

# Programme Sportif 2011 2012

## Région Aquitaine



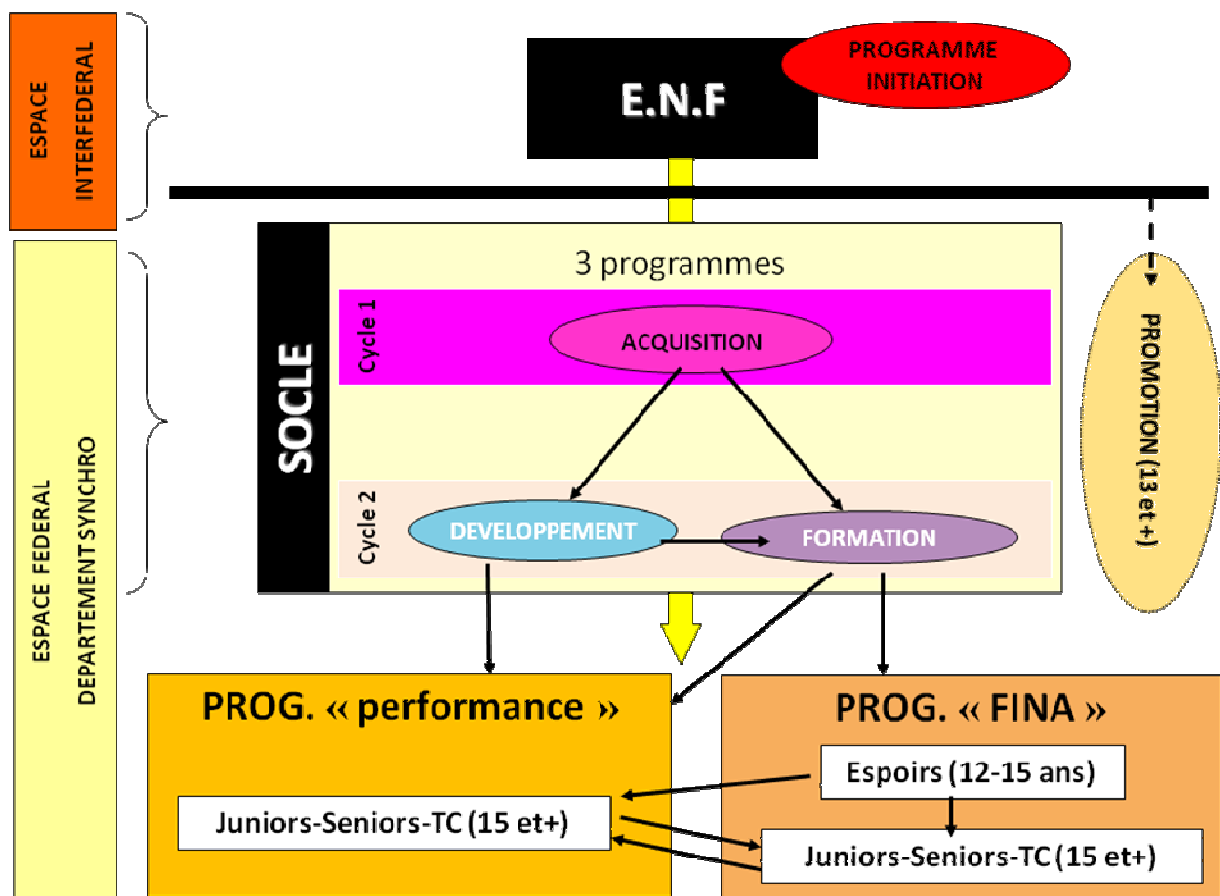
**Référent Régional : Lara Mellot**  
**Cadre technique : Maëva MORINEAU**

# Sommaire

---

Présentation Générale _____	p 3
Dispositions communes à toutes les compétitions _____	p 4
Présentation du socle de formation _____	p 8
Les compétitions du socle de formation programmées en Aquitaine _____	p 10
La formation _____	p 11
Les fiches compétition_____	p 12

## Architecture des différents programmes



# Dispositions à toutes les compétitions Régionales

---

## 1. Conditions d'engagement aux épreuves

Nul ne peut officier ou pratiquer dans un club de la FFN sans être licencié.

Pour participer aux compétitions, les licences doivent être oblitérées par les comités régionaux.

## 2. Positionnement des nageuses

A chaque début de saison un positionnement de l'ensemble des nageuses sera proposé par les clubs auprès de leur comité régional, avant le 15 octobre. **Le positionnement devra être validé par la commission régionale avant le 31 octobre** et transmis au cadre technique.

### Les engagements

#### a. Les compétitions de socle :

Pour toutes les compétitions relevant du socle de formation, les engagements se feront par courriel selon les conditions prévues par les comités organisateurs (dates, conditions d'engagement...).

Des formulaires d'engagement seront proposés par la FFN dans l'appliquatif « narval » communiqué aux comités régionaux.

Le comité organisateur de la compétition vérifie l'exactitude des engagements.

*Après chaque compétition, le comité organisateur envoie par mail les résultats au cadre technique (liste nominative avec années de naissance), ainsi qu'un compte rendu succinct du juge arbitre.*

*Le tableau de suivi des compétitions régionales de socle, sera envoyé régulièrement au cadre technique après mises à jour.*

#### b. Les compétitions organisées au niveau régional :

C'est le comité régional organisateur qui gère les engagements pour ces compétitions.

Procédure :

Les clubs envoient les engagements par mail :

- A la présidente de commission du comité régional Aquitaine :  
laramellot@yahoo.fr

N'oubliez pas d'indiquer sur les engagements au moins 1 personne du club, licenciée, disponible pour la durée de la compétition, pour les différents postes à pourvoir : secrétariat, lecteur de notes, coursier et délégué aux nageuses.

#### C. Les supports musicaux : le CD

Un seul ballet est autorisé par CD. Sur le CD seront inscrits les renseignements utiles pour l'épreuve, (catégorie, club, type de ballet). Les supports musicaux seront apportés dès le début de la compétition.

\* précision concernant le l'épreuve du Pass Compétition : 1 seule musique par club

### 3. Les tarifs d'engagements

	Tarif par nageuse engagée	Tarif par ballet engagé
<b>Socle/Pass Compétition</b>	4 euros	---
<b>Ballet du Socle Régional</b>	4 euros	15 euros

### 4. Tableau d'engagement Régional

Compétition	Dates	Date limite des engagements	Lieu de compétition
<b>Socle 3 épreuves Danse FT propulsions</b>	26/27 novembre 2011	12 novembre 2011	Danse Villenave d'Ornon Pessac
<b>Pass compétition</b>	3 décembre 2011	19 novembre 2011	Piscine Grand parc Bordeaux
<b>Socle 3 épreuves Danse FT propulsions</b>	11 décembre 2011	28 novembre 2011	Biscarosse
<b>Socle Improvisation</b>	15 janvier 2012	04 janvier 2012	Pessac
<b>Socle 3 épreuves FT propulsions</b>	12 février 2012	01 février 2012	Pessac
<b>Pass compétition</b>	10 mars 2012	29 février 2012	Villenave d'Ornon
<b>Socle Danse</b>	18 mars 2012	3 mars 2012	Pessac
<b>Socle 3 épreuves Danse FT propulsions</b>	01 avril 2011	19 mars 2011	Bordeaux Tissot
<b>Socle 4 épreuves</b>	19/20 mai 2012	05 mai 2012	Biscarosse
<b>Socle ballet régional Et Pass Compétition</b>	03 juin 2012	21 mai 2012	Bordeaux

**Les clubs dont les engagements ne seront pas adressés avant la date limite seront considérés comme étant forfaits.**

## 5. Forfait et pénalités en Aquitaine

<b>Compétitions</b>	<b>Pénalité * forfait nageuse** (euros)</b>	<b>Pénalité * non présentation d'officiel (euros)</b>	<b>Pénalité * Dossier incomplet, hors délai Support musical non conforme</b>
Toutes compétitions de socle	50	200	50

\* Les pénalités sont à régler sur place le jour de la compétition

\*\*Pénalité forfait nageuse :

- si forfait non déclaré
- si forfait déclaré après établissement du programme, sauf si un certificat médical est remis dans les 48heures.

## 6. Officiels

Les clubs doivent engager pour chaque compétition (même délai que les engagements nageuses) au moins 1 officiel du niveau de la compétition et 1 personne pour le secrétariat, sous peine de devoir payer une amende pour « non présentation d'officiels ».

La composition des jurys sera conforme à la circulaire des officiels.

La fonction de juge-arbitre lors des compétitions régional sera réparti entre les officiels A et B :

- Mireille Anghéidi (officiel A)
- Karine Yetkinoglu (officiel A)
- Audrey Boldini (officiel B)
- Caroline Despreaux (Officiel B)

## 7. Le Pass'compétition Natation Synchronisée

Support vidéo : le dvd fédéral ENF

Rappels réglementaires :

La nageuse peut s'engager dans le socle (cycle 1) en cours de saison après l'obtention de son « Pass'Compétition » dans les conditions définies ci-dessous :

- **nageuses nées en 2004 et après** (7 ans et moins) : obligation de valider les 2 tests sauv'nage et pass'sport avant d'accéder au Pass'Compétition ;
- **nageuses nées en 2003 et avant** (8 ans et plus) : la validation du sauv'nage et du pass'sport

Pour des raisons exceptionnelles, le comité régional peut autoriser l'accès direct au Pass'Compétition.

**A partir de la saison 2012-2013, tous les enfants nés en 2004 et après devront être titulaires de l'ensemble des tests de l'ENF pour participer aux diverses compétitions du programme.**

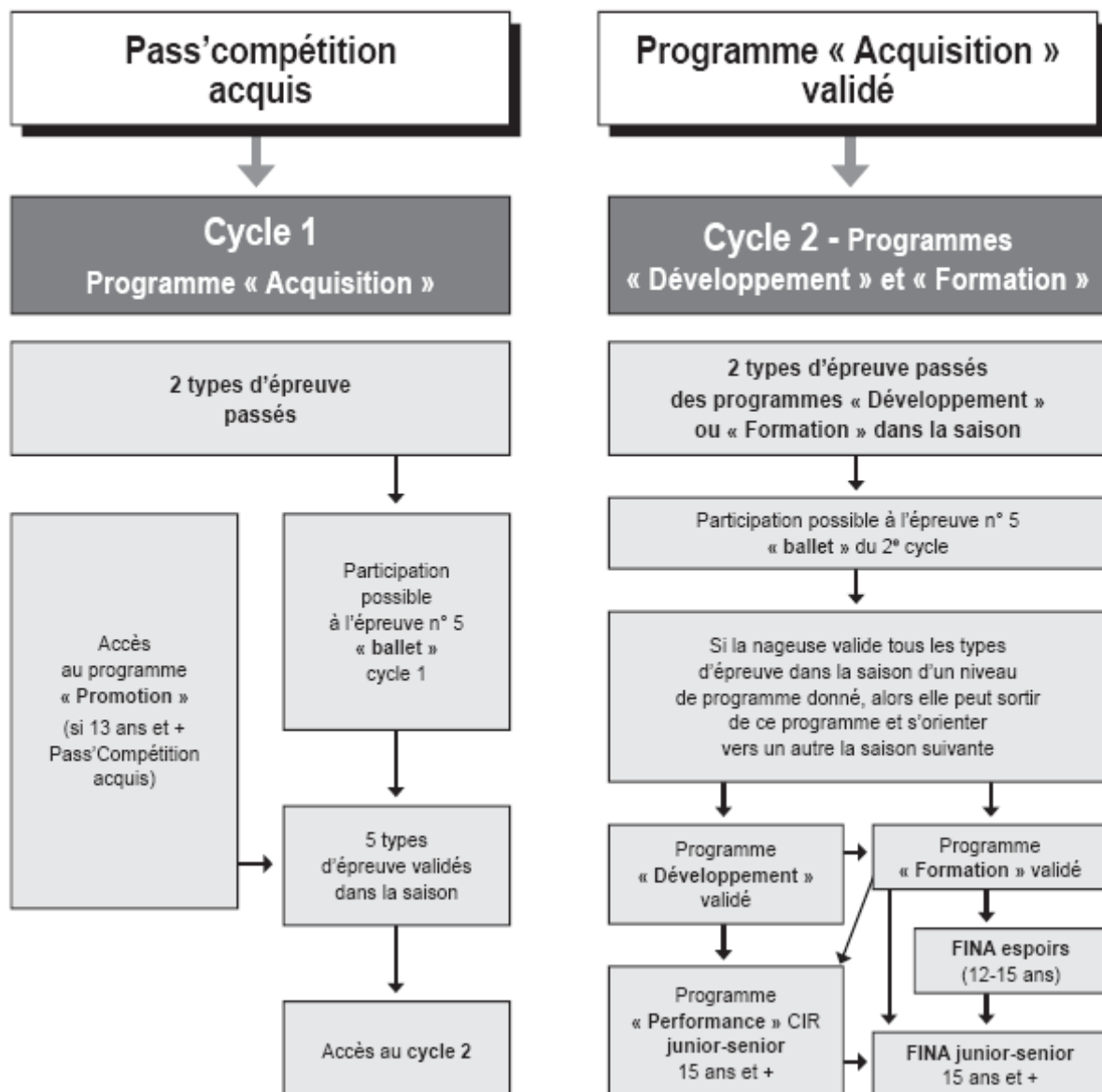
Conditions d'organisation :

- 1 ligne d'eau sur 25m suffit pour évaluer 1 nageur
- Des repères pour matérialiser la distance à parcourir (l'enchaînement peut se réaliser sur des modules de distances variées, adaptés à tout type de bassin)
- Du matériel de sonorisation, dont un haut parleur sous-marin
- Des chronomètres, un sifflet

En-dehors des évaluateurs et des assistants, il faut également des personnes aux secrétariats, chronos, délégué aux nageuses, responsable sonorisation. Ces personnes n'ont pas l'obligation d'être officiel ou ENF3.

**\* précision concernant le l'épreuve du Pass Compétition : 1 seule musique par club**

# Présentation du socle de formation



## Les épreuves du socle de formation :

Le détail de chacune des épreuves est proposé dans les fiches « épreuves » diffusées aux Clubs en début de saison (descriptif technique de référence) et disponibles également sur le site [www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr) .

Cinq types d'épreuves communes aux trois programmes :

- Épreuve n° 1 : danse
- Épreuve n° 2 : propulsion
- Épreuve n° 3 : technique
- Épreuve n° 4 : improvisation
- Épreuve n° 5 : ballet



# Les compétitions du socle de formation Programmées en Aquitaine

---

## 1. Le Pass Compétition

Support vidéo : le dvd fédéral ENF

Rappels réglementaires :

La nageuse peut s'engager dans le socle (cycle 1) en cours de saison après l'obtention de son « Pass Compétition » dans les conditions définies ci-dessous :

- **Nageuses nées en 2004 et après** (7ans et moins) : obligation de valider les 2 tests Sauv'nage et Pass'port de l'eau avant d'accéder au Pass compétition
- **Nageuses nées en 2003 et avant** (8 ans et plus) validation du Sauv'nage et Passport de l'eau

## 2. Les compétitions régionales du socle – épreuve des Ballets Combinés

Selon le règlement FFN, seules les nageuses ayant participé à au moins 2 épreuves individuelles dans la saison (du cycle sur lequel elles sont positionnées) peuvent participer à l'épreuve N°5 « ballets combinés », en vue de la valider.

Dérogação est toutefois possible :

Dans le cas où un club ne pourrait pas réunir 4 nageuses d'un même cycle pour le ballet de fin de saison (épreuve n° 5), le département ou la région pourra organiser une épreuve spécifique pour 3 nageuses ou moins. Toutefois, cette épreuve dérogatoire ne pourra en aucun cas permettre la validation de l'épreuve 5 (épreuve "ballet"). Aussi, des nageuses de plusieurs clubs différents peuvent être autorisées à nager ensemble le ballet combiné de fin de saison, dans ce cas la validation de l'épreuve n°5 est possible.

Les équipes « combinés » ne remplissant pas ces conditions réglementaires FFN, ne pourront être autorisées à participer à la compétition régionale du socle (épreuve N°5), et aucune nageuse ne sera validée pour cette épreuve.

### **Cycle 1 : Programme ACQUISITION**

Catégories d'âge : par moyenne d'âge

- C1 : moyenne d'âge moins de 12 ans
- C2 : moyenne d'âge 12 ans et plus

*La référence pour la moyenne d'âge : l'âge de chaque nageuse en 2012 et faire la moyenne des âges.*

**Dans chaque région, les 3 meilleurs ballets de chaque catégorie d'âge sont qualifiés pour la compétition IRSO.**

### **Cycle 2 : Programme DEVELOPPEMENT**

Proposition de catégories d'âge : par moyenne d'âge, afin de ne pas bloquer les clubs dans leur composition d'équipe :

- D1 : moyenne d'âge moins de 13 ans
- D2 : moyenne d'âge plus de 13 ans et plus

*La référence pour la moyenne d'âge : l'âge de chaque nageuse en 2012 et faire la moyenne des âges.*

**Dans chaque région, les 2 meilleurs ballets de chaque catégorie d'âge sont qualifiés pour la compétition IRSO.**

### **Cycle 2 : Programme FORMATION**

Pas de moyenne d'âge : 1 seul classement.

Les ballets « mixtes » composés à la fois de nageuses développement et formation, seront classés dans le programme Formation.

**Dans chaque région, les 2 meilleurs ballets du programme formation sont qualifiés pour la compétition IRSO.**

# La formation en Aquitaine

---

## Chaque commission régionale détermine son propre plan de formation, en lien avec l'ERFAN dont elle dépend :

- Formation ENF3 : formation d'évaluateur et d'assistant-évaluateur au Pass'compétition natation synchronisée,
- Formation et recyclage des officiels,
- Formation des entraîneurs au travers de stages, de rencontres...

## Calendrier des formations en Aquitaine pour la saison 2011/2012 :

- **15-16 octobre 2011 :**

Recyclage/Officiels

Recyclage organisé et mené par Mireille, Anghelidi. Organisation sous la responsabilité des commissions régionales

- **25 -28 janvier 2012 :**

Formation des entraîneurs FINA lors des Open de France Make Up For Ever

Les entraîneurs en formation pourront suivre en intégralité (entraînements + épreuves) une compétition internationale de haut niveau en direct. Chaque épreuve donnera lieu à observation puis échanges et retours avec le cadre technique.

- **Semaine 7 à 10 :**

Formation des entraîneurs lors des stages régionaux « cycle 2 » et « espoirs », en présence du cadre technique

- **Semaine 8 ou 9**

Ces stages devront être organisés par les commissions régionales en lien avec les clubs

- **Stage interrégional d'été :** Dates et lieu à préciser.

Ce stage est ouvert à toute personne (entraîneur ou officiel) souhaitant venir se former sur l'entraînement des jeunes nageuses (préparation physique, technique de ballet, figures imposées).

## FICHE COMPETITION N°1 :

**Pass Compétition**  
**Les 3 décembre 2011, 10 mars 2012 et 03 juin 2012**

### Nageuses concernées :

- Nageuses nées en 2004 et après 7 ans et moins

### Contenu des épreuves :

- Cette épreuve met l'accent sur des contraintes de propulsions spécifiques à la natation synchronisée.
- Les propulsions entre les tâches restent libres. Toutefois, 5 propulsions différentes devront être introduites dans le parcours (pas d'obligation de placer une propulsion systématiquement entre chaque tâche.

(cf [http://www.ffnatation.fr/download/info/ns/socles/acquisition\\_propulsion.pdf](http://www.ffnatation.fr/download/info/ns/socles/acquisition_propulsion.pdf))

La distance minimum à parcourir est de 25m

1 seule musique par club

- **Tenue exigée des nageuses** : sans lunettes, maillot de ballet et coiffe

## FICHE COMPETITION N°2 :

### Compétition Socle 3 épreuves

26/27 novembre, 10/11 novembre, 12 février 2012 , 01 avril 2012, 19/20 mai 2012

#### NAGEUSES CONCERNÉES

Nageuses Cycle 1

- Acquisition

Nageuses Cycle 2

- Développement
- Formation

#### CONTENU DES ÉPREUVES

Acquisition, Développement, Formation

Cf :

- Propulsions Technique et Ballet
- Figures Technique
- Danse

- Précision concernant l'épreuve de Danse du 26/27 novembre : Seules les nageuses ayant débutées la danse la saison précédente pourront se présenter à cette date.

#### CLASSEMENT ET PODIUM

les 3 premières de chaque épreuve

**Ballets combinés du socle de formation**  
**Championnats Régional**  
**3 juin 2011**

**NAGEUSES CONCERNEES**

Nageuses du socle de formation, répondant aux critères suivants : **avoir participé dans la saison à au moins 2 épreuves individuelles du socle, dans le cycle où la nageuse est engagée pour cette compétition.**

Cycle 1 : Programme ACQUISITION

Proposition de catégories d'âge : par moyenne d'âge, afin de ne pas bloquer les clubs dans leur composition d'équipe

- C1 : moyenne d'âge moins de 12 ans
- C2 : moyenne d'âge plus de 12 ans

*La référence pour la moyenne d'âge : l'âge de chaque nageuse en 2012 et faire la moyenne des âges.*

**Dans chaque région, les 3 meilleurs ballets de chaque catégorie d'âge sont qualifiés pour la compétition IRSO.**

Cycle 2 : Programme DEVELOPPEMENT

Proposition de catégories d'âge : par moyenne d'âge, afin de ne pas bloquer les clubs dans leur composition d'équipe

- D1 : moyenne d'âge moins de 13 ans
- D2 : moyenne d'âge 13 ans et plus

*La référence pour la moyenne d'âge : l'âge de chaque nageuse en 2012 et faire la moyenne des âges.*

**Dans chaque région, les 2 meilleurs ballets de chaque catégorie d'âge sont qualifiés pour la compétition IRSO.**

Cycle 2 : Programme FORMATION

Pas de moyenne d'âge : 1 seul classement.

Les ballets « mixtes » composés à la fois de nageuses développement et formation, seront classés dans le programme Formation.

**Dans chaque région, les 2 meilleurs ballets du programme formation sont qualifiés pour la compétition IRSO.**

**CONTENU DES EPREUVES**

Se reporter à la fiche épreuve « ballet combiné » du socle de formation (téléchargeable sur le site FFN)

Combiné libre :

- Cycle 1 : 3'00 (+ ou - 15") dont 45" de partie groupe (tolérance 5" en moins)
- Cycle 2 : 3'30 (+ ou - 15") dont 1' de partie groupe (tolérance 5" en moins)

**L'ordre de passage des ballets sera établi d'après un tirage au sort par catégories d'âge.**

**CLASSEMENT ET PODIUM**

6 classements et podiums sont prévus suivant le total de points des nageuses :

- 1 pour chaque groupe d'âge en Acquisition
- 1 pour chaque groupe d'âge en Développement
- **1 en programme Formation**

