagée même si le nageur est disqualifié pour une faute technique (nage ou virage). Dans tous les autres cas, disqualifications sur style de nage, faux départ, abandon ou forfait l'épreuve est réputée non nagée

Les équipes incomplètes peuvent participer mais ne seront pas classées.

Les séries seront nagées au temps. Les classements s'effectuent à l'aide de la table fédérale et les relais ne sont pas doublé. En cas d'égalité au total des points, l'addition des temps des relais servira à départager les équipes, toutes catégories confondues

les nageurs nés en 2005 et après ont l'obligation d'être titulaires du Pass'compétition

Coupes aux trois premières équipes dames et messieurs

néant

Récompenses :

Catégories :



1^{ère} Journée ENF

PASS'SPORT DE L'EAU

DATE	14 NOVEMBRE 2015		
LIEU	AUBIGNY		
OUVERTURE DES PORTES	14.00 h		
DEBUT DES EPREUVES	14.30 h		
OBJECTIFS VISES Compétences "Être capable de..."	EPREUVE NATATION SYNCHRONISEE Présentation hors de l'eau Entrée à l'eau Rotation Elever un bras le plus haut possible Lever une jambe le plus haut possible Déplacement dorsal par la tête Saluer au minimum 2 secondes	EPREUVE PLONGEON Présentation hors de l'eau Impulsion verticale sur place hors de l'eau Roulade avant par-dessus un obstacle hors de l'eau Rotation longitudinale hors de l'eau Impulsion verticale sur place hors de l'eau Rotation avant Entrée dans l'eau par la tête Rotation arrière	EPREUVE WATER POLO Lancer un ballon Nager en crawl tête hors de l'eau Changer de direction et tirer vite vers le but Reprendre un déplacement en crawl après un tir Appeler et recevoir un ballon Avancer en position offensive et tirer au but à une distance de 3.00 mètres
	OBJECTIFS VISES Compétences "Être capable de..."	EPREUVE NATATION COURSE Départ plongé Coulée sans mouvement de 5m aux talons 25 m crawl sans arrêt Culbute avec poussée au mur Déplacement dorsal par la tête avec immersion jusqu'au passage des mains à 3 m du mur 25 m dos crawlé sans arrêt Arrivée sur le dos	EPREUVE NAGE AVEC PALME Départ plongé du plot Coulée de 7.50 mètres Déplacement sur le ventre et respiration avec tuba Virage culbute Coulée ventrale 7.50 mètres Retour ondulations bras devant
ENGAGEMENTS	Par mail avec la fiche navette au plus tard le, MERCREDI 11 NOVEMBRE 2015 contact : dansin.vivianne@orange.fr ou jeanpierre.duquenet@bbox.fr		



Tarifs : IND : 0,50 €



1^{ère} Journée ENF

PASS'COMPETITION

DATE	14 NOVEMBRE 2015
LIEU	AUBIGNY
OUVERTURE DES PORTES	14:00 h
DEBUT DES EPREUVES	14:30 h
OBJECTIFS VISES Compétences "Être capable de..."	<p>100 4NAGES</p> <p>S'approprier l'environnement de la compétition et respecter les procédures.</p> <p>Réaliser un départ de compétition</p> <p>Parcourir 25 mètres en papillon</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage papillon avec le dos.</p> <p>Parcourir 25 mètres en dos.</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage dos avec la brasse.</p> <p>Parcourir 25 mètres en brasse.</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage brasse avec la nage libre.</p> <p>Parcourir 25 mètres nage libre.</p> <p>Rester concentré jusqu'à la touche du mur. Prendre connaissance de ma performance</p>
ENGAGEMENTS	<p>En mail au plus tard le, JEUDI 12 NOVEMBRE 2015</p> <p>Gestion Patrick GIMONET contact : patrick.gimonet@sfr.fr tél: 06.89.80.17.58</p>



Tarifs :

IND : 0,50 €



1^{ère} Journée ENF

COMPETITION LOCALE

<u>DATE</u>	14 NOVEMBRE 2015
<u>LIEU</u>	AUBIGNY
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	14:00 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	14:30 h
<u>OBJECTIFS VISES</u>	25 DOS DAMES ET MESSIEURS 25 BRASSE DAMES ET MESSIEURS 25 NAGE LIBRE DAMES ET MESSIEURS
<u>ENGAGEMENTS</u>	Sur place ou par mail Gestion Patrick GIMONET contact : patrick.gimonet@sfr.fr tél: 06.89.80.17.58

- Tarifs :** IND : 0,50 €
Compétition ouverte aux nageurs participants aux test ENF de la réunion pas'sport de l'eau et pass'compétition
- Récompenses :** médailles de participation
Pas d'édition de classement ni de résultats.
- Catégories :** néant



Interclubs Poussins Plot 1

<u>DATE</u>	15 NOVEMBRE 2015
<u>LIEU</u>	SAINT-GERMAIN
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	14.00 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	14.45 h
<u>CODES NAGES ET EPREUVES</u>	RELAIS MIXTE (2 FILLES-2 GARÇONS) 4 x 50 4N 4 x 50 NL 4 x 50 BR 4 x 50 PAP
<u>ENGAGEMENTS</u>	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 12 NOVEMBRE 2015 à minuit Gestion CNMG contact : cnmg@wanadoo.fr Tel : 02.48.66.34.32

Tarifs :

EQUIPE : 10,00 €

Compétition par équipe mixte de 4 nageurs (2 filles-2 garçons) qui doivent obligatoirement participer aux 4 relais.

Un club ne peut engager une nouvelle équipe que si toutes les précédentes sont complètes

les nageurs ont l'obligation d'être titulaires du Pass'compétition NC

A l'issue du 1^{er} relais, aucun changement ni remplacement ne peut être effectué

Récompenses :

Coupes et médailles aux trois premières équipes du classement départemental au cumul des points des 4 relais Mixtes

Les équipes incomplètes, H.C. ou hors département ne seront pas récompensées et n'apparaîtront pas dans les résultats.

Catégories :

POUSSINS: Filles et Garçons 11 ans et moins nés en 2005, 2006 et 2007



Championnats Départementaux HIVER

DATE	21-22 NOVEMBRE 2015		
LIEU	SAINT-FLORENT		
OUVERTURE DES PORTES	14.00 h	08.30 h	14.00 h
DEBUT DES EPREUVES	14.45 h	09.15 h	14.45 h
CODES NAGES ET EPREUVES	<p><i>400 NL D ET M BENJ</i> 800 NL DAMES 1500 NL MESSIEURS 50 NL DAMES 50 NL MESSIEURS 200 DOS DAMES 200 DOS MESSIEURS <i>50 BR D ET M BENJ</i> 100 BRASSE DAMES 100 BRASSE MESSIEURS 100 PAPILLON DAMES 100 PAPILLON MESSIEURS</p>	<p>1500 NL DAMES 800 NL MESSIEURS <i>50 DOS D ET M BENJ</i> 100 DOS DAMES 100 DOS MESSIEURS 200 BRASSE DAMES 200 BRASSE MESSIEURS 50 PAPILLON DAMES 50 PAPILLON MESSIEURS <i>50 PAP D ET M BENJ</i> 200 NL DAMES 200 NL MESSIEURS 400 4 N DAMES 400 4 N MESSIEURS</p>	<p>400 NL DAMES 400 NL MESSIEURS <i>50 NL D ET M BENJ</i> 50 DOS DAMES 50 DOS MESSIEURS 200 PAPILLON DAMES 200 PAPILLON MESSIEURS 50 BRASSE DAMES 50 BRASSE MESSIEURS 200 4 N DAMES 200 4 N MESSIEURS <i>200 4N D ET M BENJ</i> 100 NL DAMES 100 NL MESSIEURS</p>
ENGAGEMENTS	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 19 NOVEMBRE 2015 à minuit Gestion CNF Karine Chaillot contact : kchaillot@gmail.com tél:06 08 94 21 30		

Tarifs :

IND : 1,65 €

Compétition qualificative pour accéder aux championnats régionaux en bassin de 25 m
Epreuves ouvertes à tous les nageurs de 2001 et avant. limitées à 3 par réunion.
les épreuves grisées concernent exclusivement les benjamins pour leur championnat .

Récompenses :

Médailles aux trois premiers de chaque épreuves Dames et Messieurs des catégories ci-dessous

Catégories :

MINIMES : 14 et 15 ans nés en 2001 et 2002
CADETS : 16 et 17 ans nés en 2000 et 1999
JUNIORS-SENIORS : 18 ans et plus nés en 1998 et avant



CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX HIVER BENJAMINS

DATE	21 & 22 NOVEMBRE 2015		
LIEU	SAINT-FLORENT		
OUVERTURE DES PORTES	14.00 h	08.30 h	14.00 h
DEBUT DES EPREUVES	14.45 h	09.15 h	14.45 h
CODES NAGES ET EPREUVES	400 NL DAMES 400 NL MESSIEURS 50 BRASSE DAMES 50 BRASSE MESSIEURS	50 DOS DAMES 50 DOS MESSIEURS 50 PAP DAMES 50 PAP MESSIEURS	50 NL DAMES 50 NL MESSIEURS 200 4 N DAMES 200 4 N MESSIEURS
ENGAGEMENTS	Sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 19 NOVEMBRE 2015 à minuit Gestion CNF Karine Chaillot contact : kchaillot@gmail.com tél:06 08 94 21 30		

Tarifs :

IND : 1,65 €

Compétition départementale, organisée dans le cadre des Championnats départementaux d'hiver et dont les épreuves sont croisées avec celles des départementaux TC .

Epreuves accessibles à tous les benjamins en vue d'affiner et formaliser la sélection départementale benjamins pour la Coupe de France des départements

Récompenses :

Médailles aux trois premiers de chaque épreuves Dames et Messieurs des catégories ci-dessous

Catégories :

BENJAMINS : 12 et 13 ans nés en 2003 et 2004



2^{ème} Journée ENF

PASS'SPORT DE L'EAU

<u>DATE</u>	12 DECEMBRE 2015		
<u>LIEU</u>	BOURGES-GIBJONCS		
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	10.00 h		
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	10.30 h		
OBJECTIFS VISES Compétences "Être capable de..."	EPREUVE NATATION SYNCHRONISEE Présentation hors de l'eau Entrée à l'eau Rotation Elever un bras le plus haut possible Lever une jambe le plus haut possible Déplacement dorsal par la tête Saluer au minimum 2 secondes	EPREUVE PLONGEON Présentation hors de l'eau Impulsion verticale sur place hors de l'eau Roulade avant par-dessus un obstacle hors de l'eau Rotation longitudinale hors de l'eau Impulsion verticale sur place hors de l'eau Rotation avant Entrée dans l'eau par la tête Rotation arrière	EPREUVE WATER POLO Lancer un ballon Nager en crawl tête hors de l'eau Changer de direction et tirer vite vers le but Reprendre un déplacement en crawl après un tir Appeler et recevoir un ballon Avancer en position offensive et tirer au but à une distance de 3.00 mètres
OBJECTIFS VISES Compétences "Être capable de..."	EPREUVE NATATION COURSE Départ plongé Coulée sans mouvement de 5m aux talons 25 m crawl sans arrêt Culbute avec poussée au mur Déplacement dorsal par la tête avec immersion jusqu'au passage des mains à 3 m du mur 25 m dos crawlé sans arrêt Arrivée sur le dos	EPREUVE NAGE AVEC PALME Départ plongé du plot Coulée de 7.50 mètres Déplacement sur le ventre et respiration avec tuba Virage culbute Coulée ventrale 7.50 mètres Retour ondulations bras devant	
<u>ENGAGEMENTS</u>	Par mail avec la fiche navette au plus tard le, MERCREDI 9 DECEMBRE 2015 contact : dansin.vivianne@orange.fr ou jeanpierre.duquenet@bbox.fr		



Tarifs : IND : 0,50 €



2^{ème} Journée ENF PASS'COMPETITION

<u>DATE</u>	12 DECEMBRE 2015
<u>LIEU</u>	BOURGES-GIBJONCS
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	14:00 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	14:30 h
<u>OBJECTIFS VISES</u> Compétences "Être capable de..."	<p>100 4NAGES</p> <p>S'approprier l'environnement de la compétition et respecter les procédures.</p> <p>Réaliser un départ de compétition</p> <p>Parcourir 25 mètres en papillon</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage papillon avec le dos.</p> <p>Parcourir 25 mètres en dos.</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage dos avec la brasse.</p> <p>Parcourir 25 mètres en brasse.</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage brasse avec la nage libre.</p> <p>Parcourir 25 mètres nage libre.</p> <p>Rester concentré jusqu'à la touche du mur. Prendre connaissance de ma performance</p>
<u>ENGAGEMENTS</u>	<p>En mail au plus tard le, JEUDI 10 DECEMBRE 2015</p> <p>Gestion Patrick GIMONET contact : patrick.gimonet@sfr.fr tél: 06.89.80.17.58</p>



Tarifs : IND : 0,50 €



2^{ème} Journée ENF

COMPÉTITION LOCALE

<u>DATE</u>	12 DECEMBRE 2015
<u>LIEU</u>	BOURGES-GIBJONCS
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	14:00 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	14:30 h
<u>OBJECTIFS VISES</u>	25 BRASSE DAMES ET MESSIEURS 25 DOS DAMES ET MESSIEURS 25 PAP DAMES ET MESSIEURS
<u>ENGAGEMENTS</u>	Sur place ou par mail Gestion Patrick GIMONET contact : patrick.gimonet@sfr.fr tél: 06.89.80.17.58

- Tarifs :** IND : 0,50 €
Compétition ouverte aux nageurs participants aux test ENF de la réunion pas'sport de l'eau et pass'compétition
- Récompenses :** médailles de participation
Pas d'édition de classement ni de résultats.
- Catégories :** néant



Trials Avenirs-Poussins

DATE	16 JANVIER 2016	
LIEU	SAINT-GERMAIN	
OUVERTURE DES PORTES	14.00 h	14 00 h
DEBUT DES EPREUVES	14.45 h	14 45 h
CODES NAGES ET EPREUVES	AVENIRS 50 DOS DAMES ET MESSIEURS 50 BRASSE DAMES ET MESSIEURS 50 NAGE LIBRE DAMES ET MESSIEURS 25 PAP DAMES ET MESSIEURS	POUSSINS 100 4NAGES DAMES ET MESSIEURS 100 BRASSE DAMES ET MESSIEURS 100 NAGE LIBRE DAMES ET MESSIEURS 100 DOS DAMES ET MESSIEURS 50 PAP DAMES ET MESSIEURS
ENGAGEMENTS	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 14 JANVIER 2016 à minuit Gestion CNMG contact : cnmg@wanadoo.fr Tel : 02.48.66.34.32	

Tarifs :

IND : 1,40 €

Compétition ouverte aux nageurs des catégories Avenirs et Poussins titulaires du pass'compétition en vue d'effectuer une sélection départementale poussin, limitée à 3 épreuves maxi par nageurs dont le 100 4nages obligatoire pour les poussins.

Récompenses :

Médailles aux trois premiers de chaque épreuves Dames et Messieurs, par catégories et par années d'âges,.

Catégories :

AVENIRS 1 : Filles et Garçons 8 ans et moins nés en 2008 et avant
 AVENIRS 2 : Filles et Garçons 9 ans nés en 2007
 POUSSINS 1 : Filles et Garçons 10 ans nés en 2006
 POUSSINS 2 : Filles et Garçons 11 ans nés en 2005



Natathlon Benjamins Plot 1

DATE	17 JANVIER 2016	
LIEU	SAINT-GERMAIN	
OUVERTURE DES PORTES	08.30 h	14 00 h
DEBUT DES EPREUVES	09.15 h	14 45 h
CODES NAGES ET EPREUVES	100 PAPILLON FILLES 400 4 NAGES GARÇONS 200 DOS FILLES 100 BRASSE GARÇONS 200 NL FILLES	100 PAPILLON GARÇONS 400 4 N FILLES 200 DOS GARÇONS 100 BRASSE FILLES 200 NL GARÇONS
ENGAGEMENTS	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 14 JANVIER 2016 à minuit Gestion CNMG contact : cnmg@wanadoo.fr Tel : 02.48.66.34.32	

Tarifs :

IND : 1,40 €

Les séries seront nagées au temps et les classements effectués par groupes d'âges. Toutes les épreuves devront avoir été nagées à l'issue des 4 plots pour pouvoir être classé.

Les nageurs H.C. ne seront pas autorisés

Récompenses :

Médailles aux trois premiers de chaque épreuves Dames et Messieurs, par catégories et par années d'âges,.

Les trois premiers des classements Dames et Messieurs et par années d'âges, à l'issue des 4 plots seront récompensés lors de l'AG 2016 du Comité du Cher.

Les nageurs H.C. ne seront pas récompensés.

Catégories :

BENJAMINS 1 : Filles et Garçons 12 ans nés en 2004

BENJAMINS 2 : Filles et Garçons 13 ans nés en 2003



Interclubs Poussins Plot 2

<u>DATE</u>	8 FEVRIER 2016
<u>LIEU</u>	SAINT-DOULCHARD
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	14.00 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	15.15 h
<u>CODES NAGES ET EPREUVES</u>	RELAIS (4 FILLES OU 4 GARÇONS) 4 x 50 4N FILLES 4 x 50 4N GARÇONS 4 x 50 NL FILLES 4 x 50 NL GARÇONS 4 x 50 BRASSE FILLES 4 x 50 BRASSE GARÇONS 4 x 50 PAP FILLES 4 x 50 PAP GARÇONS
<u>ENGAGEMENTS</u>	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 4 FEVRIER 2016 à minuit Gestion ACBourges contact: annie.beal@club-internet.fr tel:0667498195

Tarifs :

EQUIPE : 10,00 €

Compétition par équipe de 4 nageurs (4 filles ou 4 garçons) qui doivent obligatoirement participer aux 4 relais.

Un club ne peut engager une nouvelle équipe que si toutes les précédentes sont complètes

les nageurs ont l'obligation d'être titulaires du Pass'compétition NC

A l'issue du 1^{er} relais, aucun changement ni remplacement ne peut être effectué

Récompenses :

Coupes et médailles aux trois premières équipes du classement départemental au cumul des points des 4 relais

Les équipes incomplètes, H.C. ou hors département ne seront pas récompensées et n'apparaîtront pas dans les résultats.

Catégories :

POUSSINS: Filles et Garçons 11 ans et moins nés en 2005, 2006 et 2007



Natathlon Poussin Plot 1

DATE	27 FEVRIER 2016	
LIEU	SAINT-FLORENT	
OUVERTURE DES PORTES	13.00 h	16 15 h
DEBUT DES EPREUVES	13.45 h	16 30 h
CODES NAGES ET EPREUVES	50 NL FILLES ET GARÇONS POUS. 1 - 10 ANS 100 NL FILLES ET GARÇONS POUS. 2 - 11 ANS 50 PAP FILLES ET GARÇONS POUS.1 - 10 ANS 100 PAP FILLES ET GARÇONS POUS.2 - 11 ANS 200 NL FILLES POUS. 1 - 10 ANS 400 NL FILLES POUS. 2 - 11 ANS	50 BR FILLES ET GARÇONS POUS. 1 - 10 ANS 100 BR FILLES ET GARÇONS POUS. 2 - 11 ANS 50 DOS FILLES ET GARÇONS POUS.1 - 10 ANS 100 DOS FILLES ET GARÇONS POUS.2 - 11 ANS 200 NL GARÇONS POUS. 1 - 10 ANS 400 NL GARÇONS POUS. 2 - 11 ANS
ENGAGEMENTS	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 25 FEVRIER 2016 à minuit Gestion CNF Karine Chaillot contact : kchaillot@gmail.com tél:06 08 94 21 30	

Tarifs :

IND : 1,40 €

Tous les nageurs sont obligatoirement titulaire du pass'compétition

Les séries seront nagées au temps et les classements effectués par groupes d'âges poussins 1 et 2

Les nageurs doivent effectuer au minimum 3 épreuves par étape dont obligatoirement le 200 nl pour les Poussins 1 et le 400 nl pour les Poussins 2.

Toutes les épreuves devront avoir été nagées à l'issue des 3 étapes pour être classé.

Récompenses :

Médailles aux trois premiers de chaque épreuves Dames et Messieurs, par catégories.

Les trois premiers des classements Dames et Messieurs et par catégories, à l'issue des 4 plots seront récompensés lors de l'AG 2016 du Comité du Cher.

Les nageurs H.C. ne seront pas récompensés.

Catégories :

POUSSINS 1 : Filles et Garçons 10 ans et moins nés en 2006 et 2007

POUSSINS 2 : Filles et Garçons 11 ans nés en 2005



Natathlon Benjamins Plot 2

DATE	28 FEVRIER 2016	
LIEU	SAINT-FLORENT	
OUVERTURE DES PORTES	08.30 h	14 00 h
DEBUT DES EPREUVES	09.15 h	14 45 h
CODES NAGES ET EPREUVES	200 PAPILLON GARÇONS 200 BRASSE FILLES 100 DOS GARÇONS 100 NL FILLES 800 NL GARÇONS	200 PAPILLON FILLES 200 BRASSE GARÇONS 100 DOS FILLES 100 NL GARÇONS 800 NL FILLES
ENGAGEMENTS	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 25 FEVRIER 2016 à minuit Gestion CNF Karine Chaillot contact : kchaillot@gmail.com tél:06 08 94 21 30	

Tarifs : IND : 1,40 €

Les séries seront nagées au temps et les classements effectués par groupes d'âges. Toutes les épreuves devront avoir été nagées à l'issue des 4 plots pour pouvoir être classé.

Les nageurs H.C. ne seront pas autorisés



Récompenses :

Médailles aux trois premiers de chaque épreuves Dames et Messieurs, par catégories et par années d'âges,.

Les trois premiers des classements Dames et Messieurs et par années d'âges, à l'issue des 4 plots seront récompensés lors de l'AG 2016 du Comité du Cher.

Les nageurs H.C. ne seront pas récompensés.



Catégories :

BENJAMINS 1 : Filles et Garçons 12 ans nés en 2004

BENJAMINS 2 : Filles et Garçons 13 ans nés en 2003



COUPE DU CHER

<u>DATE</u>	5 & 6 MARS 2016		
<u>LIEU</u>	BOURGES		
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	14.00 h	08.30 h	14.00 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	14.45 h	09.15 h	14.45 h
<u>CODES NAGES ET EPREUVES</u>	50 PAPILLON FILLES 50 PAPILLON GARÇONS 100 LIBRE FILLES 100 LIBRE GARÇONS 200 DOS FILLES 200 DOS GARÇONS 400 4NAGES FILLES 400 4NAGES GARÇONS 200 BRASSE FILLES 200 BRASSE GARÇONS	50 DOS FILLES 50 DOS GARÇONS 100 PAP FILLES 100 PAP GARÇONS 200 4NAGES FILLES 200 4NAGES GARÇONS 100 BRASSE FILLES 100 BRASSE GARÇONS 400 LIBRE FILLES 400 LIBRE GARÇONS	50 LIBRE FILLES 50 LIBRE GARÇONS 100 DOS FILLES 100 DOS GARÇONS 200 LIBRE FILLES 200 LIBRE GARÇONS 50 BRASSE FILLES 50 BRASSE GARÇONS 200 PAPILLON FILLES 200 PAPILLON GARÇONS
<u>ENGAGEMENTS</u>	Sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 3 MARS 2016 Gestion ACBourges contact: annie.beal@club-internet.fr tel:0667498195		

Tarifs : IND : 1,70 € RELAIS : 3,00 €

Les séries seront nagées au temps et les classements effectués par groupes d'âges. la compétition est ouverte à tout participant à partir de la catégorie poussin.

Récompenses : Médailles aux trois premiers de chaque épreuves dames et messieurs des catégories ci-dessous.

Un classement Club par addition des points à la meilleure cotation sera réalisé par réunion. Les totaux obtenus seront additionnés à la fin des 3 réunions pour donner un classement final.

Coupe aux trois premiers clubs des classement Dames, Messieurs et Général

Catégories : CADETS-JUNIORS-SENIORS : 16 ans et plus nés en 2000 et avant

POUSSINS-BENJAMINS-MINIMES : 15 ans et moins nés en 2001 et après



3^{ème} Journée ENF

PASS'SPORT DE L'EAU

<u>DATE</u>	19 MARS 2016		
<u>LIEU</u>	AUBIGNY		
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	14.00 h		
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	14.30 h		
OBJECTIFS VISES Compétences "Être capable de..."	EPREUVE NATATION SYNCHRONISEE Présentation hors de l'eau Entrée à l'eau Rotation Elever un bras le plus haut possible Lever une jambe le plus haut possible Déplacement dorsal par la tête Saluer au minimum 2 secondes	EPREUVE PLONGEON Présentation hors de l'eau Impulsion verticale sur place hors de l'eau Roulade avant par-dessus un obstacle hors de l'eau Rotation longitudinale hors de l'eau Impulsion verticale sur place hors de l'eau Rotation avant Entrée dans l'eau par la tête Rotation arrière	EPREUVE WATER POLO Lancer un ballon Nager en crawl tête hors de l'eau Changer de direction et tirer vite vers le but Reprendre un déplacement en crawl après un tir Appeler et recevoir un ballon Avancer en position offensive et tirer au but à une distance de 3.00 mètres
OBJECTIFS VISES Compétences "Être capable de..."	EPREUVE NATATION COURSE Départ plongé Coulée sans mouvement de 5m aux talons 25 m crawl sans arrêt Culbute avec poussée au mur Déplacement dorsal par la tête avec immersion jusqu'au passage des mains à 3 m du mur 25 m dos crawlé sans arrêt Arrivée sur le dos	EPREUVE NAGE AVEC PALME Départ plongé du plot Coulée de 7.50 mètres Déplacement sur le ventre et respiration avec tuba Virage culbute Coulée ventrale 7.50 mètres Retour ondulations bras devant	



<u>ENGAGEMENTS</u>	Par mail avec la fiche navette au plus tard le, MERCREDI 16 MARS 2016 contact : dansin.vivianne@orange.fr ou jeanpierre.duquenet@bbox.fr
---------------------------	--

3^{ème} Journée ENF PASS'COMPETITION

<u>DATE</u>	19 MARS 2016
<u>LIEU</u>	AUBIGNY
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	14:00 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	14:30 h
<u>OBJECTIFS VISES</u> Compétences "Être capable de..."	<p>100 4NAGES</p> <p>S'approprier l'environnement de la compétition et respecter les procédures.</p> <p>Réaliser un départ de compétition</p> <p>Parcourir 25 mètres en papillon</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage papillon avec le dos.</p> <p>Parcourir 25 mètres en dos.</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage dos avec la brasse.</p> <p>Parcourir 25 mètres en brasse.</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage brasse avec la nage libre.</p> <p>Parcourir 25 mètres nage libre.</p> <p>Rester concentré jusqu'à la touche du mur. Prendre connaissance de ma performance</p>
<u>ENGAGEMENTS</u>	<p>En mail au plus tard le, JEUDI 17 MARS 2016</p> <p>Gestion Patrick GIMONET contact : patrick.gimonet@sfr.fr tél: 06.89.80.17.58</p>



Tarifs :

IND : 0,50 €



3^{ème} Journée ENF

COMPÉTITION LOCALE

<u>DATE</u>	19 MARS 2016
<u>LIEU</u>	AUBIGNY
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	14:00 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	14:30 h
<u>OBJECTIFS VISES</u>	50 BRASSE DAMES ET MESSIEURS 50 DOS DAMES ET MESSIEURS 50 NL DAMES ET MESSIEURS
<u>ENGAGEMENTS</u>	Sur place ou par mail Gestion Patrick GIMONET contact : patrick.gimonet@sfr.fr tél: 06.89.80.17.58

- Tarifs :** IND : 0,50 €
Compétition ouverte aux nageurs participants aux test ENF de la réunion pas'sport de l'eau et pass'compétition
- Récompenses :** médailles de participation
Pas d'édition de classement ni de résultats.
- Catégories :** néant



Natathlon Poussin Plot 2

<u>DATE</u>	23 AVRIL 2016	
<u>LIEU</u>	AUBIGNY	
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	14.00 h	16 15 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	14.45 h	16 30 h
<u>CODES NAGES ET EPREUVES</u>	50 BR FILLES ET GARÇONS POUS. 1 - 10 ANS 100 BR FILLES ET GARÇONS POUS. 2 - 11 ANS 50 NL FILLES ET GARÇONS POUS. 1 - 10 ANS 100 NL FILLES ET GARÇONS POUS. 2 - 11 ANS 200 NL GARÇONS POUS. 1 - 10 ANS 400 NL GARÇONS POUS. 2 - 11 ANS	50 PAP FILLES ET GARÇONS POUS.1 - 10 ANS 100 PAP FILLES ET GARÇONS POUS.2 - 11 ANS 50 DOS FILLES ET GARÇONS POUS.1 - 10 ANS 100 DOS FILLES ET GARÇONS POUS.2 - 11 ANS 200 NL FILLES POUS. 1 - 10 ANS 400 NL FILLES POUS. 2 - 11 ANS
<u>ENGAGEMENTS</u>	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 21 AVRIL 2016 à minuit Gestion ESAN contact : esanatation@aol.com	

Tarifs :

IND : 1,40 €

Tous les nageurs sont obligatoirement titulaire du pass'compétition

Les séries seront nagées au temps et les classements effectués par groupes d'âges poussins 1 et 2

Les nageurs doivent effectuer au minimum 3 épreuves par étape dont obligatoirement le 200 nl pour les Poussins 1 et le 400 nl pour les Poussins 2.

Toutes les épreuves devront avoir été nagées à l'issue des 3 étapes pour être classé.

Récompenses :

Les trois premiers de chaque épreuves, par catégories, seront récompensés.

Les trois premiers des classements filles et garçons et par catégories seront récompensés lors de l'AG 2016 du Comité du cher

Les nageurs non titulaires. ne seront pas récompensés.

Catégories :

POUSSINS 1 : Filles et Garçons 10 ans et moins nés en 2006 et 2007

POUSSINS 2 : Filles et Garçons 11 ans nés en 2005



MAITRES DEPARTEMENTAUX OPEN

<u>DATE</u>	23 AVRIL 2016
<u>LIEU</u>	AUBIGNY
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	18.30 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	19.15 h
<u>CODES NAGES ET EPREUVES</u>	100 4NAGES FILLES 100 4NAGES GARÇONS 50 PAP FILLES 50 PAP GARÇONS 50 DOS FILLES 50 DOS GARÇONS 50 BRASSE FILLES 50 BRASSE GARÇONS 50 LIBRE FILLES 50 LIBRE GARÇONS 100 PAP FILLES 100 PAP GARÇONS 100 DOS FILLES 100 DOS GARÇONS 100 BRASSE FILLES 100 BRASSE GARÇONS 100 LIBRE FILLES 100 LIBRE GARÇONS 4X50 NL MIXTE OU NON
<u>ENGAGEMENTS</u>	Sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 21 AVRIL 2016 à minuit Gestion ESAN contact : esanatation@aol.com



Tarifs : IND : 1,40 € RELAIS : 1,70 €
 Les séries seront nagées au temps et le classement effectué par catégories.

Récompenses : Diplôme de participation à chaque nageur

Catégories : Réservé aux nageurs de plus de 25 ans
 C1 25-29 ans 1991-1987, C2 30-34 ans 1986-1982
 C3 35-39 ans 1981-1977, C4 40-44 ans 1976-1972
 C5 45-49 ans 1971-1967, C6 50-54 ans 1966-1962
 C7 55-59 ans 1961-1957 etc...



Natathlon Benjamins Plot3

DATE	24 AVRIL 2016	
LIEU	AUBIGNY	
OUVERTURE DES PORTES	08.30 h	14 00 h
DEBUT DES EPREUVES	09.15 h	14 45 h
CODES NAGES ET EPREUVES	200 NL FILLES 200 DOS GARÇONS 100 PAPILLON FILLES 400 4 NAGES GARÇONS 100 BRASSE FILLES	200 NL GARÇONS 200 DOS FILLES 100 PAPILLON GARÇONS 400 4 N FILLES 100 BRASSE GARÇONS
ENGAGEMENTS	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 21 AVRIL 2016 à minuit Gestion ESAN contact : esanatation@aol.com	

Tarifs :

IND : 1,40 €

Les séries seront nagées au temps et les classements effectués par groupes d'âges. Toutes les épreuves devront avoir été nagées à l'issue des 4 plots pour pouvoir être classé.

Les nageurs H.C. ne seront pas autorisés

Récompenses :

Médailles aux trois premiers de chaque épreuves Dames et Messieurs, par catégories et par années d'âges,.

Les trois premiers des classements Dames et Messieurs et par années d'âges, à l'issue des 4 plots seront récompensés lors de l'AG 2016 du Comité du Cher.

Les nageurs H.C. ne seront pas récompensés.



Catégories :

BENJAMINS 1 : Filles et Garçons 12 ans nés en 2004

BENJAMINS 2 : Filles et Garçons 13 ans nés en 2003



Natathlon Poussin Plot 3

DATE	28 MAI 2016	
LIEU	VIERZON	
OUVERTURE DES PORTES	14.00 h	16 15 h
DEBUT DES EPREUVES	14.45 h	16 30 h
CODES NAGES ET EPREUVES	200 NL GARÇONS POUS. 1 - 10 ANS 400 NL GARÇONS POUS. 2 - 11 ANS 50 BR FILLES ET GARÇONS POUS. 1 - 10 ANS 100 BR FILLES ET GARÇONS POUS. 2 - 11 ANS 50 DOS FILLES ET GARÇONS POUS.1 - 10 ANS 100 DOS FILLES ET GARÇONS POUS.2 - 11 ANS	200 NL FILLES POUS. 1 - 10 ANS 400 NL FILLES POUS. 2 - 11 ANS 50 PAP FILLES ET GARÇONS POUS.1 - 10 ANS 100 PAP FILLES ET GARÇONS POUS.2 - 11 ANS 50 NL FILLES ET GARÇONS POUS. 1 - 10 ANS 100 NL FILLES ET GARÇONS POUS. 2 - 11 ANS
ENGAGEMENTS	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 26 MAI 2016 à minuit Gestion VN : contact : vierzonnatation@gmail.com Tel : 0648580191	

Tarifs :

IND : 1,40 €

Tous les nageurs sont obligatoirement titulaire du pass'compétition

Les séries seront nagées au temps et les classements effectués par groupes d'âges poussins 1 et 2

Les nageurs doivent effectuer au minimum 3 épreuves par étape dont obligatoirement le 200 nl pour les Poussins 1 et le 400 nl pour les Poussins 2.

Récompenses :

Les trois premiers de chaque épreuves, par catégories, seront récompensés.

Les trois premiers des classements filles et garçons et par catégories seront récompensés lors de l'AG 2016 du Comité du cher

Les nageurs non titulaires. ne seront pas récompensés.

Catégories :

POUSSINS 1 : Filles et Garçons 10 ans et moins nés en 2006 et 2007

POUSSINS 2 : Filles et Garçons 11 ans nés en 2005



Natathlon Benjamins Plot 4

DATE	29 MAI 2016	
LIEU	VIERZON	
OUVERTURE DES PORTES	08.30 h	14 00 h
DEBUT DES EPREUVES	09.15 h	14 45 h
CODES NAGES ET EPREUVES	100 NL FILLES 200 BRASSE GARÇONS 100 DOS FILLES 200 PAILLON GARÇONS 800 NL FILLES	100 NL GARÇONS 200 BRASSE FILLES 100 DOS GARÇONS 200 PAILLON FILLES 800 NL GARÇONS
ENGAGEMENTS	En ligne sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 26 MAI 2016 à minuit Gestion VN : contact : vierzonnatation@gmail.com Tel : 0648580191	

Tarifs :

IND : 1,40 €

Les séries seront nagées au temps et les classements effectués par groupes d'âges. Toutes les épreuves devront avoir été nagées à l'issue des 4 plots pour pouvoir être classé.

Les nageurs H.C. ne seront pas autorisés

Récompenses :

Médailles aux trois premiers de chaque épreuves Dames et Messieurs, par catégories et par années d'âges.

Les trois premiers des classements Dames et Messieurs et par années d'âges, à l'issue des 4 plots seront récompensés lors de l'AG 2016 du Comité du Cher.

Les nageurs H.C. ne seront pas récompensés.

Catégories :

BENJAMINS 1 : Filles et Garçons 12 ans nés en 2004

BENJAMINS 2 : Filles et Garçons 13 ans nés en 2003



4^{ème} Journée ENF

PASS'SPORT DE L'EAU

<u>DATE</u>	4 JUIN 2016		
<u>LIEU</u>	VIERZON		
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	10.00 h		
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	10.30 h		
OBJECTIFS VISES Compétences "Être capable de..."	EPREUVE NATATION SYNCHRONISEE Présentation hors de l'eau Entrée à l'eau Rotation Elever un bras le plus haut possible Lever une jambe le plus haut possible Déplacement dorsal par la tête Saluer au minimum 2 secondes	EPREUVE PLONGEON Présentation hors de l'eau Impulsion verticale sur place hors de l'eau Roulade avant par-dessus un obstacle hors de l'eau Rotation longitudinale hors de l'eau Impulsion verticale sur place hors de l'eau Rotation avant Entrée dans l'eau par la tête Rotation arrière	EPREUVE WATER POLO Lancer un ballon Nager en crawl tête hors de l'eau Changer de direction et tirer vite vers le but Reprendre un déplacement en crawl après un tir Appeler et recevoir un ballon Avancer en position offensive et tirer au but à une distance de 3.00 mètres
OBJECTIFS VISES Compétences "Être capable de..."	EPREUVE NATATION COURSE Départ plongé Coulée sans mouvement de 5m aux talons 25 m crawl sans arrêt Culbute avec poussée au mur Déplacement dorsal par la tête avec immersion jusqu'au passage des mains à 3 m du mur 25 m dos crawlé sans arrêt Arrivée sur le dos	EPREUVE NAGE AVEC PALME Départ plongé du plot Coulée de 7.50 mètres Déplacement sur le ventre et respiration avec tuba Virage culbute Coulée ventrale 7.50 mètres Retour ondulations bras devant	

ENGAGEMENTS

Par mail avec la fiche navette au plus tard
le, MERCREDI 1^{er} JUIN 2016
contact : dansin.vivianne@orange.fr ou jeanpierre.duquenet@bbox.fr



CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX ETE

<u>DATE</u>	26 JUN 2016	
<u>LIEU</u>	SAINT-FLORENT	
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	08.30 h	14 00 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	09.15 h	14 45 h
<u>CODES NAGES ET EPREUVES</u>	50 NL DAMES 50 NL MESSIEURS 50 NL D ET M BENJ 200 PAPILLON DAMES 200 PAPILLON MESSIEURS 200 BRASSE DAMES 200 BRASSE MESSIEURS 400 NL DAMES 400 NL MESSIEURS 400 NL D ET M BENJ 100 DOS DAMES 100 DOS MESSIEURS 50 BRASSE DAMES 50 BRASSE MESSIEURS 50 BR D ET M BENJ 100 PAPILLON DAMES 100 PAPILLON MESSIEURS	50 DOS DAMES 50 DOS MESSIEURS 50 DOS D ET M BENJ 100 BRASSE DAMES 100 BRASSE MESSIEURS 200 NL DAMES 200 NL MESSIEURS 50 PAPILLON DAMES 50 PAPILLON MESSIEURS 50 PAP D ET M BENJ 200 DOS DAMES 200 DOS MESSIEURS 200 4 N DAMES 200 4 N MESSIEURS 200 4N D ET M BENJ 100 NL DAMES 100 NL MESSIEURS
<u>ENGAGEMENTS</u>	Sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 23 JUN 2016 à minuit Gestion CNF Karine Chaillot contact : kchaillot@gmail.com tél:06 08 94 21 30	



Tarifs :

IND : 1,70



Compétition de référence régionale organisée à l'échelon départemental, elle offre à chaque nageur une ultime opportunité de changer de série en vue du classement national des clubs. Epreuves ouvertes à tous les nageurs de 2001 et avant. limitées à 3 par réunion. les épreuves grisées concernent exclusivement les benjamins pour leur championnat

Récompenses :

Médailles aux trois premiers de chaque épreuves dames et messieurs par catégories ci-dessous.

Catégories :

MINIMES : 14 et 15 ans nés en 2001 et 2002
 CADETS : 16 et 17 ans nés en 2000 et 1999
 JUNIORS-SENIORS : 18 ans et plus nés en 1998 et avant



CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX ETE BENJAMINS

DATE	26 JUN 2016	
LIEU	SAINT-FLORENT	
OUVERTURE DES PORTES	08.30 h	14.00 h
DEBUT DES EPREUVES	09.15 h	14.45 h
CODES NAGES ET EPREUVES	50 NL DAMES 50 NL MESSIEURS 400 NL DAMES 400 NL MESSIEURS 50 BRASSE DAMES 50 BRASSE MESSIEURS	50 DOS DAMES 50 DOS MESSIEURS 50 PAP DAMES 50 PAP MESSIEURS 200 4 N DAMES 200 4 N MESSIEURS
ENGAGEMENTS	Sur l'Extranat au plus tard le, JEUDI 23 JUN 2016 à minuit Gestion CNF Karine Chaillot contact : kchaillot@gmail.com tél:06 08 94 21 30	

Tarifs :

IND : 1,65 €

Compétition départementale, organisée dans le cadre des Championnats départementaux d'hiver et dont les épreuves sont croisées avec celles des départementaux TC .

Epreuves accessibles à tous les benjamins.

Récompenses :

Médailles aux trois premiers de chaque épreuves Dames et Messieurs des catégories ci-dessous

Catégories :

BENJAMINS : 12 et 13 ans nés en 2003 et 2004



5^{ème} Journée ENF PASS'COMPETITION

<u>DATE</u>	26 JUIN 2016
<u>LIEU</u>	SAINT-FLORENT
<u>OUVERTURE DES PORTES</u>	14:00 h
<u>DEBUT DES EPREUVES</u>	14:30 h
<u>OBJECTIFS VISES</u> Compétences "Être capable de..."	<p>100 4NAGES</p> <p>S'approprier l'environnement de la compétition et respecter les procédures.</p> <p>Réaliser un départ de compétition</p> <p>Parcourir 25 mètres en papillon</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage papillon avec le dos.</p> <p>Parcourir 25 mètres en dos.</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage dos avec la brasse.</p> <p>Parcourir 25 mètres en brasse.</p> <p>Effectuer un virage en enchaînant la nage brasse avec la nage libre.</p> <p>Parcourir 25 mètres nage libre.</p> <p>Rester concentré jusqu'à la touche du mur. Prendre connaissance de ma performance</p>
<u>ENGAGEMENTS</u>	<p>En mail au plus tard le, JEUDI 23 JUIN 2016</p> <p>Gestion Patrick GIMONET contact : patrick.gimonet@sfr.fr tél: 06.89.80.17.58</p>



Tarifs : IND : 0,50 €

