



ECOLE DE NATATION FRANCAISE

RAPPEL : Depuis la saison passée (2018/2019) le dispositif ENF est obligatoire pour tous les licenciés âgés de 10 ans et moins (nés en 2009 et après), ceux-ci ne peuvent être engagés en compétition (toutes disciplines confondues) que s'ils ont validé l'ensemble des tests ENF. Le dispositif ENF est sous la responsabilité de la Ligue Régionale qui délègue aux Comités départementaux ou aux clubs en fonction des niveaux.

Le SAUV'NAGE : l'organisation des sessions est laissée à l'initiative des clubs. Le club doit **IMPERATIVEMENT** saisir les résultats de la session. Sans cette saisie, il sera impossible de valider les résultats des niveaux supérieurs.

Le PASS'SPORTS DE L'EAU : Accessible dès la validation du Sauv'Nage. L'organisation des sessions Pass'Sports de l'Eau est laissée à l'initiative du Comité Départemental qui déclare les sessions, transmet les résultats et assure la saisie des résultats sur Extranat. La validation est acquise lorsque trois des cinq tests sont validés, sans obligation de présenter les cinq.

Le PASS'COMPETITION : Il sera délivré au terme de la participation du nageur au Challenge « Avenirs ». **Il n'y aura donc plus de sessions de Pass'Compétition (100 M 4N) comme précédemment.**

LE CHALLENGE « AVENIRS »

Le programme des épreuves est le suivant :

- Quatre 25 mètres (Papillon, Dos, Brasse et Nage Libre)
- Trois 50 mètres deux nages (Papillon-Dos, Dos-Brasse, Brasse-Nage Libre)
- Deux 100 M (100 M NL et 100 M 4N)

Il n'y a pas de limite aux nombres de rencontres, cependant elles devront être réalisées avant le 30 avril 2020. Cinq épreuves différentes seront au programme de chaque compétition, chaque nageur pourra effectuer 2 épreuves minimum.

L'inscription se fera sur la plateforme Extranat. Attention, seuls les nageurs titulaires d'une licence compétiteur pourront s'inscrire. Les concurrents devront être titulaires du Sauv'Nage et du Pass'Sports de l'eau.

Les résultats seront remontés sur la plateforme Extranat.

La délivrance du Pass'Compétition se fera à compter du 1^{er} mai pour tous les nageurs ayant validé au moins 5 épreuves sur les 9 proposées du challenge, et ce au cours de trois réunions minimum.

IMPORTANT : La combi, c'est pas permis ! Le port de la combinaison sera interdit à la catégorie « Avenirs » pour toutes les compétitions départementales et régionales.



1ère JOURNEE PRE-SAISON

Dimanche 13 OCTOBRE 2019

- à **ETREPAGNY** : USE - CNPE - AN - ENL - ALM - LLO - VRN

- à: **BERNAY** : SCBN -CNPO - ASB -CNN - PANC - EAC

CATEGORIES : JEUNES - JUNIORS - SENIORS (Pas de surclassement)

PROGRAMME :

1^{ère} réunion

Ouverture 8 h 30 – début 9 h 15

50 M DOS
200 M N.L.
200 M DOS
100 M PAPILLON
100 M BRASSE
400 M 4 N

2^e réunion

Ouverture 14 h 00 – début 14 h 45

50 M BRASSE
100 M DOS
200 M BRASSE
100 M N.L.
200 M PAPILLON
200 M 4 N.
400 M N.L.

TROIS EPREUVES MAXIMUM PAR REUNION PAR CONCURRENT

FRAIS D'ENGAGEMENT 1,60 € PAR EPREUVE INDIVIDUELLE

Engagements : **Sur EXTRANAT, pour le lundi 7 octobre 2019, AVANT MINUIT**

Seuls les nageurs battant une M.P. Départementale, se verront remettre une médaille.



Journée de demi-fond

Dimanche 3 NOVEMBRE 2019 - Piscine de LOUVIERS

CATEGORIES : JEUNES - JUNIORS - SENIORS

PROGRAMME :

1^{ère} réunion Ouverture du bassin 9 h 00 – début des épreuves 9 h 45

1 500 M NL DAMES T.E. JEUNES & JUNIORS 26'00 JUNIORS 2 & SENIORS. 25'00
800 M NL MESSIEURS T.E. JEUNES 16'00 JUNIORS 15'00 SENIORS. 14'00

2^e réunion Ouverture du bassin 14 h 00 – début des épreuves 14 h 45

800 M NL DAMES T.E. JEUNES 16'00 JUNIORS 15'00 SENIORS 14'00
1 500 M NL MESSIEURS T.E. JEUNES & JUNIORS 26'00 JUNIORS 2 & SENIORS 25'00

Temps d'engagement identiques chez les Dames & les Messieurs

Les séries du 800 M NL & 1500 M NL pourront être doublées.

FRAIS D'ENGAGEMENT : 1,60 € PAR EPREUVE INDIVIDUELLE

Engagements :

Sur EXTRANAT, pour le Lundi 28 OCTOBRE 2019, AVANT MINUIT

Seuls les nageurs battant une M.P. Départementale, se verront remettre une médaille.

RAPPEL :

Les entraîneurs doivent s'assurer que leurs nageurs seront capables de respecter les temps d'engagement. En cas de dépassement trop important, le Juge Arbitre se réservera le droit d'arrêter le nageur.



FINALE DEPARTEMENTALE INTERCLUBS T.C.

DIMANCHE 10 NOVEMBRE 2019 – Piscine de VAL DE REUIL

Ouverture 9 h 00 - Début 10 h 00

10 x 50 M. N.L. DAMES
10 x 50 M N.L. MESSIEURS
100 M DOS DAMES
200 M DOS MESSIEURS
100 M BRASSE DAMES
200 M BRASSE MESSIEURS
100 M N.L. DAMES
400 M N.L. MESSIEURS
100 M PAPILLON DAMES
200 M PAPILLON MESSIEURS
100 M 4 NAGES DAMES
200 M 4 NAGES MESSIEURS
Pause 15'
4 x 200 M N.L. DAMES

Ouverture 14 h 00 - Début 14 h 45

4 x 200 M N.L. MESSIEURS
200 M DOS DAMES
100 M DOS MESSIEURS
200 M BRASSE DAMES
100 M BRASSE MESSIEURS
400 M N.L. DAMES
100 M N.L. MESSIEURS
200 M PAPILLON DAMES
100 M PAPILLON MESSIEURS
200 M 4 NAGES DAMES
100 M 4 NAGES MESSIEURS
Pause 15'
4 x 100 M 4 N. DAMES
4 x 100 M 4 N MESSIEURS

Chaque équipe sera composée de dix nageurs. Chaque nageur est obligé de participer à une épreuve individuelle ainsi qu'au relais 10 x 50 NL. Le nombre de relais par nageur n'est pas limité.

Lorsque les 10 nageurs auront participé au relais 10x50 NL, aucun remplacement ne pourra être effectué dans les autres courses. Toute modification doit se faire au plus tard 15' avant le 10 x 50 NL.

FRAIS D'ENGAGEMENT : 25 € PAR EQUIPE

Engagements :

Sur EXTRANAT, pour le LUNDI 4 NOVEMBRE 2019, AVANT MINUIT

Règlement :

par virement bancaire ou par chèque (à envoyer au secrétariat départemental, Mme CRAMBERT)



1ère JOURNEE "MAITRES"

Piscine d'ETREPAGNY – Vendredi 15 novembre 2019

Ouverture du bassin : 19 h 45 - Début des épreuves 20 h 30

DAMES ET MESSIEURS 25 ANS ET PLUS (nés en 94 ET AVANT)

CLASSEMENT PAR TRANCHE D'AGE DE 5 ANS

- 25 A 29 ANS
- 30 A 34 ANS
- 35 A 39 ANS etc...

PROGRAMME :	50 M N.L.	Dames et Messieurs
	100 M DOS	"
	100 M 4 NAGES	"
	50 M BRASSE	"
	100 M PAPILLON	"
	200 M N.L.	"
	400 M 4 NAGES	"

RELAIS 4 x 50 M N.L. Dames, Messieurs, ou Mixte

**TROIS EPREUVES MAXIMUM PAR NAGEUR + LE RELAIS
DEUX RELAIS DAMES, DEUX MESSIEURS & DEUX MIXTE PAR CLUB MAXIMUM**

FRAIS D'ENGAGEMENT : 1,60 € par épreuve individuelle, 4,00 € par relais.

Engagements :

Sur EXTRANAT, pour le LUNDI 11 NOVEMBRE 2019, AVANT MINUIT

Règlement :

par virement bancaire ou par chèque (à envoyer au secrétariat départemental, Mme CRAMBERT)

Il ne sera pas remis de récompense.



2e JOURNEE PRE-SAISON

Dimanche 17 NOVEMBRE 2019

- à **PONT ST PIERRE** : AN - ENL - ALM - EAC – VRN - USE

- à: **PACY** : CNPE - SCBN -CNPO - ASB -CNN - PANC - LLO

CATEGORIES : JEUNES - JUNIORS - SENIORS (Pas de surclassement)

PROGRAMME :

1^{ère} réunion

Ouverture 8 h 30 – début 9 h 15

50 M PAPILLON
100 M DOS.
200 M BRASSE
100 M N.L.
200 M PAPILLON
200 M 4 N
400 M N.L.

2^e réunion

Ouverture 14 h 00 – début 14 h 45

100 M 4N
50 M NL
200 M DOS
200 M N.L.
100 M BRASSE
100 M PAPILLON.
400 M 4 N

TROIS EPREUVES MAXIMUM PAR REUNION PAR CONCURRENT

FRAIS D'ENGAGEMENT 1,60 € PAR EPREUVE INDIVIDUELLE

Engagements :

Sur EXTRANAT, pour le lundi 11 NOVEMBRE 2019, AVANT MINUIT

Seuls les nageurs battant une M.P. Départementale, se verront remettre une médaille.



CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX HIVER Piscine d' EVREUX (Jean Bouin)

- **SAMEDI 23 NOVEMBRE 2019** - Ouverture 14 h 00 - Début 15 h 00

- 100 M BRASSE
- 200 M N.L.
- 50 M PAP
- 200 M 4 N
- 100 M DOS
- 400 M N.L.
- Relais 4 x 50 NL T.C. (2 relais Dames & 2 relais Messieurs maximum par club)
- Relais 4 x 100 M NL T.C. 2 relais Dames & 2 relais Messieurs maximum par club

- **DIMANCHE 24 NOVEMBRE 2019**

- Ouverture 8 h 00- Début 9 h 00

- 50 M N.L.
- 100 M PAP
- 200 M BRASSE
- 50 M DOS
- 800 M N.L.

- Ouverture 14 h 00 - Début 15 h 00

- 1500 M N.L.
- 50 M BRASSE
- 200 M PAP
- 100 M N.L.
- 200 M DOS
- 400 M 4N

Les temps réalisés lors de la saison 2018/2019 sont qualificatifs pour ces championnats départementaux.
Tout engagement qui ne correspondrait pas aux temps de qualification (voir grille par catégorie d'âge) sera refusé. Les séries des 800 & 1500 M NL pourront être doublées.
Les AVENIRS pourront être engagés s'ils ont réalisé les temps de qualification de la catégorie JEUNES, et seront classés dans cette catégorie.

FRAIS D'ENGAGEMENT : 2,70 € PAR EPREUVE INDIVIDUELLE
4.00 € PAR RELAIS

RECOMPENSES : Une médaille aux trois premiers dans les catégories suivantes :
T.C. - JUNIORS1 - JUNIORS2 – JEUNES ET APRES.
Un trophée à la meilleure performance par catégorie d'âge

Engagements :

Sur **EXTRANAT**, pour le **MARDI 19 NOVEMBRE 2019**, AVANT MINUIT

Règlement :

par virement bancaire ou par chèque (à envoyer au secrétariat départemental, Mme CRAMBERT)



NAT'AVENIR HIVER - PLOT 1

DIMANCHER 1^{er} DECEMBRE 2019 - Piscine de PONT-AUDEMER

CATEGORIES : AVENIRS
Filles 2010 & Après
Garçons 2009 & Après

les nageurs doivent être OBLIGATOIREMENT titulaires du pass'compétition natation course.

PROGRAMME :

Ouverture 8 h 30 – Début 9 h 15

50 M Papillon Messieurs
100 M 4 N Dames
50 M Dos Messieurs
50 M NL Dames
50 M Brasse Messieurs

4 x 50 M 4 N

Ouverture 14 h 00 - Début 14 h 45

50 M Papillon Dames
100 M 4 N Messieurs
50 M Dos Dames
50 M NL Messieurs
50 M Brasse Dames

4 x 50 M NL

**Chaque nageur doit être engagé sur 3 épreuves individuelles au minimum.
Pour participer à la finale régionale (à l'issue des deux étapes hiver) il devra avoir participé aux 5 épreuves.**

RECOMPENSES : Une médaille aux trois premiers par année d'âge, par nage
Une médaille aux trois premiers relais

FRAIS D'ENGAGEMENT : 1,60 € par épreuve individuelle
4.00 € par relais

Engagements :

Sur **EXTRANAT**, pour le **LUNDI 25 NOVEMBRE 2019, AVANT MINUIT**

Règlement :

par virement bancaire ou par chèque (à envoyer au secrétariat départemental, Mme CRAMBERT)

IMPORTANT : La combi, c'est pas permis ! Le port de la combinaison sera interdit à la catégorie « Avenirs » pour toutes les compétitions départementales et régionales.



Trophée Jeunes Hiver 4 nageur

DIMANCHE 1er DECEMBRE 2019 – Piscine de PONT-AUDEMER

CATEGORIES :

- J1 : Filles 11 ans (2009) Garçons 12 ans (2008)
- J2 : Filles 12 ans (2008) Garçons 13 ans (2007)
- J3 : Filles 13 ans (2007) Garçons 14 ans (2006)

PROGRAMME :

Ouverture 8 h 30 – Début 9 h 15

50 M PAPILLON J1
100 M PAPILLON J2
200 M PAPILLON J3
50 M DOS J1
100 M DOS J2
200 M DOS J3
100 M N.L. J1

Ouverture 14 h 00 - Début 14 h 45

50 M BRASSE J1
100 M BRASSE J2
200 M BRASSE J3
50 M N.L. J1
100 M N.L. J2
200 M N.L. J3
100 M 4 N J1

La participation à ce trophée est laissée à la discrétion des nageurs et de leurs entraîneurs, elle n'obéit à aucune obligation, et reste donc en cela soumise à l'intérêt et à la motivation de chacun.

Chaque nageur pourra participer à autant d'épreuves qu'il le souhaite, mais UNIQUEMENT DANS SA CATEGORIE . En plus de leur programme spécifique, les nageurs J1 pourront effectuer un 100 M NL ou un 100 M 4N, mais en aucun cas les deux.

RECOMPENSES : Une médaille aux 3 premiers par année d'âge, au classement de la journée.

FRAIS D'ENGAGEMENT : 1,60 € par épreuve individuelle

Engagements :

Sur **EXTRANAT**, pour le **LUNDI 26 NOVEMBRE 2018**, AVANT MINUIT

Règlement :

par virement bancaire ou par chèque (à envoyer au secrétariat départemental, Mme CRAMBERT)



PASS'SPORTS DE L'EAU

DIMANCHE 12 JANVIER 2020 à 14 h 00

- **A ETREPAGNY** : USE – AN – LLO – CNPE – VRN – ALM

- **AU NEUBOURG** : CNN – PANC – SCBN – ASB – CNPO – EAC – ENL

Catégories : Filles nées en 2010 & après
Garçons nés en 2009 & après

Ils devront posséder obligatoirement le sauv'nage, Les clubs devront vérifier avant d'envoyer leur liste.

EPREUVES :

Natation Course

Natation Synchronisée

Nages avec palmes

Water-polo

Plongeon

ENGAGEMENTS :

Sur fichier Excel au Secrétariat départemental (natation-eure@wanadoo.fr) pour le

LUNDI 6 JANVIER 2020 IMPERATIVEMENT

15 nageurs maximum par club. Si un club n'a pas ou a moins de 15 nageurs, cela pourra permettre aux autres clubs d'en présenter un peu plus.

Pour cela, chaque club doit bien respecter le délai d'envoi de la liste. Le jour de la compétition, avoir pour chaque enfant un livret et une fiche d'évaluation pré-remplis.

Chaque club devra présenter au minimum 1 évaluateur.

Les nageurs de la catégorie JEUNES (filles nées en 2009 & avant, garçons nés en 2008 et avant) ne sont plus soumis au caractère obligatoire des tests ENF. Il n'y a donc plus lieu de les présenter au Pass'Sports de l'Eau.