

PROGRAMME SPORTIF

FFN OUEST 2024-2025

NATATION COURSE



Pour toutes les compétitions « individuelles », une amende de 50 € sera appliquée par réunion aux clubs ne fournissant pas UN officiel pour au moins 5 nageurs. Les clubs ayant plus de 10 nageurs engagés devront fournir DEUX officiels (amende 25€ si un seul). Pour les compétitions par équipe, chaque club doit fournir UN officiel.

CHAMPIONNATS DE L'OUEST WEB CONFRONT@TION

<i>Date</i>		Vendredi 4, Samedi 5 & Dimanche 6 juillet 2025		
<i>Bassin</i>		50 m x 8 lignes extérieur	<i>extraNat</i>	Engagements du 25 juin au 1^{er} juillet 2025
<i>Catégorie</i>	♀	Juniors et Séniors : 14 ans & plus (2010 et avant)	<i>Lieu</i>	LAVAL
	♂	Juniors et Séniors : 14 ans & plus (2010 et avant)		
<i>Note</i>		Compétition qualificative pour les épreuves nationales Déléguée ETI : Léa PINEAU Engagements à effectuer et à régler sur extraNat Centre-Val de Loire Tarifs des engagements : 9 € (par épreuve individuelle)		

Vendredi 4 juillet 2025		Samedi 5 juillet 2025		Dimanche 6 juillet 2025	
		OP : 07h30 DE : 09h00		OP : 07h30 DE : 09h00	
Bassin disponible pour les clubs de 9 h 00 à 11 h 30	SÉRIES	200 NAGE LIBRE D & M		100 BRASSE D & M	
		100 DOS D & M		200 DOS D & M	
		200 4 NAGES D & M		400 4 NAGES D & M	
		100 PAPILLON D & M		200 PAPILLON D & M	
		50 NAGE LIBRE D & M		100 NAGE LIBRE D & M	
		200 BRASSE D & M		400 NAGE LIBRE M	
		400 NAGE LIBRE D		800 NAGE LIBRE D (premières séries)	
		800 Nage Libre M (premières séries)			
OP : 13h30 DE : 15h00		OP : 14h30 DE : 16h00		OP : 13h45 DE : 15h15	
SERIES	50 BRASSE D & M		S.	800 NAGE LIBRE M (série finale)	
	50 DOS D & M			400 NAGE LIBRE D	
	50 PAPILLON D & M			200 BRASSE M & D	
	1500 NL D & M			50 NAGE LIBRE M & D	
FINALES A	50 BRASSE D & M		FINALES A	100 PAPILLON M & D	
	50 DOS D & M			200 4 NAGES M & D	
	50 PAPILLON D & M			100 DOS M & D	
	Relais 4 x 50 4 N mixte			200 NAGE LIBRE M & D	
		Relais 4 x 50 NL mixte			
				FINALES A	
				800 NAGE LIBRE D (série finale)	
				400 NAGE LIBRE M	
				100 BRASSE D & M	
				200 DOS D & M	
				400 4 NAGES D & M	
				200 PAPILLON D & M	
				100 NAGE LIBRE D & M	

◆ Modalités de participation :

- Compétition réservée uniquement aux nageurs licenciés dans l'interrégion Ouest
- Cette compétition est ouverte à tous les Juniors et Séniors (filles et garçons 14 ans et plus), sous condition d'avoir réalisé les temps de la grille de qualification en bassin de 25 ou de 50 mètres durant la période du 1^{er} janvier 2024 au 29 juin 2025 à partir des performances enregistrées dans la base extraNat.
- Deux épreuves complémentaires sont autorisées
- Les séries seront nagées toutes catégories confondues et classement au temps.

◆ Organisation des finales :

- Trois finales sur les épreuves de 50, 100, 200 et 400 mètres :
 - Finales A & B Toutes catégories
 - Finales C « Espoirs » (Juniors 1 & 2 : Filles & Garçons 14 & 15 ans)
- Pour les 800 Nage Libre organisation en premières séries et série finales toutes catégories confondues
- Pour les 1500 Nage Libre séries toutes catégories.

◆ Récompenses :

- Pour les épreuves de 50, 100, 200 et 400 mètres, les trois premiers de la finale A.
- Pour les épreuves 800, 1500 Nage Libre, les 3 premiers Toutes catégories.
- A l'issue des épreuves : les 3 premiers à la table de cotation par catégorie (J1 – J2 & J3) et par genre.

Performances à réaliser en bassin de 25 mètres

DAMES						MESSIEURS				
Catégorie « Espoirs »		Catégorie « Relève »				Catégorie « Espoirs »		Catégorie « Relève »		
Juniors 1 14 ans (2010)	Juniors 2 15 ans (2009)	Juniors 3 16 ans (2008)	Juniors 4 17 ans (2007)	Juniors 5 Séniors 13 ans & + (2006 et -)		Juniors 1 14 ans (2010)	Juniors 2 15 ans (2009)	Juniors 3 16 ans (2008)	Juniors 4 17 ans (2007)	Juniors 5 Séniors 13 ans & + (2006 et -)
00:30.63	00:30.14	00:29.50	00:28.58	00:28.29	50 NL	00:28.09	00:27.38	00:26.50	00:26.19	00:25.54
01:07.19	01:05.53	01:04.25	01:02.97	01:02.33	100 NL	01:02.92	00:59.82	00:57.72	00:57.37	00:55.75
02:25.80	02:22.58	02:19.33	02:17.21	02:15.81	200 NL	02:17.57	02:10.28	02:05.38	02:03.72	02:01.74
05:05.68	04:57.04	04:52.42	04:44.76	04:41.85	400 NL	04:52.11	04:36.70	04:26.37	04:21.52	04:17.53
10:25.46	10:12.15	09:57.77	09:45.73	09:39.74	800 NL	09:49.60	09:36.93	09:12.76	09:02.73	08:54.82
20:28.32	19:54.73	19:17.48	18:39.34	18:27.90	1500 NL	18:29.90	18:06.82	17:51.55	17:15.20	17:07.29
00:34.48	00:33.42	00:33.21	00:32.23	00:31.90	50 DOS	00:32.24	00:30.92	00:29.71	00:29.48	00:28.60
01:14.96	01:13.29	01:12.64	01:10.66	01:09.92	100 DOS	01:11.34	01:06.89	01:04.20	01:03.43	01:02.01
02:43.76	02:36.88	02:35.41	02:32.23	02:30.64	200 DOS	02:30.91	02:25.25	02:19.32	02:17.85	02:14.40
00:39.25	00:38.68	00:37.28	00:36.28	00:35.92	50 BRA	00:36.57	00:34.32	00:33.32	00:32.40	00:31.86
01:25.60	01:24.05	01:22.05	01:19.78	01:18.96	100 BRA	01:21.40	01:16.29	01:14.11	01:11.67	01:10.16
03:04.51	02:59.44	02:56.18	02:52.24	02:50.47	200 BRA	02:54.60	02:49.25	02:40.12	02:34.83	02:32.76
00:32.83	00:31.92	00:31.30	00:30.57	00:30.26	50 PAP	00:31.46	00:29.09	00:28.49	00:27.69	00:27.30
01:14.16	01:12.39	01:09.86	01:08.29	01:07.59	100 PAP	01:11.89	01:05.59	01:02.75	01:01.86	01:00.42
02:47.81	02:43.10	02:37.96	02:34.25	02:32.67	200 PAP	02:35.92	02:27.19	02:23.01	02:19.46	02:16.44
02:46.90	02:42.33	02:39.73	02:35.40	02:33.80	200 4N	02:35.12	02:26.67	02:23.86	02:19.90	02:18.16
05:51.48	05:39.70	05:34.13	05:26.61	05:23.27	400 4N	05:25.90	05:13.15	05:04.84	05:00.64	04:55.47

Performances à réaliser en bassin de 50 mètres

DAMES						MESSIEURS				
Catégorie « Espoirs »		Catégorie « Relève »				Catégorie « Espoirs »		Catégorie « Relève »		
Juniors 1 14 ans (2010)	Juniors 2 15 ans (2009)	Juniors 3 16 ans (2008)	Juniors 4 17 ans (2007)	Juniors 5 Séniors 18 ans & + (2006 et -)		Juniors 1 14 ans (2010)	Juniors 2 15 ans (2009)	Juniors 3 16 ans (2008)	Juniors 4 17 ans (2007)	Juniors 5 Séniors 18 ans & + (2006 et -)
00:31.33	00:30.84	00:30.20	00:29.28	00:28.99	50 NL	00:28.79	00:28.08	00:27.20	00:26.89	00:26.24
01:08.39	01:06.73	01:05.45	01:04.17	01:03.53	100 NL	01:04.42	01:01.32	00:59.22	00:58.87	00:57.25
02:28.70	02:25.48	02:22.23	02:20.11	02:18.71	200 NL	02:21.17	02:13.88	02:08.98	02:07.32	02:05.34
05:11.88	05:03.24	04:58.62	04:50.96	04:48.05	400 NL	04:59.81	04:40.40	04:34.07	04:29.22	04:25.23
10:38.36	10:25.05	10:10.67	09:58.63	09:52.64	800 NL	10:05.50	09:52.83	09:28.66	09:18.63	09:10.72
20:52.82	20:19.23	19:41.98	19:03.84	18:52.40	1500 NL	19:00.00	18:37.02	18:21.75	17:45.30	17:37.49
00:35.78	00:34.72	00:34.51	00:33.53	00:33.20	50 DOS	00:33.73	00:32.42	00:31.21	00:30.98	00:30.10
01:17.26	01:15.59	01:14.94	01:12.96	01:12.22	100 DOS	01:14.34	01:09.89	01:07.20	01:06.43	01:05.01
02:49.16	02:42.28	02:40.81	02:37.63	02:36.04	200 DOS	02:37.81	02:32.15	02:26.22	02:24.75	02:21.30
00:39.95	00:39.38	00:37.98	00:36.98	00:36.62	50 BRA	00:37.68	00:35.42	00:34.42	00:33.50	00:32.96
01:27.50	01:25.95	01:23.95	01:21.68	01:20.86	100 BRA	01:23.90	01:18.79	01:16.61	01:14.17	01:12.66
03:09.01	03:03.94	03:00.68	02:56.74	02:54.97	200 BRA	03:00.50	02:55.15	02:46.02	02:40.73	02:38.66
00:33.43	00:32.52	00:31.90	00:31.17	00:30.86	50 PAP	00:32.16	00:29.79	00:29.19	00:28.39	00:28.00
01:15.56	01:13.79	01:11.26	01:09.69	01:08.99	100 PAP	01:13.29	01:06.99	01:04.15	01:03.26	01:01.82
02:51.11	02:46.40	02:41.26	02:37.55	02:35.97	200 PAP	02:38.69	02:30.49	02:26.31	02:22.76	02:19.74
02:50.30	02:45.73	02:43.13	02:38.80	02:37.20	200 4N	02:39.22	02:30.77	02:27.96	02:24.00	02:22.26
05:58.98	05:47.20	05:41.63	05:34.11	05:30.77	400 4N	05:34.90	05:22.15	05:13.84	05:09.64	05:04.47