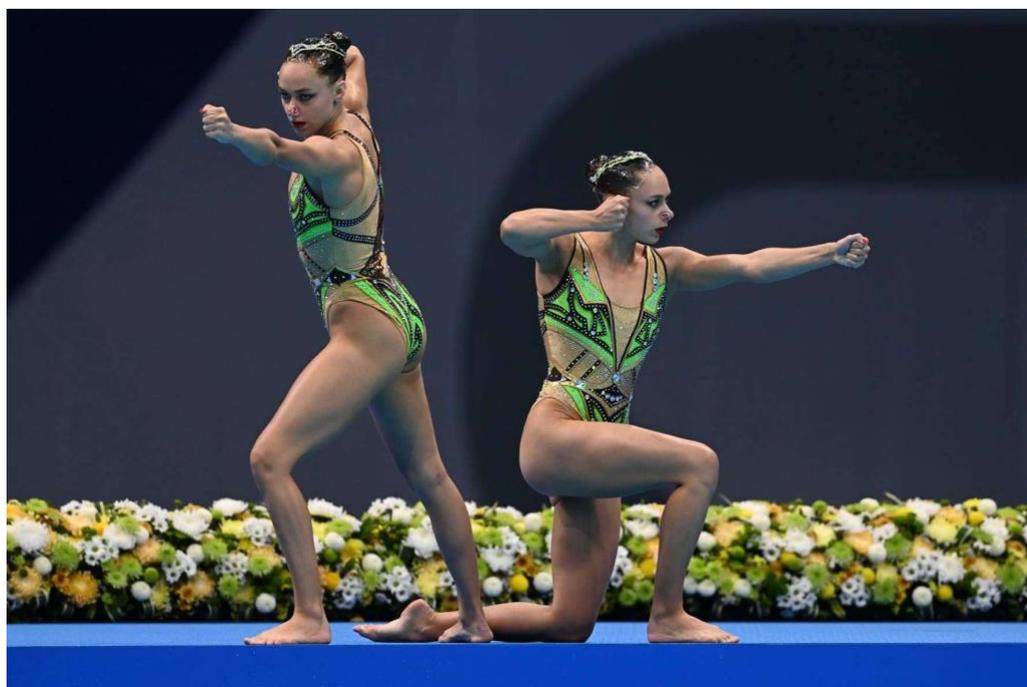


# Ligue Régionale de Natation Reunion

---



## Natation Artistique

### Règlement et Calendrier 2021-2022

REGLEMENT MIS A JOUR LE 19 octobre 2021, les modifications apparaissent surlignées  
**en Jaune** sur les pages 10,11,12,13,21,22,25,26,28,30,32

## SOMMAIRE

<b>I. CORRESPONDANCES &amp; FORMALITES D'ENGAGEMENTS</b>	<b>3</b>	
A – NATIONAL	3	
B – REGIONAL	4	
1. FORMALITES D'ENGAGEMENTS AUX EPREUVES	4	
2. ENGAGEMENTS JURY QUELQUE SOIT LE TYPE DE COMPETITION	5	
3. MUSIQUE	5	
4. GELATINE	6	
5. PROPOSITIONS PISCINES	6	
C – DEPARTEMENTAL	6	
<b>II. FRAIS D'ENGAGEMENT ET AMENDES</b>	<b>7</b>	
A – DROITS D'ENGAGEMENT & AMENDES	7	
<b>III. TABLEAU DE COMPETENCES DES OFFICIELS</b>	<b>8</b>	
<b>IV. CALENDRIER DES COMPETITIONS</b>	<b>10</b>	
A – REGIONAL & NATIONAL	10	
<b>V. PROGRAMME FEDERAL</b>	<b>11</b>	
<b>VI. PARCOURS SPORTIF</b>	<b>12</b>	
<b>VII. PROGRAMME SPORTIF ILE-DE-FRANCE</b>	<b>14</b>	
<b>VIII. SCORES DE QUALIFICATIONS</b>	<b>15</b>	
<b>IX. FICHES COMPETITIONS</b>		
ENF 3 PASS'COMPETITION	17	
SYNCHRONAT	18	
JOURNEES D'AUTOMNE / TOURNOI D'HIVER	19	
CHAMPIONNATS qualificatif aux Frances JEUNE et JUNIORS + FINALES des jeunes	23	25
CHAMPIONNATS REGIONAUX AVENIRS JEUNES JUNIORS	26	
ANIMATION POUSSINES	30	
CHALLENGE (coupe promo) FINALE	31	
<b>FORMATION</b>	<b>33</b>	

## I. CORRESPONDANCES & FORMALITES D'ENGAGEMENTS

Les règlements fédéraux de la Fédération Française de Natation concernent toutes les disciplines de la Fédération. C'est le « Spécial règlements » qui est adressé à tous les clubs en début de saison. Il contient en ce qui nous concerne, le règlement de toutes les compétitions fédérales de la natation artistique, le calendrier national et le règlement financier.

La Ligue Réunion édite ses propres règlements.

Les règlements FFN et Réunion pour la Natation Artistique sont disponibles sur les sites Internet de la FFN et de la Réunion.

**Il faut donc toujours distinguer ce qui est régional ou national.**

### A – NATIONAL

Seuls doivent arriver à la FFN, les pré-engagements, les engagements aux compétitions nationales, les inscriptions aux formations d'officiels A, aux colloques organisés par la FFN, les inscriptions aux sélections d'équipe de France, les réponses particulières demandées par la FFN et tout courrier concernant ses actions.

Ces courriers doivent cependant obligatoirement passer par la région (copie à La Ligue Réunion) pour information et validation, le cas échéant.

Tous les engagements pour les Championnats Nationaux doivent être réalisés par Extranat. Cependant, nous conseillons aux clubs de faire une copie écran des engagements qui seule fera foi en cas de problème.

Les clubs, sélectionnés en Championnats Nationaux, devront veiller au respect des dates de pré-engagement.

## **B – REGIONAL**

### **1. FORMALITES D'ENGAGEMENTS AUX EPREUVES**

Toutes les nageuses/nageurs engagés dans les différentes épreuves du programme sportif, ainsi que les officiels, doivent être licenciés à la F.F.N. avant de prendre part à une compétition.

Les clubs devront s'acquitter des engagements au maximum 15 jours après la compétition

Pas plus de 2 solos et/ou 2 duos maximum par club si pas d'équipe engagée, une dérogation peut être accordée par la Commission sur demande.

Les formalités d'engagements sont à consulter dans les fiches pratiques des compétitions.

**NB : des pré-engagements de tous les championnats seront à envoyer avant le 10 décembre 2021 pour permettre la commande des récompenses et prévoir l'organisation des compétitions**

#### **PROCEDURE D'ENGAGEMENT**

1. J-30 avant la compétition ouverture d'Extranat – A la fin de vos engagements FAIRE UNE COPIE D'ECRAN, en cas de réclamation seule cette copie fera foi.
2. J-10 Fermeture Extranat et envoi de la start-list (et non des ordres de passage) – Merci de vérifier si tous vos engagements ont bien été enregistrés (sur toutes les épreuves)

## 2. ENGAGEMENTS JURY QUELQUE SOIT LE TYPE DE COMPETITION

- Tout engagement dans une compétition nécessite l'engagement et la présence au minimum d'un Officiel du niveau requis de la compétition. Dans le cas où cette règle ne serait pas respectée, le club sera soumis à l'amende correspondante.  
RAPPEL : chaque club s'engage à engager un maximum de juge + des officiels de table ( secrétariat ) pour toutes les compétitions de figures imposées et l'obligation de présenter également des personnes pouvant faire office de délégués, chronométreurs ou vidéos.
- Les engagements se font via Extranat. Pour la gestion de la compétition, la Ligue transmettra un lien pour connaître les présences des juges par ½ journée sur lequel il est impératif de répondre.
- Les juges devront s'engager pour des demi-journées complètes.
- Pour les juges peuvent officier sur différents clubs.



## 3. MUSIQUE

**Les musiques seront transmises via mail au sonoriste et a l'organisateur de la compétition.**

Il reste obligatoire d'apporter le jour de la compétition à l'ouverture des portes, une clé USB dans une enveloppe avec les inscriptions suivantes : Compétition/Club/Détails des ballets.

**Le format des musiques doit être obligatoirement en WAV.**

Pour les Frances , MP3 possible sur les régionaux

#### **4. GELATINE**

**Il sera INTERDIT de retirer le chignon sur le lieu de la compétition, les nageuses devront repartir coiffées et gélatinées.**

**IL EN VA DE LA PERENISATION DE NOS COMPETITIONS.**

La Ligue Réunion prend en charge les frais de sonorisation) pour les compétitions. Par conséquent, il est demandé au club accueillant la compétition de prévoir un espace dédié à la sonorisation, ainsi que la location des estrades. Le club organisateur s'occupe des chapiteaux chaises, tables et espace gélatine et maquillage.

#### **C - régional**

- Les épreuves du Sauv'nage, du Pass'sports de l'eau et du Pass'Compétition se font dans les clubs
- Toutes les épreuves de synchronats se feront dans les clubs avec la venue d'un juge extérieur (d un autre club) : les engagements doivent se faire se faire sur extranat et les résultats envoyés a la ligue dans les 7 jours suivant la compétition
- Les formations et inscriptions aux examens d'officiel D et Jeune Officiel
- La transmission des licences, tout problème administratif et toutes demandes de renseignements

## II. FRAIS D'ENGAGEMENT ET AMENDES

### A - DROITS D'ENGAGEMENT & AMENDES

Ces sommes resteront acquises à la Ligue même en cas de désistement (après J moins 15).

<b>DROITS D'ENGAGEMENT</b>		
	<b>synchronat</b>	<b>Compétitions de qualifications et régionaux</b>
<b>Engagement individuel</b>	1 euros par session	2 euros
<b>Engagement ballet, solo, duo</b>		5 euros
<b>AMENDES</b>		
Pour tout forfait de nageuse non justifiée par un certificat médical dans un délai d'une semaine maximum (transmission par courrier ou mail)	30 €	60 €
Pour tout forfait non déclarer le jour même de la compétition au début des épreuves	80 €	120€

### III. TABLEAU DE COMPETENCES DES OFFICIELS

NIVEAU D'OFFICIEL	NIVEAU DE COMPETENCE	FONCTIONS	INSTANCE HABILITEE A FORMER ET A HOMOLOGUER
<b>Jeune Officiel</b>	Journées Synchro découvertes Programme Poussines Synchro'Nat	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Délégué aux nageuses/nageurs de tous les niveaux de compétitions</li> <li>▪ Secrétariat de tous les niveaux de compétitions</li> <li>▪ Chronométrateur de tous les niveaux de compétitions</li> <li>▪ Jugement des épreuves (pass'compétition uniquement si ENF3 validé)</li> <li>▪ Synchro'Nat : jugement des épreuves du synchro d'argent et du synchro d'or pour le parcours à sec et la propulsion technique</li> </ul>	Responsable de Formation Départementale des Officiels
<b>Officiel D</b>	Journées Synchro découvertes Synchro'Nat Challenge régional Championnats régionaux Avenirs	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Idem JO</li> <li>▪ Challenge régional : jugement des ballets, chronométrateur</li> <li>▪ Championnats régionaux Avenirs : jugement des figures imposées et ballets</li> <li>▪ <b>Synchro'Nat : jugement des épreuves techniques Avenir</b></li> </ul>	
<b>Officiel C</b>	Journées Synchro découvertes Synchro'Nat Challenge régional et N3 Championnats régionaux et N3 Championnats des Maitres	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Idem Officiel D</li> <li>▪ Journées Synchro découvertes : juge arbitre</li> <li>▪ Synchro'Nat : jugement des épreuves techniques du synchro d'argent et du synchro d'or</li> <li>▪ Challenge N3 : jugement des épreuves</li> <li>▪ Championnats régionaux : jugement des figures imposées et des ballets</li> <li>▪ Championnats N3 : jugement des figures imposées (avec écrit B)</li> <li>▪ Maitres : jugement des épreuves techniques et libres</li> </ul>	Responsable de Formation Régionale des Officiels
<b>Officiel B</b>	Journées Synchro découvertes Synchro'Nat Challenge régional et N3 Championnats régionaux, N3 et N2 Championnats des Maitres	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Idem Officiel C</li> <li>▪ Championnats régionaux : juge arbitre</li> <li>▪ Championnats N3 : jugement des figures imposées et des ballets</li> <li>▪ Championnats N2 (avec écrit A) : jugement des figures imposées</li> </ul>	
<b>Officiel A</b>	Journées Synchro découvertes Synchro'Nat Challenge régional et N3 Championnats régionaux, N3, N2 et N1 – Elite Championnats des Maitres	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Idem Officiel B</li> <li>▪ Championnats N2 : toutes les épreuves</li> <li>▪ Championnats N1 – Elite : toutes les épreuves</li> <li>▪ Fonctions sur le plateau technique</li> </ul>	FFN
<b>Officiel AI</b>	Journées Synchro découvertes Synchro'Nat Challenge régional et N3 Championnats régionaux, N3, N2 et N1 – Elite Championnats des Maitres	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Idem Officiels A</li> </ul>	FFN
	Championnats internationaux COMEN – LEN – FINA	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Jugement</li> </ul>	Après nomination par les instances internationales COMEN, LEN et FINA

**RECAPITULATIF DE COMPETENCES DES OFFICIELS PAR COMPETITION**

	JO	D	C	B	A	Synchro Découvertes				Synchro d' Argent			Synchro d' Or		
						Secrétariat	Délégué aux nageuses	Juge arbitre	Parcours à sec	Propulsion technique	Technique	Juge arbitre	Parcours à sec	Propulsion technique	Technique
JO	X	X				X	X	X	X			X	X		
D	X	X				X	X	X	X	X	X	X	X		
C	X	X	X			X	X	X	X	X		X	X	X	
B	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	
A	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	

	JO	D	C	B	A	Avenir's			Jeunes			Juniors			Séniors et TC				Challenge		Maitres					
						Juge arbitre	Figures imposées	Ballets	Juge arbitre	Figures imposées	Ballets	Juge arbitre	Figures imposées	Ballets	Juge arbitre	Ballets libres (solo, duo, équipe, combiné)	Ballets techniques	Highlight	Juge arbitre	Ballets	Juge arbitre	Ballets techniques	Ballets libres			
JO	X	X																								
D	X	X					Reg	Reg																		
C	X	X	N2				N2*	Reg																		
B	X	X	N2	Reg			N1*	N2																		
A	X	X	N2	Reg			N2*	N2*																		

## IV. CALENDRIER DES COMPETITIONS

### A – REGIONAL & NATIONAL

Date	Compétition	Catégorie	Niveau	Lieux	Période engagements Extranat
Avant le 31 octobre 2021	Journées d'Automne	Jeunes/Juniors	N2	Club	
Avant le 14 novembre	synchronat	Découverte, argent et or	N2	Club	Du 7 au 14/11
2 au 5 décembre 2021	Championnats de France Hiver	Jeunes/Juniors	Elite	Monceau les mines	
Avant le 12 décembre	synchronat	Découverte, argent et or	N2	Club	Du 1 au 14 /12
12/13 février	Compétition de qualification aux Francas et finales des jeunes	Avenirs, Jeunes, juniors	Niveau découverte et argent	Flacourt	20/01 au 1/02/22
Avant le 6 mars 2022	SYNCHRO'NAT		Régional	27/12/21	9 au 23/01/22
11 AU 17 avril 2022	Championnats de France N1 & ELITE Juniors	Juniors	N1 & Elite		
Avant le 10 avril 2022	synchronat	Découverte, argent et or	N2	Club	Du 1 au 10
Avant le 15 mai 2022	synchronat	Découverte, argent et or	N2	Club	Du 1 au 14
23 au 29 mai 2022	Championnats de France N1 & ELITE Jeunes	Jeunes	N1 & Elite	Setes	
4/5 juin 2022	Championnats de la reunion Challenge poussines	Poussines, Avenirs, Jeunes Juniors, TC	N3	Plateau caillou	8 au 22/05/22
11/12 juin 2022	Championnats Nationale 3 et Nationale 2 Séniors/TC	Séniors/TC	N3/N2	???????	15/05 au 29/05/22
	Championnats Nationale 2 Avenirs	Avenirs	N2		
29 juin au 1 <sup>er</sup> juillet 2022	Finale Nationale Avenirs & Jeunes	Avenirs, Jeunes	N1 & Elite		
1 <sup>er</sup> au 3 juillet 2022	Championnats de France Séniors/TC	Séniors/TC			

## V. PROGRAMME FEDERAL

Années d'âge	Saison 2021-2022	Synchro Découverte	Synchro'Nat	Poussines	Challenge Régional et N2	Régionaux N2 Avenirs	RégionauxN2 N1 & Élite Jeunes	RégionauxN2 N1 & Élite Juniors	RégionauxN2 N1 & Élite Séniors	Finale des Avenirs	Finale des Jeunes
8 ans et moins	2014 et après	X	X	X	X	X					
9 ans	2013	X	X	X	X	X					
10 et 11 ans	2012/2011	X	X		X	X				X	
12 ans	2010	X	X		X	X	X			X	
13 ans	2009	X	X		X		X				X
14 ans	2008	X	X		X		X				
15 ans	2007	X	X		X		X	X	X		
16 ans	2006	X	X		X			X	X		
17 ans	2005	X	X		X			X	X		
18 ans	2004	X	X		X			X	X		
19 ans	2003	X	X		X			X	X		
19 ans et +	2003 et avant	X	X		X				X		

**JE SUIS NE(E) EN 2013 ET APRES**

**Swim Artistic Show**

**Ecole de Natation Française**

Sauv'nage

Pass'sports de l'eau

Pass'compétition (9 et 10 ans)

Compétition  
Poussines

Synchro  
Découverte\*

**Challenge**

Avenirs (12 ans et avant)

**Championnats Régionaux & N2**

Avenirs (12 ans et avant)

\* Il est possible de passer les épreuves du Synchro'Découverte avant le pass'compétition mais après le pass'sport de l'eau

JE SUIS NE(E) EN 2012 ET AVANT

CONDITIONS D'ACCES

PROGRAMMES

Challenge régional & N2

Avenirs - Jeunes - Juniors – Séniors

Swim Artistic Show

Championnats régionaux & N2

Avenirs (12 ans **et avant**)

PASSAGE OBLIGATOIRE

Championnats régionaux & N2

Jeunes (12-15 ans)

Championnats régionaux & N2

Juniors (15-18 ans) / Séniors (19 ans et plus)  
Toutes catégories (15 ans et +)

PASSAGE OBLIGATOIRE

Championnats Nationale 1 & Elite

Jeunes (12-15 ans)

Championnats Nationale 1 & Elite

Juniors (15-**18 ans**)  
Seniors (19 ans et +)  
Toutes catégories (15 ans et

Aucun niveau requis  
Mesure exceptionnelle 2022

Synchro Découverte  
Mesure exceptionnelle 2022

Synchro Argent  
Mesure exceptionnelle 2022

**RECAPITULATIF DES SCORES DE QUALIFICATION ET DES PLACES ATTRIBUEES POUR LA REUNION**

CATEGORIE	EPREUVE	POINTS DE QUALIFICATION CHPTS HIVER	POINTS DE QUALIFICATION POUR ACCES N2	POINTS DE QUALIFICATION POUR ACCES N1	NOMBRE PLACES réunion	POINTS DE QUALIFICATION POUR ACCES ELITE	NOMBRE PLACES réunion
AVENIRS	SOLO		114 (57)				
	DUO		112 (56)				
	EQUIPE		110 (50)				
JEUNES	SOLO	128 (64)	118 (59)	124 (62)	1	128 (64)	1
	DUO	126 (63)	116 (58)	122 (61)	1	126 (63)	1
	DUO MIXTE			118 (59)	Pas de quota défini		
	EQUIPE		114 (57)	120 (60)	1	124 (62)	1
	HIGHLIGHT		58	61		63	1
JUNIORS	SOLO LIBRE		59	63	1	66	1
	SOLO TECHNIQUE	65	56	60	1	65	1
	DUO LIBRE		58	62	1	65	1
	DUO LIBRE MIXTE			59	Pas de quota défini		Pas de quota défini
	DUO TECHNIQUE	64	55	59	1	64	1
	DUO TECHNIQUE MIXTE			55	Pas de quota défini		Pas de quota défini
	EQUIPE LIBRE		57	61	1	64	1
	EQUIPE TECHNIQUE	61	54	58	1	61	1
	COMBINE		58	62	1	65	1
	HIGHLIGHT		59	64	1	66	1

## VII. FICHES COMPETITIONS

<b>ENF 3 PASS'COMPETITION</b>	
<b>DATE</b>	
Voir les calendriers départementaux	
<b>PUBLIC CONCERNE</b>	
Tout public	
<b>CONDITIONS D'ACCES</b>	
<b>CATEGORIES D'AGE</b>	<b>EPREUVES</b>
<b>2013 et après</b>	Obligation ENF dans sa totalité
<b>2012 et avant</b>	Pas d'obligation de passer les épreuves de l'ENF
<b>PROCEDURES D'ENGAGEMENT</b>	
ENGAGEMENT CLUB	
<b>CONTENU DES EPREUVES</b>	

Cf. Réglementation de l'ENF de la FFN

## SYNCHRO'NAT

### DATE

Voir le CALENDRIER REGIONAL

### PUBLIC CONCERNE

Pas de limite d'âge

### CONDITIONS D'ACCES

#### IMPORTANT MESURES D'ADAPTATION REGLEMENTAIRE 2021-2022

- A l'issue de la validation de deux épreuves individuelles sur trois (dont l'épreuve technique obligatoirement) la nageuse/le nageur aura obtenu le niveau du Synchronat correspondant.
- Aussi cette règle est rétroactive, la nageuse/le nageur ayant déjà validé deux épreuves (dont la technique) les saisons précédentes a validé le niveau Synchronat correspondant et peut s'engager dans le niveau supérieur.
- Les nageuses/nageurs qui obtiennent une épreuve (parcours au sol ou propulsion technique ou technique) dans un niveau donné (Synchro Découverte ou Synchro d'Argent) peuvent passer cette même épreuve dans le niveau supérieur sans avoir obtenu le niveau dans sa totalité.

Exemple : il est possible de passer la technique Synchro Argent dès l'obtention de la technique Synchro Découverte, sans pour autant avoir obtenu deux épreuves du Synchro Découverte.

### PROCEDURES D'ENGAGEMENT

ENGAGEMENT AVANT LA DATE LIMITE D'ORGANISATION DANS LE CLUB

### CONTENU DES EPREUVES

PARCOURS A SEC  
EPREUVES TECHNIQUES  
PROPULSION TECHNIQUE

VOIR ANNEXE DU REGLEMENT FEDERAL

ATTENTION POUR 2021-2022 les épreuves techniques ont été modifiées (voir règlement fédéral)

### ACCES AUX DIFFERENTES COMPETITIONS

**RAPPEL ENF** - Toutes les nageuses/nageurs nés en 2013 et après doivent être titulaires de l'ensemble des tests de l'ENF pour participer aux diverses compétitions du programme (Challenge compris).

**PRECISIONS REGLEMENTAIRES**

Suivant son âge et niveau de pratique, elle/il aura à valider :

- soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Avenir pour les nageurs/nageurs né(e)s en 2010 et après ;
- soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Jeune pour les nageuses/nageurs né(e)s en 2007, 2008, 2009 et 2010;
- soit, une épreuve en corrélation avec les éléments techniques de la catégorie Junior pour les nageuses/nageurs né(e)s en 2006 et avant.

Les nageuses/nageurs né(e)s en 2009 et 2006 pourront choisir leur catégorie, à savoir présenter la technique Avenir pour les 2009 et la technique Jeune pour les 2006.

Pour le niveau Synchro d'Or, deux catégories sont proposées, la nageuse/le nageur ne devra en valider qu'une seule pour valider son épreuve « technique » niveau Synchro d'Or.

Suivant son âge et niveau de pratique, elle/il aura à valider :

- soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Jeune pour les nageuses/nageurs né(es) en 2007, 2008, 2009 et 2010;
  - soit, une épreuve en corrélation avec les éléments techniques de la catégorie Junior pour les nageuses/nageurs né(es) en 2006 et avant
- Les nageuses/nageurs né(e)s en 2006, tout comme ceux nés en année charnière (2007) pourront choisir leur catégorie.

Le choix de l'organisation de cette dernière épreuve est laissé à l'initiative des Ligues. Si la Ligue décide de ne pas organiser d'épreuve en corrélation avec les éléments techniques, les nageuses/nageurs de la catégorie Junior passeront l'épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Jeune.

La validation de l'épreuve est définitive et la nageuse/le nageur ayant validé la technique en corrélation avec une catégorie d'âge ne devra pas repasser la technique en corrélation avec la catégorie d'âge supérieure.

**CARACTÉRISTIQUES**

Une nageuse/un nageur ayant validé un niveau pourra intégrer la compétition de référence et pourra également poursuivre sa progression à un niveau supérieur au cours de la saison.

En 2021-2022, l'accès aux compétitions challenges et championnats ne nécessite pas le niveau de Synchronat correspondant.

Pour les compétitions Jeunes ainsi que régionaux et N2 Juniors, Seniors/Toutes Catégories, le minimum requis est le Synchro Découverte.

Pour les compétitions nationales Juniors, Seniors/Toutes Catégories, le minimum requis est le Synchro d'Argent.

Une équivalence pourra être acquise suivant les résultats en figures imposées ou ballets.

**JOURNEES D'AUTOMNE**

**DATE**

31 OCTOBRE 2021

**PUBLIC CONCERNE**

Les Journées d'Automne Jeunes et Juniors sont qualificatives pour les épreuves solos, duos et équipes des championnats de France d'hiver 2021. Toutefois, les solistes déjà qualifiés aux championnats d'hiver lors de la saison N-1 peuvent participer à cette compétition sans pour autant remettre en cause leur qualification.

**QUALIFICATION PAR VIDEO A ENVOYER A LA FEDERATION**

**CATEGORIES D'AGE**

JEUNES	12, 13, 14 et 15 ans (2010, 2009, 2008 et 2007)
JUNIORS	15, 16, 17 et 18 ans (2007, 2006, 2005, 2004)

**CONDITIONS D'ACCES**

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
	JEUNES	Imposées		QUALIFICATION PAR VIDEO A ENVOYER A LA FEDERATION
		Solo libre		
		Duo libre & Duo libre mixte		

Voir calendrier régional	JUNIORS	Solo technique	Journées d'Automne
		Duo technique	
		Equipe technique	

### CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	
JEUNES	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ariane (423)</li> <li>Rio (143)</li> </ul> <b>+1 tirage au sort entre le groupe 2 &amp; 3</b> groupes optionnels FINA	Solo	2'15 (+ ou - 15 sec)
		Duo	2'45 (+ ou - 15 sec)
JUNIORS	Solo technique	2'00 (+ ou - 15 sec)	
	Duo technique & Duo mixte technique	2'20 (+ ou - 15 sec)	
	Equipe technique	2'50 (+ ou - 15 sec)	

### CLASSEMENT ET PODIUM

- ATTENTE DES RESULTATS VALIDE PAR LA FEDERATION

## CHAMPIONNATS DE QUALIFICATION ET REGIONAUX

### DATE

12/13 FEVRIER 2022 ET 5 /6 JUIN 2022

### PUBLIC CONCERNE

JUNIORS

15, 16, 17 et 18 ans (2007, 2006, 2005, 2004, 2003)

### CONDITIONS D'ACCES

NIVEAU ARGENT pour les qualifications

Adaptation réglementaire 2022 niveau Synchro'découverte pour les regionaux

LES NAGEUSES/NAGEURS DE 2007, CONSIDERES COMME JEUNES ET JUNIORS, LES NAGEUSES/NAGEURS DE 2003 CONSIDERES COMME JUNIORS ET SENIORS PEUVENT NAGER DANS LES 2 CATEGORIES A CONDITION DE NE PAS NAGER LA MEME EPREUVE DANS LES 2 CATEGORIES.

### PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	PROCEDURE
Voir calendrier régional	JUNIORS	EPREUVES TECHNIQUES	Rappel : pas plus de 2 solos et/ou 2 duos maximum par club si pas d'équipe engagée, une dérogation peut être accordée par la Commission sur demande
		BALLETS	

### CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES		EPREUVES LIBRES	
	Solo technique	2'00	Solo	2'30 (+ ou - 15 sec)
	Duo technique	2'20	Duo	3'00 (+ ou - 15 sec)

JUNIORS	Equipe technique	2'50	Equipe	4'00 (+ ou - 15 sec)
			Highlight	2 '30 (+ ou - 15 sec)
			Combiné	4'00 (+ ou - 15 sec)

#### ACCES

Cette compétition est qualificative pour les, N1 & ELITE JUNIORS, les nageuses/nageurs devront réaliser un minima de points dans chaque épreuve (programme libre et/ou programme technique) sans tenir compte des pénalités pour nageuse manquante en équipe et selon le quota attribué à la Reunion

	N2	N1	QUOTA	ELITE	QUOTA
Solo technique	56 points	60 points	1	65 points	1
Solo libre	59 points	63 points	1	66 points	1
Duo libre	58 points	62 points	1	65 points	1
Duo mixte libre		59 points			
Duo technique	55 points	59 points	1	64 points	1
Duo mixte technique		55 points			
Equipe libre	57 points	61 points	1	64 points	1
Equipe technique	54 points	58 points	1	61 points	1
Highlight	59 points	64 points	1	66 points	1
Combiné	58 points	62 points	1	65 points	1

#### CLASSEMENT ET PODIUM

Classement et podium :

- 100% ballet libre (solo, duo, équipe)
- 100% ballet technique (solo, duo, équipe)
- 100% ballet combiné

### CHAMPIONNATS regionaux JEUNES

DATE

05/06 juin 2022

PUBLIC CONCERNE

12, 13, 14 et 15 ans (2010, 2009, 2008, 2007)

CONDITIONS D'ACCES

Adaptation réglementaire 2022 niveau Synchro'découverte  
LES NAGEUSES/NAGEURS DE 2007, CONSIDERES COMME JEUNES ET JUNIORS  
PEUVENT NAGER DANS LES 2 CATEGORIES A CONDITION DE NE PAS NAGER LA MEME EPREUVE DANS LES 2 CATEGORIES, EXCEPTE LE HIGHLIGHT

PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	PROCEDURE
Voir calendrier régional	JEUNES	IMPOSEES	Rappel : pas plus de 2 solos et/ou 2 duos maximum par club si pas d'équipe engagée, une dérogation peut être accordée par la Commission sur demande
		BALLETS	

CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES
		Solo 2'15 (+ ou - 15 sec)

JEUNES	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ariane (423)</li> <li>Rio (143)</li> </ul> <b>Le groupe 2 :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Albatros ½ tour</li> <li>Queue d'Espadon</li> </ul>	Duo	2'45 (+ ou - 15 sec)
		Equipe	3'30 (+ ou - 15 sec)
		Highlight FINA	2'30 (+ou- 15 sec)

**ACCES**

**CLASSEMENT ET PODIUM**

Classement

- 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges.
- 50% Epreuves Libres et 50 % Epreuves imposées (pour les épreuves solo, duo, équipe)
- 100% Highlight

**CHAMPIONNATS qualificatifs JEUNES**

**DATE**

12 et 13 février 2022

**PUBLIC CONCERNE**

12, 13, 14 et 15 ans (2010, 2009, 2008 et 2007)

**CONDITIONS D'ACCES**

Etre titulaire au minimum du niveau SYNCHRO DECOUVERTES (mesure exceptionnelle 2022)  
 LES NAGEUSES/NAGEURS DE 2007 CONSIDERES COMME JEUNES ET JUNIORS & LES NAGEUSES/NAGEURS DE 2010 CONSIDERES COMME AVENIRS ET JEUNES  
 PEUVENT NAGER DANS LES 2 CATEGORIES A CONDITION DE NE PAS NAGER LA MEME EPREUVE DANS LES 2 CATEGORIES EXCEPTE POUR LE HIGHLIGHT

**PROCEDURES D'ENGAGEMENT**

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	PROCEDURE
Voir calendrier régional	JEUNES	IMPOSEES	Rappel : pas plus de 2 solos et/ou 2 duos maximum par club si pas d'équipe engagée, une dérogation peut être accordée par la Commission sur demande
		BALLETS	

**CONTENU DES EPREUVES**

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES
------------	---------------------	-----------------

<b>JEUNES</b>	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ariane (423)</li> <li>• Rio (143)</li> </ul> + 1 groupe optionnel tiré au sort entre les groupes 2 et 3 FINA	Solo	2'15 (+ ou - 15 sec)
		Duo	2'45 (+ ou - 15 sec)
		Equipe	3'30 (+ ou - 15 sec)
		<b>Highlight FINA</b>	2'30 (+ou- 15 sec)

#### ACCES

Cette compétition est qualificative pour les N1 & ELITE JEUNES, les nageuses/nageurs devront réaliser un minima de points en résultats combinés (figures imposées et ballet libre) sans tenir compte des pénalités pour nageuse/nageur manquant en équipe et selon le quota attribué à la Reunion.

	N2	N1	QUOTA	ELITE	QUOTA
<b>Solo</b>	118 (59) points	124 (62) points	1 (+selon qualif Hiver)	128 (64) points	1
<b>Duo</b>	116 (58) points	122 (61) points	1	126 (63 points)	1
<b>Duo mixte</b>		118 (59) points	Pas de quota défini		
<b>Equipe</b>	114 (57) points	120 (60) points	1	124 (62) points	1
<b>Highlight FINA</b>	58 points	61 points	1	63 points	1

#### CLASSEMENT ET PODIUM

Classement 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges.

Classement 50% Epreuves Libres et 50 % Epreuves imposées (pour les épreuves solo, duo, équipe)

Classement 100% Highlight **FINA**

Les 3 premiers solos des nageuses nées en 2009 seront sélectionnés pour participer à la Finale Nationale des Jeunes (voir règlement fédéral).

## CHAMPIONNATS régionaux AVENIRS

### DATE

05/06 juin 2022

### PUBLIC CONCERNE

Nageuses/nageurs âgées de 12 ans et moins (2010 et après)

### CATEGORIES D'AGE

AVENIRS

Nageuses/nageurs nés en 2010 et après

### CONDITIONS D'ACCES

Pour les 2013 pass'compétition & Synchro'Découvertes  
Pour les 2010, 2011, 2012 : aucune obligation exceptée pour les solos qualifiés pour la Finale des Jeunes qui devront avoir le Synchro Découverte

### PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	PROCEDURE
		IMPOSEES	Rappel : pas plus de 2 solos et/ou 2 duos maximum par club si pas d'équipe

Voir calendrier régional	AVENIRS	BALLETS	engagée, une dérogation peut être accordée par la Commission sur	
CONTENU DES EPREUVES				
CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES		EPREUVES LIBRES	
AVENIRS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ballet leg direct tendu (106)</li> <li>Barracuda (301)</li> </ul> <b>+ 1 groupe optionnel</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Promenade arrière</li> <li>Ballerine</li> </ul>		Solo	2'00 (+ ou - 15 sec)
			Duo	2'30 (+ ou - 15 sec)
			Equipe	3'00 (+ ou - 15 sec)
CLASSEMENT ET PODIUM				
<p>Classement 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges.</p> <p>Classement 50% Epreuves Libres et 50 % Epreuves imposées.</p>				

CHAMPIONNATS N2 AVENIRS	
DATE	
11 et 12 juin 2022	
PUBLIC CONCERNE	
Nageuses/nageurs âgées de 12 ans et moins	
CATEGORIES D'AGE	
AVENIRS	Nageuses/nageurs nés 2010 et après
CONDITIONS D'ACCES	

Pour les 2013 pass'compétition & Synchro'Découvertes  
 Pour les 2010, 2011, 2012 : aucune obligation exceptée pour les solos qualifiés pour la Finale des Jeunes  
 qui devront avoir le Synchro Découverte

EPREUVES	POINTS ACCES N 2
Solo	116 (58) points
Duo	114 (57) points
Duo mixte	
Equipe	112 (56) points

#### PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	PROCEDURE
Voir calendrier régional	AVENIRS	IMPOSEES	Rappel : pas plus de 2 solos et/ou 2 duos maximum par club si pas d'équipe engagée, une dérogation peut être accordée par la Commission sur demande
		BALLETS	

#### CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	
AVENIRS (benjamines)	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballet leg direct tendu (106)</li> <li>• Barracuda (301)</li> </ul> + 1 groupe optionnel tiré au sort entre les groupes 1 et 2	Solo	2'00 (+ ou - 15 sec)
		Duo	2'30 (+ ou - 15 sec)
		Equipe	3'00 (+ ou - 15 sec)

#### CLASSEMENT ET PODIUM

Classement 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges.

Classement 50% Epreuves Libres et 50 % Epreuves imposées

Classement spécifique Finale Avenir sera effectué.

Attention les clubs se positionnant pour la Finale Avenirs, devront faire les engagements sur une compétition spécifique déclarée sur Extranat.

Les 4 premiers solos des nageuses nées en 2010, 2011, 2012 & et les 4 premiers duos seront sélectionnés pour participer à la Finale Nationale des Avenirs (voir règlement fédéral).

### ANIMATION POUSSINES

Epreuve au programme fédéral mais possibilité d'adapter selon les régions  
 Un bonus au classement National des clubs sera attribué.

#### DATE

05 /06 juin 2022

#### PUBLIC CONCERNE

2013 et après

#### CONDITIONS D'ACCES

Etre titulaire au minimum du SAUV'NAGE

Les équipes sont constituées de 4 nageuses/nageurs au minimum jusqu'à 12 nageuses/nageurs maximum.

**NE PARTICIPANT PAS AUX CHAMPIONNATS REGIONAUX AVENIRS**

Possibilité d'engager une 2<sup>ème</sup> équipe si la 1<sup>ère</sup> équipe comporte au moins 8 nageuses/nageurs

Un certificat médical sera demandé en cas de forfait de nageuses/nageurs.

#### PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	PROCEDURE
Voir calendrier régional	POUSSINES	TECHNIQUE ( si le planning ok)	engagements
		BALLETS	

#### CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES
POUSSINES	<p>Les lunettes sont autorisées, maillot noir, bonnet blanc. Entrée dans l'eau déjà en formation en quinconce</p> <p><b>GRUPE 2 :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Début du périlleux arrière groupé jusqu'à la position groupé vertical (<i>avec soutien</i>)</li><li>- Position ballet leg (<i>avec soutien</i>) (<i>jambe au choix, identique pour toutes les nageuses/nageurs</i>)</li></ul> <p>Passage en équipe, dans une formation en quinconce de préférence. Soutien libre (1/2 frites, haltères, autres) Cette épreuve se fera sur un rythme avec 80 pulsations par minute, afin que le rythme soit identique pour tous. Un tempo sera envoyé aux clubs.</p>	<p>Ballet d'équipe 4 à 10 nageuses/nageurs Durée du ballet : 2 min, plus ou moins 15 secondes (Réglementation FINA)</p> <p><b>Eléments obligatoires :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Au minimum une longueur de 25 mètres</li><li>• 3 formations au minimum dont un cercle</li><li>• Propulsions : <b>ces deux éléments doivent être réalisés simultanément</b> par toutes les nageuses/nageurs<ul style="list-style-type: none"><li>- Battements en position costale+traction de bras+godille par la tête</li><li>- Enchaînement de deux kicks successifs opposés <u>sans</u> passage de bras (bras de crawl)</li></ul></li><li>• Technique : <b>ces deux éléments doivent être réalisés simultanément</b> par toutes les nageuses/nageurs :<ul style="list-style-type: none"><li>- Début dynamique du périlleux arrière groupé avec redressement en « rétropédalage »</li><li>- Enchaînement : position tonneau/position voilier droit/position tonneau/position voilier gauche (ou inversement de jambe)</li></ul></li><li>• Figure accrochée et/ou figure de surface et/ou effet de contact</li></ul>

#### EVALUATION & RECOMPENSES

##### EVALUATION

##### Epreuve technique

L'évaluation se fera avec des critères d'appréciation (de 1 à 4 au ½ point).

##### Epreuve de Ballet

Evaluation par des smileys

##### RECOMPENSES

Une récompense sera donnée à chaque nageuse/nageur participant aux deux épreuves.

Un diplôme sera remis à chaque équipe.

### CHALLENGE (coupe promo)

DATE

05/06 juin 2022

PUBLIC CONCERNE

Nageuses/nageurs de 9 ans et plus

CATEGORIES D'AGE				
		FINALE A	FINALE B	
AVENIRS		12 ans et moins (2010 et après)		
JEUNES		12, 13, 14 et 15 ans (2010, 2009, 2008, 2007)		
JUNIORS		15, 16, 17 et 18 ans (2007, 2006, 2005, 2004, <del>2003</del> )		
TOUTES CATEGORIES		15 ans plus (2007 et avant)		
CONDITIONS D'ACCES				
<p>Pour les nageuses/nageurs nées en 2013 et après, elle est accessible aux titulaires du Pass'compétition.            Pour les nageuses/nageurs nées en 2012 et avant, il n'y a pas de condition de participation.</p> <p>Une nageuse engagée en Challenge, peut participer conjointement dans la même saison aux épreuves du Synchro'nat et à la Finale Avenirs et Jeunes.</p> <p>Pour les Avenirs : les ballets non qualifiés en N2 pourront nager au Challenge</p> <p>Pour les Jeunes : les ballets non qualifiés en N1 et Elite pourront nager au Challenge</p>				
PROCEDURES D'ENGAGEMENT				
DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	PROCEDURE		
Voir calendrier régional	Avenirs	ENGAGEMENT EXTRANAT		
	Jeunes			
	Juniors			
	Toutes Catégories			
CONTENU DES EPREUVES				
CATEGORIES	EPREUVES	TEMPS DU BALLE	TEMPS DUO OU TRIO	
Avenirs	Ballet COMBINE	2'30 (+ou -15 secondes)	////	
Jeunes		3'00 (+ou -15 secondes)	2'15	
Juniors		3'30 (+ou -15 secondes)	2'30	
Toutes catégories		3'30 (+ou -15 secondes)		
Règlementation et notation FINA				
CLASSEMENT ET PODIUM				
100 POUR CENT BALLE				

## FORMATION

### A - FORMATION DES OFFICIELS & ENTRAINEURS

La Ligue De la Réunion organisera une session d'examen d'officiels C et B.

Pour s'inscrire, vous devez nous faire parvenir l'imprimé d'inscription dûment signé par le Président du club et une photo.

#### Calendrier prévisionnel

DATE	THEME	LIEU
6 FEVRIER 2021	Formation et RECYCLAGE DES OFFICIELS JO D C	ST PAUL
10 /11	FORMATION ENTRAINEUR ET RECYCLAGE B	ST PAUL