



COMITE DU VAR

**FEDERATION FRANCAISE DE NATATION
COMITE DU VAR DE NATATION**

Maison départementale des sports l'Hélianthe
Rue Emile Ollivier - La Rode
83000 TOULON
contact@ffnvar.org

**PROGRAMME SPORTIF
2011/2012**

SOMMAIRE

Règlements, Actions du Comité du Var
Les catégories d'âges
Les compétitions

Calendrier départemental du Var Saison 2011/2012

Date	Compétition	Lieu	Catégorie
Dimanche 9 octobre 2011	Meeting d'automne	Toulon (TVN)	Minimes et + Maîtres
Dimanche 16 octobre 2011	Meeting Poussins n°1	Fréjus/Toulon (ASPTT)	Poussins
Dimanche 16 octobre 2011	Meeting Benjamins n°1	Fréjus/Toulon (ASPTT)	Benjamins
Dimanche 13 novembre 2011	Meeting Benjamins n°2	St Tropez/Six-Fours	Benjamins
Dimanche 13 novembre 2011	Meeting Poussins n°2	St Tropez/Six-Fours	Poussins
Samedi 26 novembre 2011	Meeting Avenirs	Fréjus/Toulon (ASPTT)	Avenirs
Dimanche 4 décembre 2011	Interclubs Benjamins et Poussins	Toulon (TVN)	Benjamins Poussins
Dimanche 15 janvier 2012	Mini meeting avenirs	Hyères	Avenirs
Vendredi 20 janvier 2012	Meeting Varois n°1	Fréjus/Six-Fours	Benjamins et + Maîtres
Dimanche 29 janvier 2012	Meeting Poussins n°3	Hyères	Poussins
Vendredi 24 février 2012	Meeting Varois n°2	Draguignan/Toulon (ASPTT)	Benjamins et + Maîtres
Samedi 17 mars 2012	Meeting Poussins n°4	Toulon (TVN)	Poussins
Mercredi 21 mars 2012	Passeport de l'eau	St Tropez?/Six-Fours	Toutes catégories
Samedi 24 mars 2012	Meeting Varois n°3	Hyères	Benjamins et + Maîtres
Dimanche 15 avril 2012	Meeting Poussins « nage libre »	Six-Fours	Poussins
Mardi 8 mai 2012	Passeport de l'eau	Toulon (ASPTT)	Toutes catégories
Mardi 8 mai 2012	Coupe du Conseil Général	Toulon (ASPTT)	Avenirs
Samedi 26 mai 2012	Meeting Poussins « 4N »	Toulon (TVN)	Poussins
Dimanche 10 juin 2012	Meeting benjamins pour sélection	Hyères	Benjamins
Samedi 16 juin 2011	Meeting avenirs	Six-Fours	Avenirs
Samedi 23 et dimanche 24 juin 2012	Var Cup Poussins	Hyères	Poussins

Règlements

- ✓ **Règles d'engagements pour les compétitions départementales**
Pour les 2 premières compétitions départementales, les engagements doivent être faits sur extranet Pocket **OBLIGATOIREMENT** et sont à envoyer à engagements@ffnvar.org.
A partir du 17 octobre 2011, tous les engagements devront être faits sur EXTRANAT.fr. ATTENTION, bien respecter la date limite (10 jours avant la compétition) sinon il sera impossible de réaliser les engagements.
- ✓ **Rappel du nombre d'officiels par club à présenter pour chaque compétition :**
De 1 à 9 nageurs : 1 officiel *De 10 à 19 nageurs : 2 officiels*
Plus de 20 nageurs : 3 officiels
- ✓ **Précisions sur les compétitions organisées en 1/2 département, donc sur 2 lieux simultanément**
S'il y a des problèmes d'organisation d'un côté ou de l'autre du département, on repasse à une organisation sur un seul lieu.

Actions du Comité du Var

POUSSINS

- ✓ **Sélection poussins**
Un regroupement des 10 ou 12 meilleurs poussins (ranking sur le 100 m 4N au 1^{er} mai 2012) sera organisé pour participer à la « Coupe Franck ESPOSITO » au mois de juin.

BENJAMINS

- ✓ **Stage benjamins à Grimaud du 17 au 20 mai 2012**
Regroupement des 15 premiers varois au classement national du natathlon (pas de repêchage en cas de forfait).
Tous les entraîneurs de benjamins du département peuvent se joindre à ce regroupement, même s'ils n'ont pas de nageurs sélectionnés.
- ✓ **Coupe de France benjamins des départements** : samedi 30 juin et dimanche 1^{er} juillet 2012
Le départ pour cette sélection se fera le jeudi ou le vendredi en fonction du lieu de la compétition.

Les catégories d'âges

Les catégories d'âges sont définies au niveau national en fonction des années de naissance.

Catégorie	Âge	Année
<i>Avenir</i> s	9 ans et moins	2003 et après
<i>Poussin</i> s	10 et 11 ans	2001 et 2002
<i>Benjamin</i> s	12 et 13 ans	1999 et 2000
<i>Minime</i> s	14 et 15 ans	1997 et 1998
<i>Cadet</i> s	16 et 17 ans	1995 et 1996
<i>Juniors</i>	18, 19 et 20 ans	1992, 1993 et 1994
<i>Seniors</i>	21 ans et plus	1991 et avant
<i>Maître</i> s	25 ans et plus	1987 et avant

Meeting d'automne

Date : **Dimanche 9 octobre 2011**

Lieu : Toulon

Bassin : 25 m

Catégories : Minimes, cadets, juniors, seniors et maîtres

Date limite d'engagement : Dimanche 2 octobre 2011

Echauffement : 13h

Début des épreuves : 14h

Règlement, mode de participation

Les maîtres sont autorisés à participer.

Les courses se dérouleront classement au temps, toutes catégories confondues.

3 épreuves maximum par nageur.

Programme

- **100 m pap** dames puis messieurs
- **50 m dos** dames puis messieurs
- **100 m brasse** dames puis messieurs
- **50 m nage libre** dames puis messieurs
- **50 m pap** dames puis messieurs
- **100 m dos** dames puis messieurs
- **50 m brasse** dames puis messieurs
- **100 m nage libre** dames puis messieurs

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers toutes catégories et aux premiers minimes.

Meeting Poussins n°1 (1/2 département)

Date : **Dimanche 16 octobre 2011**

Bassin : 25 m

Date limite d'engagement : Jeudi 6 octobre 2011

2 Lieux : Fréjus/Toulon

Catégories : Poussins

Fréjus : Echauffement : 9h

Toulon : Echauffement : 13h

Début des épreuves : 9h30

Début des épreuves : 14h

Règlement, mode de participation

Possibilité de doubler les séries du 100 m nage libre (2 nageurs par ligne).

Les nageurs nés en 2003 (avenirs 2^{ème} année), titulaires du pass compétition, sont autorisés à participer aux compétitions départementales POUSSINS. Ils seront classés avec la catégorie des nageurs nés en 2002.

Programme

- **25 m pap** dames puis messieurs
- **100 m nage libre** dames puis messieurs
- **25 m dos** dames puis messieurs
- **25 m brasse** dames puis messieurs

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers 2001 et aux 3 premiers 2002, 2003.

Meeting Benjamins n°1 (1/2 département)

Date : **Dimanche 16 octobre 2011**

Bassin : 25 m

Date limite d'engagement : Jeudi 6 octobre 2011

2 Lieux : Fréjus/Toulon

Catégories : Benjamins

Fréjus : **Echauffement : 9h**

Toulon : **Echauffement : 13h**

Début des épreuves : 9h30

Début des épreuves : 14h

Règlement, mode de participation

Toutes les séries du 200 m nage libre seront doublées (2 nageurs par ligne).

Programme

- **25 m pap** dames puis messieurs
- **200 m nage libre** dames puis messieurs
- **25 m dos** dames puis messieurs
- **25 m brasse** dames puis messieurs

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers de chaque année 1999 et 2000.

Meeting Benjamins n°2 (1/2 département)

Date : **Dimanche 13 novembre 2011**

2 Lieux : St Tropez/Six-Fours

Bassin : 25 m

Catégories : Benjamins

Date limite d'engagement : Jeudi 3 novembre 2011

Echauffement : 9h

Début des épreuves : 9h30

Règlement, mode de participation

Toutes les séries du 400 m nage libre seront doublées (2 nageurs par ligne).

Temps limite d'engagement au 400 m nage libre : 7'

Programme

- **100 m 4N** dames puis messieurs
- **400 m nage libre** dames puis messieurs
- **4x25 m nage libre** dames puis messieurs

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers de chaque année 1999 et 2000.

Coupe aux 3 premiers relais dames et messieurs.

Meeting Poussins n°2 (1/2 département)

Date : **Dimanche 13 novembre 2011**

2 Lieux : St Tropez/Six-Fours

Bassin : 25 m

Catégories : Poussins

Date limite d'engagement : Jeudi 3 novembre 2011

Echauffement : 14h

Début des épreuves : 14h30

Règlement, mode de participation

1 épreuve individuelle max par nageur.

Les nageurs nés en 2003 (avenirs 2^{ème} année), titulaires du pass compétition, sont autorisés à participer aux compétitions départementales POUSSINS. Ils seront classés avec la catégorie des nageurs nés en 2002.

Programme

- **100 m ou 200 m nage libre** dames puis messieurs
- **8x25 m 4N** mixte (composition libre filles/garçons, 2 dos/2 br/2 pap/2 cr)

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers 2001 et aux 3 premiers 2002, 2003.

Une coupe aux 3 premiers relais.

Meeting Avenirs (1/2 département)

Date : Samedi 26 novembre 2011

Lieu : Fréjus/Toulon

Bassin : 25 m

Catégories : Avenirs (2003, 2004 et 2005)

Date limite d'engagement : Mercredi 16 novembre 2011

Echauffement : 17h

Début des épreuves : 17h30

Règlement, mode de participation

1 épreuve individuelle par nageur.

Pour le relais : La composition mixte est libre. Les compositions acceptées sont : 4 filles ou 4 garçons ou mixte au choix.

Programme

- 25 m ou 50 m dos filles puis garçons
- 4x25 m nage libre mixte.

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers de chaque année 2003, 2004 et 2005.

Une coupe aux 3 premiers relais.

INTERCLUBS Varois

Poussins et Benjamins

Date : **Dimanche 4 décembre 2011**

Bassin : 25 m

Date limite d'engagement : Jeudi 24 novembre 2011

Lieu : Toulon

Catégories : Poussins et benjamins

Matin : Echauffement : 9h

Après-midi : Echauffement : 14h

Début des épreuves : 9h45

Début des épreuves : 14h30

Règlement, mode de participation

Equipe de 4 nageurs : benjamins (1999 et 2000) et poussins (2001 et 2002).

Possibilité d'engager des nageurs sur une course individuelle si son équipe n'est pas complète.

Classement à la table de cotation.

Les points des relais ne sont pas doublés.

Programme

MATIN

- **100 m pap** benjamins puis benjamins
- **50 m pap** poussines puis poussins
- **200 m dos** benjamins puis benjamins
- **100 m dos** poussines puis poussins
- **100 m brasse** benjamins puis benjamins
- **50 m brasse** poussines puis poussins
- **200 m 4N** benjamins puis benjamins
- **100 m 4N** poussines puis poussins

APRES-MIDI

- **Défilé des équipes**
- **4x50 m nage libre** poussines puis poussins
- **4x50 m nage libre** benjamins puis benjamins

Récompenses, classement

Une coupe aux 5 premières équipes dames et messieurs chez les poussins et chez les benjamins.

Un trophée aux 5 premières équipes dames et messieurs confondus, poussins et benjamins mélangés.

Meeting Varois n°1 (1/2 département)

Date : **Vendredi 20 janvier 2012**

Lieu : Fréjus/Six-Fours

Bassin : 25 m

Catégories : Benjamins, minimes, cadets, juniors, seniors et maîtres

Date limite d'engagement : Mardi 10 janvier 2012

Echauffement : 18h30

Début des épreuves : 19h

Règlement, mode de participation

Compétition ouverte aux **catégories minimes et plus** qui ne participent ni aux meetings de label régional, ni aux meetings de label national.

Les maîtres sont autorisés à participer.

Les benjamins sont autorisés à participer à condition qu'ils ne participent pas aux natathlons.

2 épreuves maximum par nageur.

Programme

- **50 m dos** dames puis messieurs
- **100 m nage libre** dames puis messieurs
- **50 m pap** dames puis messieurs
- **100 m brasse** dames puis messieurs

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers benjamins, aux 3 premiers minimes et aux 3 premiers cadets, juniors, seniors et maîtres confondus.

Meeting Poussins n°3

Date : **Dimanche 29 janvier 2012**

Lieu : Hyères

Bassin : 25 m

Catégories : Poussins

Date limite d'engagement : Jeudi 19 janvier 2012

Echauffement : 14h

Début des épreuves : 14h30

Règlement, mode de participation

Le nombre d'épreuves par nageur n'est pas limité.

Les nageurs nés en 2003 (avenirs 2^{ème} année), titulaires du pass compétition, sont autorisés à participer aux compétitions départementales POUSSINS. Ils seront classés avec la catégorie des nageurs nés en 2002.

Programme

- **100 m 4N** dames puis messieurs
- **25 m pap** dames puis messieurs
- **25 m dos** dames puis messieurs
- **25 m brasse** dames puis messieurs
- **4x50 m 4N** dames puis messieurs

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers 2001 et aux 3 premiers 2002, 2003.

Une coupe aux 3 premiers relais dames et messieurs.

Meeting Varois n°2 (1/2 département)

Date : **Vendredi 24 février 2012**

Lieu : Draguignan/Toulon

Bassin : 25 m

Catégories : Benjamins, minimes, cadets, juniors, seniors et maîtres

Date limite d'engagement : Mardi 14 février 2012

Echauffement : 18h30

Début des épreuves : 19h

Règlement, mode de participation

Compétition ouverte aux **catégories minimes et plus** qui ne participent ni aux meetings de label régional, ni aux meetings de label national.

Les maîtres sont autorisés à participer.

Les benjamins sont autorisés à participer à condition qu'ils ne participent pas aux natathlons.

2 épreuves maximum par nageur.

Programme

- **100 m dos** dames puis messieurs
- **50 m nage libre** dames puis messieurs
- **100 m pap** dames puis messieurs
- **50 m brasse** dames puis messieurs

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers benjamins, aux 3 premiers minimes et aux 3 premiers cadets, juniors, seniors et maîtres confondus.

Meeting Poussins n°4

Date : Samedi 17 mars 2012

Lieu : Toulon

Bassin : 25 m

Catégories : Poussins

Date limite d'engagement : Mercredi 7 mars 2012

Echauffement : 17h

Début des épreuves : 17h30

Règlement, mode de participation

Par nageur : 100 m 4N et un 100 m au choix.

Les nageurs nés en 2003 (avenirs 2^{ème} année), titulaires du pass compétition, sont autorisés à participer aux compétitions départementales POUSSINS. Ils seront classés avec la catégorie des nageurs nés en 2002.

Programme

- 100 m 4N dames puis messieurs
- 100 m pap dames puis messieurs
- 100 m dos dames puis messieurs
- 100 m brasse dames puis messieurs
- 100 m nage libre dames puis messieurs

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers 2001 et aux 3 premiers 2002, 2003.

Passeport de l'eau (1/2 département)

Date : Mercredi 21 mars 2012

Lieu : St Tropez ?/Six-Fours

Bassin : 25 m

Catégories : Toutes catégories

Date limite d'engagement : Dimanche 11 mars 2012

Echauffement : à définir

Début des épreuves : à définir

Règlement, mode de participation

Programme

- Natation course
- Nage avec palmes
- Natation synchronisée
- Water-polo
- Plongeon

Récompenses, classement

Meeting Varois n°3

Date : Samedi 24 mars 2012

Lieu : Hyères

Bassin : 25 m

Catégories : Benjamins, minimes, cadets, juniors, seniors et maîtres

Date limite d'engagement : Mercredi 14 mars 2012

Echauffement : 14h

Début des épreuves : 14h30

Règlement, mode de participation

Compétition ouverte aux **catégories minimes et plus** qui ne participent ni aux meetings de label régional, ni aux meetings de label national.

Les maîtres sont autorisés à participer.

Les benjamins sont autorisés à participer à condition qu'ils ne participent pas aux natathlons.

Les séries du 400 mètres nage libre seront doublées (2 nageurs par ligne).

2 épreuves maximum par nageur.

Programme

- **400 m nage libre** dames puis messieurs
- **200 m 4N** dames puis messieurs
- **200 m pap** dames puis messieurs
- **200 m dos** dames puis messieurs
- **200 m brasse** dames puis messieurs

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers benjamins, aux 3 premiers minimes et aux 3 premiers cadets, juniors, seniors et maîtres confondus.

Meeting Poussins « nage libre »

Date : **Dimanche 15 avril 2012**

Bassin : 25 m

Date limite d'engagement : Jeudi 5 avril 2012

Lieu : Six-Fours

Catégories : Poussins

Echauffement : 14h

Début des épreuves : 14h30

Règlement, mode de participation

1 épreuve individuelle par nageur.

Les séries des 200, 400 et 800 m seront doublées (2 nageurs par ligne).

Temps limite pour le 400 m : 7'.

Temps limite pour le 800 m : 13'30.

Les nageurs nés en 2003 (avenirs 2^{ème} année), titulaires du pass compétition, sont autorisés à participer aux compétitions départementales POUSSINS. Ils seront classés avec la catégorie des nageurs nés en 2002.

Programme

- **200 m ou 400 m ou 800 m nage libre** dames puis messieurs
- **4x25 m 4N** dames puis messieurs

Récompenses, classement

Pour les 200 m et 400 m : une médaille aux 3 premiers 2001 et aux 3 premiers 2002, 2003.

Pour le 800 m : une médaille aux 3 premiers poussins.

Une coupe aux 3 premiers relais dames et messieurs.

Passeport de l'eau

Date : **Mardi 8 mai 2012**

Lieu : Toulon

Bassin : 25 m

Catégories : Toutes catégories

Date limite d'engagement : Samedi 28 avril 2012

Echauffement : 9h

Début des épreuves : 9h30

Règlement, mode de participation

Programme

- Natation course
- Nage avec palmes
- Natation synchronisée
- Water-polo
- Plongeon

Récompenses, classement

Coupe du Conseil Général « Avenirs »

Date : **Mardi 8 mai 2012**

Lieu : Toulon

Bassin : 25 m

Catégories : Avenirs (2003, 2004, 2005)

Date limite d'engagement : Samedi 28 avril 2012

Echauffement : 14h

Début des épreuves : 14h30

Règlement, mode de participation

Equipe de 4. La composition mixte est libre. Les compositions acceptées sont : 4 filles ou 4 garçons ou mixte au choix.

Classement à la place.

Les points des relais ne sont pas doublés.

Toutes les séries sont nagées filles et garçons mélangés.

Possibilité d'engager des nageurs sur une course individuelle si son équipe n'est pas complète.

Programme

- Défilé des équipes
- 25 m pap
- 50 m dos
- 25 m brasse
- 50 m nage libre
- 4x25 m nage libre

Récompenses, classement

Une coupe aux 5 premières équipes.

Meeting Poussins « 4 nages »

Date : Samedi 26 mai 2012

Lieu : Toulon

Bassin : 25 m

Catégories : Poussins

Date limite d'engagement : Mercredi 16 mai 2012

Echauffement : 14h

Début des épreuves : 14h30

Règlement, mode de participation

1 épreuve individuelle par nageur.

Temps limite pour le 400 m 4N : 7'30.

Temps limite pour le 200 m 4N : 4'.

Les nageurs nés en 2003 (avenirs 2^{ème} année), titulaires du pass compétition, sont autorisés à participer aux compétitions départementales POUSSINS. Ils seront classés avec la catégorie des nageurs nés en 2002.

Programme

- **100 m ou 200 m ou 400 m 4N** dames puis messieurs
- **4x25 m nage libre** dames puis messieurs

Récompenses, classement

Pour les 100 m et 200 m : une médaille aux 3 premiers 2001 et aux 3 premiers 2002, 2003.

Pour le 400 m : une médaille aux 3 premiers poussins.

Une coupe aux 3 premiers relais dames et messieurs.

Meeting Benjamins pour Sélection

Date : **Dimanche 10 juin 2012**

Lieu : Hyères

Bassin : 25 m

Catégories : Benjamins

Date limite d'engagement : Mercredi 30 mai 2012

Echauffement : 9h

Début des épreuves : 9h45

Règlement, mode de participation

2 épreuves maximum par nageur.

Programme

- **100 m pap** dames puis messieurs
- **100 m dos** dames puis messieurs
- **100 m brasse** dames puis messieurs
- **100 m nage libre** dames puis messieurs
- **200 m 4 nages** dames puis messieurs

Récompenses, classement

Une médaille aux 3 premiers de chaque année 1999 et 2000.

VAR CUP Poussins

Date : Samedi 23 et dimanche 24 juin 2012

Bassin : 50 m extérieur

Date limite d'engagement :

Lieu : Hyères

Catégories : Poussins

Echauffement :

Début des épreuves :

Règlement, mode de participation

A définir

Programme

A définir

Récompenses, classement

A définir