

# PROGRAMME SPORTIF DE NATATION COURSE

COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION  
DE SEINE-SAINT-DENIS

# EXPOSE DES MOTIFS DU PROGRAMME SPORTIF DE NATATION COURSE 2013-2014

---

Depuis le début de l'Olympiade de RIO 2016, nous évoluons dans un système multi niveaux qui permet à tout nageur de construire son projet de performances.

Cette organisation fédérale, et notre volonté d'encourager la participation des nageurs séquanodionysiens aux échéances nationales majeures nous amènent à proposer un programme d'actions dynamiques pour développer la pratique de la natation course jusqu'au plus haut niveau national.

Ainsi les actions sportives soutenues par le Comité Départemental aux vues de ses objectifs s'appuient sur trois grandes orientations ; Les mêmes qui ont organisé et guidé nos réflexions pour les construire.

## 1. La définition de collectifs départementaux

---

Nous avons la conviction que définir des collectifs de travail sur des critères sous jacents aux critères fédéraux est l'élément central de ce nouveau programme.

Ils sont des points de passage permettant de stimuler et d'étalonner la saison sportive tout en valorisant la préparation à un objectif cible.

En ce sens, chaque collectif est accompagné tout au long de la saison, avec des évènements adaptés, pour que tous les nageurs construisent leur projet de performance.

□ Le collectif « accès national ». Il regroupe l'ensemble des nageurs qui sont de série nationale de leur catégorie d'âge, ainsi que les nageurs qui présentent de réelles chances de participer aux championnats de France, et/ou d'être de série nationale de leur catégorie d'âge la saison suivante.

□ Le collectif « accès performance ». Il regroupe l'ensemble des nageurs qui ont un niveau Interrégional confirmé. Ces nageurs ont de réelles chances de participer aux championnats nationaux, et sont à encourager vers l'accès du collectif « accès national ».

□ Le collectif « pupille ». les logiques d'appartenance à un collectif départemental sont assouplies pour le collectif « pupille ». Il s'agit ici, de favoriser la participation du plus grand nombre, et ainsi, de révéler des motivations, et des désirs de pratique de la natation course.

## 2. Valoriser la participation aux compétitions de référence nationale

---

Les compétitions de référence nationale sont les seuls points d'accès aux échéances nationales majeures, elles sont des étapes, des objectifs majeurs dans la saison. C'est pourquoi la sélection d'un nageur au sein du collectif « accès national » ou du collectif « accès performance » sera étudiée uniquement à partir de ses performances établies lors de compétitions de référence nationale.

Il s'agit également de mettre en avant une dynamique de planification centrée sur le travail, et la réussite sportive du nageur plutôt que sur une dynamique de qualification en enchaînant des compétitions. Autrement dit, il s'agit de développer des stratégies de préparation et créer des désirs.

## 3. Composer avec une Equipe Technique Départementale

---

L'équipe technique départementale (ETD) est la structure technique chargée de la mise en œuvre de la politique sportive définie par le comité. C'est un acteur clé du développement de la discipline.

Une équipe de professionnels dynamiques de la natation, identifiés et reconnus pour leurs compétences dans les domaines de l'entraînement, la formation, le développement et la promotion de la discipline en général.

## LES COLLECTIFS : LE NIVEAU « ACCES NATIONAL »

Le collectif « ACCES NATIONAL » regroupe l'ensemble des nageurs de catégorie minime ou plus, qui présentent de réelles chances de participer aux championnats de France de Natation. En effet :

- Soit le nageur est de série nationale de sa catégorie d'âge, ce qui lui ouvre un droit à la participation directe (sans qualification) aux championnats de France.

*CF : L'annuaire des séries excellence, sur le site fédéral [www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr) dans l'onglet « NATATION », la rubrique « Le suivi des perf. »*

- Soit parce en réalisant une performance de la grille « accès national » de sa catégorie d'âge le Comité Départemental de Natation de Seine-Saint-Denis reconnaît en lui des fortes possibilités :

- De se qualifier aux championnats de France via les championnats de national 2 d'hiver

*CF : Grilles de qualification, sur le site fédéral [www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr) dans l'onglet « NATATION », la rubrique « Le suivi des perf. »*

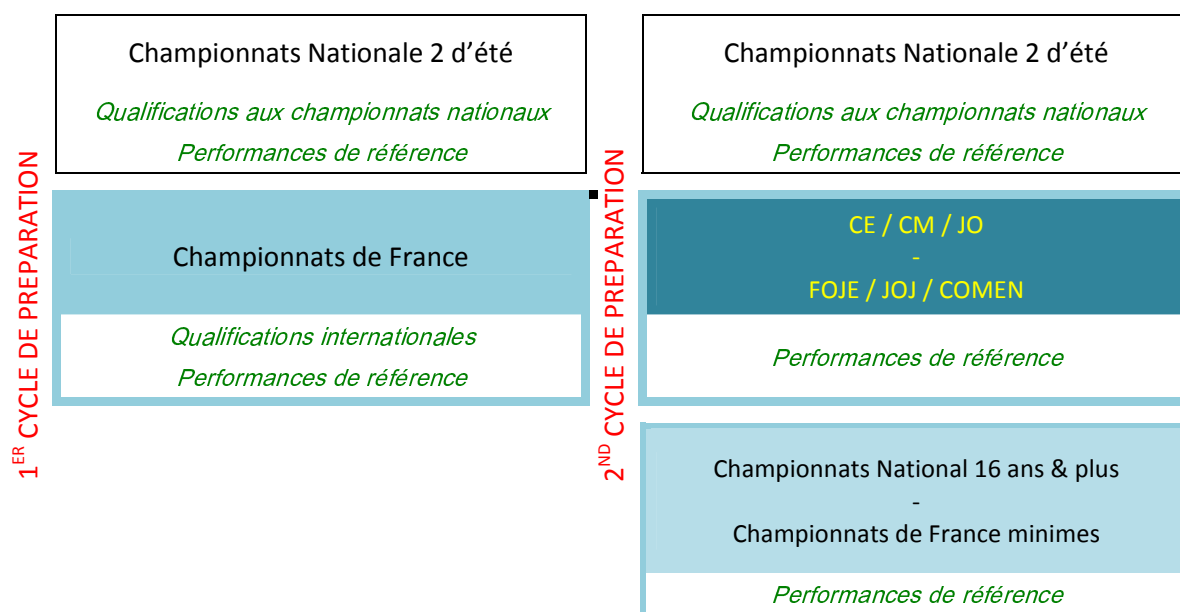
- De réaliser une performance lui permettant d'être de série nationale de leur catégorie d'âge la saison suivante.

### 1. Le parcours du nageur

<i>Je suis né(e) en 2000, j'ai 14 ans</i>	Je suis MINIME 1 <sup>er</sup> année
<i>Je suis né(e) en 1999, j'ai 15 ans</i>	Je suis MINIME 2 <sup>ème</sup> année
<i>Je suis né(e) en 1998, j'ai 16 ans</i>	Je suis CADET(TE) 1 <sup>er</sup> année
<i>Je suis né(e) en 1997, j'ai 17 ans</i>	Je suis CADET(TE) 2 <sup>ème</sup> année
<i>Je suis né(e) en 1996, j'ai 18 ans</i>	Je suis JUNIOR 1 <sup>er</sup> année
<i>Je suis né(e) en 1995, j'ai 19 ans</i>	Je suis JUNIOR 2 <sup>ème</sup> année
<i>Je suis né(e) en 1994, j'ai 20 ans</i>	Je suis JUNIOR 3 <sup>ème</sup> année

*Je suis nê(e) en 1993 ou avant, j'ai 21 ans et plus* Je suis SENIOR

Alors, j'évolue dans le parcours de compétitions suivant



## 2. Les règles d'intégration au sein du collectif

- Etre de série nationale pour la saison 2013-2014

OU

- Etre de série interrégionale pour la saison 2013-2014

*CF : L'annuaire des séries excellence, sur le site fédéral [www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr) dans l'onglet « NATATION », la rubrique « Le suivi des perf. »*

ET

- Avoir réalisé au moins une performance de la grille du collectif « accès national » lors d'une compétition de référence nationale

*La liste officielle des compétitions de référence nationale est publiée chaque année dans l'Annuel Règlements de la saison sportive en vigueur.*

*Dans le programme de l'olympiade 2013-2016, les compétitions de référence nationale sont les suivantes : Les championnats de France ; Les championnats de France minimes ; Les championnats nationaux ; Le Trophée national Lucien-Zins.*

### IMPORTANT :

La définition des collectifs départementaux se réalise à la fin de chaque cycle préparatoire, et, à partir des performances réalisées durant ce cycle.

Autrement dit, les nageurs intègrent un collectif départemental :

- à l'issue du championnat de France, et jusqu'à la dernière compétition de référence de la saison ;

ET

- du début de saison, et jusqu'aux championnats de France.

### 3. Les actions de soutien du Comité départemental

---

#### Je dois participer

- Au regroupement de la Toussaint : *Regroupement d'une ou deux journées de l'équipe technique départementale, et des nageurs sur un lieu de pratique afin de préparer la saison ;*
- Au regroupement du bout de l'an : *Regroupement extérieur des nageurs en bassin de 50m dans l'optique de soutenir la préparation spécifique du 1er cycle, en vue des échéances nationales majeures ;*
- Aux évaluations des collectifs départementaux : *Analyse de performances lors du meeting du CD93 50m, afin de fournir aux entraîneurs les données objectives les plus précises possibles ; données qui leur permettront de valider leurs propres observations de leurs nageurs ;*
- A la Coupe CIF des départements : *si j'y suis sélectionné ;*
- Au regroupement Continental : *Sélection à un meeting français ou européen de niveau national ;*
- Au regroupement Estival : *Regroupement de l'équipe technique départementale, et des nageurs en bassin de 50m dans l'optique de finaliser la saison.*

#### Je peux participer

- Au regroupement hivernal : *Regroupement local des nageurs en bassin de 50m dans l'optique de finaliser le cycle de préparation spécifique du 1er cycle ;*
- Aux évaluations des collectifs départementaux : *Analyse de performances lors des championnats de nationale 2.*

#### **RAPPEL :**

Les sélections nationales, et, les sélections régionales sont prioritaires sur les sélections départementales.

### 4. Le cas particulier des benjamins 2<sup>ème</sup> année

---

A partir du nombre de points réalisés lors du Trophée Lucien Zins, je suis intégré dans l'annuaire des séries ;

#### 1<sup>ER</sup> CYCLE DE PREPARATION

---

- Au début de la saison 2013-2014

Si je suis de série nationale, j'intègre le collectif départemental « ACCES NATIONAL »

#### 2<sup>ème</sup> CYCLE DE PREPARATION

---

- A l'issue des championnats de France 2014

Si je suis de série nationale pour la saison 2014-2015

OU

Si je suis de série interrégionale pour la saison 2014-2015

ET

Si j'ai réalisé au moins une performance de la grille du collectif « accès national » 14 ans, lors d'une compétition de référence nationale

ALORS

J'intègre le collectif départemental « ACCES NATIONAL »

## 5. La commission de validation des performances

---

Au sein du comité départemental de Natation Course, une commission de validation des performances est constituée. Son rôle consiste à étudier les cas particuliers d'accession aux différents collectifs.

Les demandes doivent être envoyées au Comité Départemental de Natation de Seine-Saint-Denis.

Les clubs ayant des nageurs non licenciés au sein du département la saison passée doivent le faire savoir dans les 3 jours qui suivent la parution des collectifs.

SI

- Le nageur est issu du programme sportif de la Fédération Française de Natation, il sera sélectionné sur les mêmes critères définis comme auparavant.

OU

- Le nageur évoluait à l'étranger, il devra faire valoir une attestation de performances réalisées la saison précédente en bassin de 50 m (chronométrage automatique exigé) et la transmettre au Comité Départemental de Natation de Seine-Saint-Denis au plus tard 3 jours après la parution des collectifs.

SI

Le nageur a momentanément arrêté la pratique ou ayant été dans l'incapacité de nager durant une période pourront également faire une demande de reclassement.

ALORS

L'ensemble de ces demandes sera validé ou invalidé à la discrétion du Président du Comité de Natation de Seine Saint Denis, après consultation de la commission technique départementale de Natation Course.

## 6. Les finalités du collectif

---

Le terme collectif définit les actions et les choses auxquelles il est appliqué, comme étant réalisé par, ou destiné à, un groupe de personnes.

Les collectifs sont constitués des nageuses et des nageurs dont les performances sont reconnues de valeurs comparables par le comité de natation de Seine-Saint-Denis.

C'est un moyen d'identifier l'élite du territoire. Ce collectif devra servir à mettre en place des actions de stage, de compétition, de formations des entraîneurs de l'Equipe Technique Départementale.

## 7. Exemple

---

JE SUIS MINIME 2<sup>ème</sup> ANNEE en 2012-2013, pour la saison 2013-2014,

### 1<sup>er</sup> CYCLE DE PREPARATION

---

A l'issue des championnats de France minimes 2013,

- J'appartiens au collectif départemental « accès national » jusqu'aux championnats de France 2014
- Si je suis de série nationale pour la saison 2013-2014

OU

- Si je suis de série interrégionale pour la saison 2013-2014

ET

- J'ai réalisé au moins une performance de la grille du collectif « accès national » 15 ans, lors d'une compétition de référence nationale lors du 2<sup>ème</sup> cycle de préparation de la saison 2012-2013.

### 2<sup>ème</sup> CYCLE DE PREPARATION

---

A l'issue des championnats de France 2014,

- J'appartiens au collectif départemental « accès national » jusqu'au championnat de France minime 2014
- Si je suis de série nationale pour la saison 2014-2015

OU



- Si je suis de série interrégionale pour la saison 2014-2015

ET

- J'ai réalisé au moins une performance de la grille du collectif « accès national » 16 ans, lors d'une compétition de référence nationale lors du 1<sup>er</sup> cycle de préparation de la saison 2013-2014.

## LES COLLECTIFS : LE NIVEAU « ACCES PERFORMANCE »

Le collectif « ACCES PERFORMANCE » regroupe l'ensemble des nageurs de catégories minime et cadet qui ont un niveau interrégional confirmé. Ces nageurs possèdent de réelles chances de participer aux championnats nationaux :

- Championnats de national 2 d'hiver et d'été ;
- Championnats nationaux 16 ans et plus.
- Championnats nationaux minimes

*CF : Grilles de qualification, sur le site fédéral [www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr) dans l'onglet « NATATION », la rubrique « Le suivi des perf. »*

Il s'agit d'un collectif de nageur à encourager dans le travail, et vers l'accès au collectif départemental « accès national ».

### 1. Le parcours du nageur

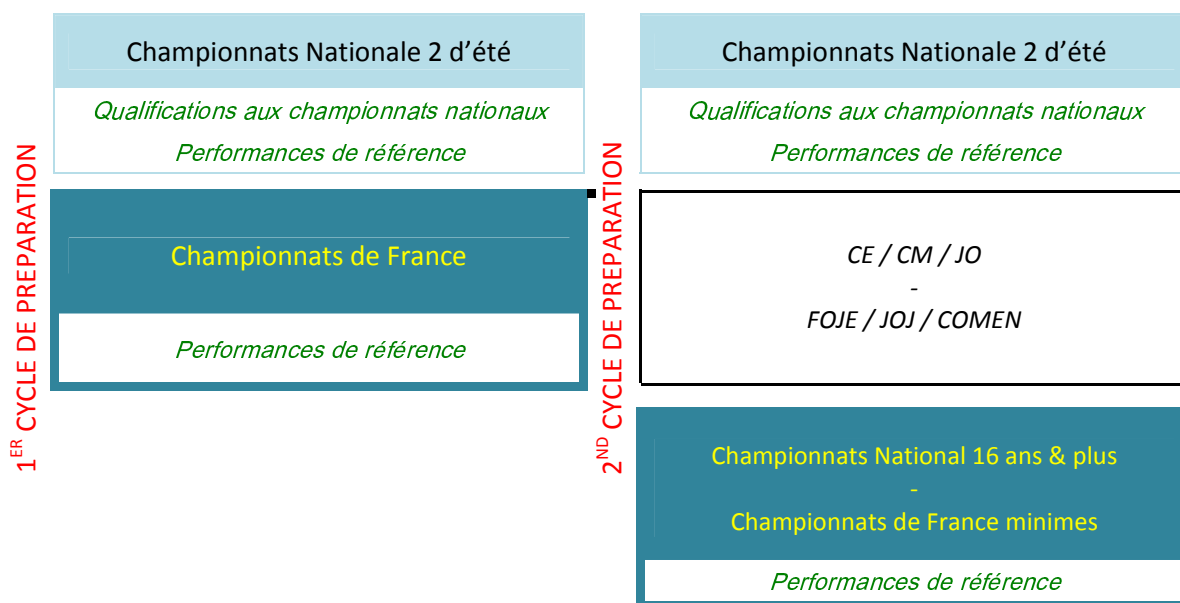
*Je suis né(e) en 2000, j'ai 14 ans* Je suis MINIME 1<sup>er</sup> année

*Je suis né(e) en 1999, j'ai 15 ans* Je suis MINIME 2<sup>ème</sup> année

*Je suis né(e) en 1998, j'ai 16 ans* Je suis CADET(TE) 1<sup>er</sup> année

*Je suis né(e) en 1997, j'ai 17 ans* Je suis CADET(TE) 2<sup>ème</sup> année

Alors, j'évolue dans le parcours de compétitions suivant



## 2. Les règles d'intégration au sein du collectif

- Avoir réalisé au moins deux performances de la grille du collectif « accès performance » lors d'une compétition de référence nationale

*La liste officielle des compétitions de référence nationale est publiée chaque année dans l'Annuel Règlements de la saison sportive en vigueur.*

*Dans le programme de l'olympiade 2013-2016, les compétitions de référence nationale sont les suivantes : Les championnats de France ; Les championnats de France minimes ; Les championnats nationaux ; Le Trophée national Lucien-Zins.*

### **IMPORTANT :**

La définition des collectifs départementaux se réalise à la fin de chaque cycle préparatoire, et, à partir des performances réalisées durant ce cycle.

Autrement dit, les nageurs intègrent un collectif départemental :

- à l'issue du championnat de France, et jusqu'à la dernière compétition de référence de la saison ;

ET

- du début de saison, et jusqu'aux championnats de France.

## Les actions de soutien du Comité départemental

### Je dois participer

- Au regroupement de la Toussaint : *Regroupement d'une ou deux journées de l'équipe technique départementale, et des nageurs sur un lieu de pratique afin de préparer la saison ;*
- Au regroupement de l'Epiphanie : *Journée thématique locale en bassin de 50m, en présence de l'équipe technique départementale, et des nageurs dans l'optique de travailler sur un point spécifique ;*
- Aux évaluations des collectifs départementaux : *Analyse de performances lors du meeting du CD93 50m, afin de fournir aux entraîneurs les données objectives les plus précises possibles ; données qui leur permettront de valider leurs propres observations de leurs nageurs ;*
- A la Coupe CIF des départements : *si j'y suis sélectionné ;*
- Au regroupement Continental : *Sélection à un meeting français ou européen de niveau national ;*
- Au regroupement Estival : *Regroupement de l'équipe technique départementale, et*

*des nageurs en bassin de 50m dans l'optique de finaliser la saison.*

Je peux participer

- Au regroupement hivernal : *Regroupement local des nageurs en bassin de 50m dans l'optique de finaliser le cycle de préparation spécifique du 1er cycle ;*
- Aux évaluations des collectifs départementaux : *Analyse de performances lors des championnats de nationale 2.*

**RAPPEL :**

Les sélections nationales, et, les sélections régionales sont prioritaires sur les sélections départementales.

#### 4. Le cas particulier des benjamins 2<sup>ème</sup> année

---

##### 1<sup>ER</sup> CYCLE DE PREPARATION

---

- Au 1<sup>er</sup> septembre 2013

Si je suis de série interrégionale, j'intègre le collectif départemental « accès performance »

##### 2<sup>ème</sup> CYCLE DE PREPARATION

---

- A l'issue des championnats de France 2014

Si j'ai réalisé au moins deux performances de la grille du collectif « accès performance » 14 ans, lors d'une compétition de référence nationale.

ALORS

J'appartiens au collectif départemental « accès performance »

#### 5. La commission de validation des performances

---

Au sein du comité départemental de Natation Course, une commission de validation des performances est constituée. Son rôle consiste à étudier les cas particuliers d'accession aux différents collectifs.

Les demandes doivent être envoyées au Comité Départemental de Natation de Seine-Saint-Denis.

Les clubs ayant des nageurs non licenciés au sein du département la saison passée doivent le faire savoir dans les 3 jours qui suivent la parution des collectifs.

SI

- Le nageur est issu du programme sportif de la Fédération Française de Natation, il sera sélectionné sur les mêmes critères définis comme auparavant.

OU

- Le nageur évoluait à l'étranger, il devra faire valoir une attestation de performances réalisées la saison précédente en bassin de 50 m (chronométrage automatique exigé) et la transmettre au Comité Départemental de Natation de Seine-Saint-Denis au plus tard 3 jours après la parution des collectifs.

SI

Le nageur a momentanément arrêté la pratique ou ayant été dans l'incapacité de nager durant une période pourront également faire une demande de reclassement.

ALORS

L'ensemble de ces demandes sera validé ou invalidé à la discrétion du Président du Comité de Natation de Seine Saint Denis, après consultation de la commission technique départementale de Natation Course.

## 6. Les finalités du collectif

---

C'est un moyen d'identifier les nageurs performants du territoire. Ce collectif devra servir à mettre en place des actions de stage, de compétition, de formations des entraîneurs de l'Equipe Technique Départementale.

JE SUIS CADET 1<sup>er</sup> ANNEE en 2012-2013, pour la saison 2013-2014,

### 1<sup>er</sup> CYCLE DE PREPARATION

---

A l'issue des championnats de France minimes 2013,

- J'appartiens au collectif départemental « accès performance » jusqu'au championnat de France 2014

SI

J'ai réalisé au moins deux performances de la grille 16 ans du collectif « accès performance » lors d'une compétition de référence nationale

### 2<sup>ème</sup> CYCLE DE PREPARATION

---

A l'issue des championnats de France 2014,

- J'appartiens au collectif départemental « accès performance » jusqu'au championnat de France minime 2014

SI

J'ai réalisé au moins deux performances de la grille 17 ans du collectif « accès performance » lors d'une compétition de référence nationale.

## LES COLLECTIFS : LE NIVEAU « PUPILLE »

Le collectif « PUPILLE » regroupe l'ensemble des nageurs de catégorie benjamin. Dans l'objectif d'augmenter le nombre de compétiteurs sur cette catégorie, les logiques d'appartenance à un collectif départemental sont assouplies pour ce collectif. Il s'agit ici, de favoriser la participation du plus grand nombre, et ainsi, de révéler des motivations, et des désirs de pratique de la natation course.

### 1. Le parcours du nageur

- J'AI 12 OU 13 ANS, JE SUIS BENJAMIN -

1 <sup>ER</sup> CYCLE DE PREPARATION	2 <sup>EME</sup> CYCLE DE PREPARATION	OBJECTIF
Interclubs #1	Natathlon #1	TLZ
	Natathlon #2	IR CD
Interclubs #2	Natathlon #3	REG

- TLZ : *Trophée Lucien-Zins*

- CD : *Coupe des Départements*

### 2. Les règles d'intégration au sein du collectif

Seront intégrés dans le collectif « pupille » :

Suite aux plots 1 et 2 du natathlon, les 10 premiers benjamins 2<sup>ème</sup> année (13 ans) et les 5 premiers benjamins 1<sup>ère</sup> année (12 ans) du classement national du Natathlon.

Suite aux plots 3 du natathlon et en vue du du trophée Alex Jany, les 9 premiers benjamins 2<sup>ème</sup> année (13 ans) et les 3 premiers benjamins 1<sup>ère</sup> année (12 ans) du classement national du Natathlon



### 3. Les actions de soutien du Comité départemental

---

Je dois participer

- Au regroupement des mois ensoleillés : *Sélection à un meeting français de niveau national ;*

Je dois participer, si j'y suis sélectionné

- Au regroupement des équipes départementales « benjamin » : *Regroupement extérieur des nageurs, et de l'équipe d'encadrement, dans l'optique de préparer la Coupe des départements ;*
- A la Coupe des départements.

#### **RAPPEL :**

Les sélections nationales, et, les sélections régionales sont prioritaires sur les sélections départementales.

### 4. La commission de validation des performances

---

Au sein du comité départemental de Natation Course, une commission de validation des performances est constituée. Son rôle consiste à étudier les cas particuliers d'accession aux différents collectifs.

Les demandes doivent être envoyées au Comité Départemental de Natation de Seine-Saint-Denis.

Les clubs ayant des nageurs non licenciés au sein du département la saison passée doivent le faire savoir dans les 3 jours qui suivent la parution des collectifs.

SI

- Le nageur est issu du programme sportif de la Fédération Française de Natation, il sera sélectionné sur les mêmes critères définis comme auparavant.

OU

- Le nageur évoluait à l'étranger, il devra faire valoir une attestation de performances réalisées la saison précédente en bassin de 50 m (chronométrage automatique exigé) et la transmettre au Comité Départemental de Natation de Seine-Saint-Denis au plus tard 3 jours après la parution des collectifs.

SI

Le nageur a momentanément arrêté la pratique ou ayant été dans l'incapacité de nager durant une période pourront également faire une demande de reclassement.

ALORS

L'ensemble de ces demandes sera validé ou invalidé à la discrétion du Président du Comité de Natation de Seine Saint Denis, après consultation de la commission technique départementale de Natation Course.

## 5. Les finalités du collectif

---

C'est un moyen d'identifier un maximum de nageurs impliqués dans le Natathlon. Ce collectif devra servir à mettre en place des actions de stage, de compétition, de formations des entraîneurs de l'Equipe Technique Départementale.

Afin de privilégier la polyvalence, l'équipe départementale Alex Jany sera basée sur ce collectif.

## **L'EQUIPE TECHNIQUE DEPARTEMENTALE :** ***L'ETD***

---

L'équipe technique départementale (ETD) est la structure technique chargée de la mise en œuvre de la politique sportive définie par le comité. C'est un acteur clé du développement de la discipline.

C'est une équipe de professionnels de la natation, identifiés et reconnus pour leurs compétences dans les domaines de l'entraînement, la formation, le développement et la promotion de la discipline en général.

L'équipe technique départementale évolue sous l'autorité du président du Comité Départemental de Natation de Seine-Saint-Denis, et, est coordonnée par l'attaché technique départemental et/ou par un responsable technique départemental.

## LES GRILLES DE QUALIFICATION : LE NIVEAU « ACCES NATIONAL »

### DAMES – Collectif « accès national »

niveau de collectif validé à partir d'une performance lors d'une compétition de référence nationale  
Saison : 2012/2013

	13 ans**	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans	20 ans et plus
	B2	M1	M2	C1	C2	J1	J2	J3
50 NL		28,52	28,12	27,80	27,55	27,34	27,17	26,88
100 NL		1:02,22	1:01,34	1:00,64	1:00,11	59,64	59,28	58,64
200 NL		2:15,51	2:13,59	2:12,06	2:10,91	2:09,89	2:09,12	2:07,71
400 NL		4:43,77	4:39,77	4:36,55	4:34,15	4:32,00	4:30,40	4:27,45
800 NL		9:44,83	9:36,56	9:29,95	9:24,98	9:20,57	9:17,27	9:11,20
1500 NL		18:46,40	18:30,47	18:17,73	18:08,18	17:59,69	17:53,32	17:41,64
50 Dos		32,80	32,34	31,98	31,69	31,45	31,26	30,93
100 Dos		1:10,56	1:09,56	1:08,77	1:08,17	1:07,64	1:07,24	1:06,50
200 Dos		2:31,15	2:29,02	2:27,31	2:26,02	2:24,89	2:24,03	2:22,46
50 Bra.		36,30	35,79	35,38	35,07	34,80	34,59	34,21
100 Bra.		1:19,15	1:18,03	1:17,14	1:16,47	1:15,87	1:15,42	1:14,60
200 Bra.		2:50,01	2:47,62	2:45,69	2:44,25	2:42,97	2:42,01	2:40,24
50 Pap.		30,37	29,94	29,59	29,34	29,11	28,94	28,62
100 Pap.		1:08,07	1:07,12	1:06,34	1:05,77	1:05,25	1:04,87	1:04,16
200 Pap.		2:29,69	2:27,56	2:25,87	2:24,61	2:23,47	2:22,63	2:21,08
200 4 N.		2:34,40	2:32,21	2:30,47	2:29,16	2:28,00	2:27,12	2:25,52
400 4 N.		5:25,82	5:21,22	5:17,54	5:14,77	5:12,31	5:10,47	5:07,09

### MESSIEURS – Collectif « accès national »

niveau de collectif validé à partir d'une performance lors d'une compétition de référence nationale  
Saison : 2012/2013

	13 ans**	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans	20 ans et plus
	B2	M1	M2	C1	C2	J1	J2	J3
50 NL		25,77	25,29	24,78	24,46	24,26	24,06	23,59
100 NL		56,90	55,86	54,71	54,03	53,56	53,14	52,10
200 NL		2:05,82	2:03,51	2:00,97	1:59,47	1:58,44	1:57,51	1:55,21
400 NL		4:27,46	4:22,57	4:17,18	4:14,00	4:11,80	4:09,84	4:04,93
800 NL		9:17,19	9:06,98	8:55,76	8:49,11	8:44,52	8:40,44	8:30,24
1500 NL		17:40,42	17:21,00	16:59,63	16:47,01	16:38,27	16:30,50	16:11,08
50 Dos		29,80	29,26	28,66	28,31	28,06	27,85	27,30
100 Dos		1:04,41	1:03,24	1:01,94	1:01,17	1 00,64	1:00,17	58,99
200 Dos		2:20,53	2:17,95	2:15,12	2:13,45	2:12,29	2:11,26	2:08,69
50 Bra.		32,74	32,14	31,48	31,09	30,82	30,58	29,98
100 Bra.		1:11,77	1:10,45	1:09,00	1:08,16	1:07,56	1:07,03	1:05,72
200 Bra.		2:36,05	2:33,18	2:30,04	2:28,19	2:26,90	2:25,76	2:22,90
50 Pap.		27,93	27,42	26,85	26,52	26,29	26,08	25,57
100 Pap.		1:02,29	1:01,15	59,89	59,15	58,64	58,18	57,04
200 Pap.		2:18,32	2:15,79	2:13,01	2:11,36	2:10,22	2:09,20	2:06,67
200 4 N.		2:22,19	2:19,59	2:16,72	2:15,03	2:13,85	2:12,81	2:10,21
400 4 N.		5:03,35	4:57,79	4:51,68	4:48,07	4:45,57	4:43,35	4:37,79

#### REMARQUE :

Aucune performance au passage d'une course n'est intégrée par la FFN, et ne peut permettre à une sélection départementale.

## LES GRILLES DE QUALIFICATION : LE NIVEAU « ACCES PERFORMANCE »

### DAMES – Collectif « accès performance »

niveau de collectif validé à partir de deux performances dans deux épreuves différentes lors d'une compétition de référence nationale  
Saison : 2012/2013

	13 ans**	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans
	B2	M1	M2	C1	C2
50 NL		30,38	29,82	29,55	29,11
100 NL		1:06,29	1:05,06	1:04,48	1:03,50
200 NL		2:24,37	2:21,69	2:20,43	2:18,31
400 NL		5:02,34	4:56,71	4:54,09	4:49,63
800 NL		10:23,10	10:11,50	10:06,10	9:56,91
1500 NL		20:00,13	19:37,78	19:27,37	19:09,68
50 Dos		34,96	34,31	34,01	33,49
100 Dos		1:15,18	1:13,78	1:13,13	1:12,02
200 Dos		2:41,05	2:38,05	2:36,65	2:34,28
50 Bra.		38,67	37,95	37,62	37,05
100 Bra.		1:24,33	1:22,76	1:22,03	1:20,79
200 Bra.		3:01,15	2:57,77	2:56,20	2:53,53
50 Pap.		32,35	31,75	31,47	30,99
100 Pap.		1:12,53	1:11,18	1:10,55	1:09,48
200 Pap.		2:39,48	2:36,51	2:35,13	2:32,78
200 4 N.		2:44,51	2:41,44	2:40,02	2:37,59
400 4 N.		5:47,15	5:40,69	5:37,68	5:32,56

### MESSIEURS – Collectif « accès performance »

niveau de collectif validé à partir de deux performances dans deux épreuves différentes lors d'une compétition de référence nationale  
Saison : 2012/2013

	13 ans**	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans
	B2	M1	M2	C1	C2
50 NL		27,82	26,76	26,19	25,70
100 NL		1:01,43	59,09	57,83	56,76
200 NL		2:15,84	2:10,66	2:07,88	2:05,51
400 NL		4:48,79	4:37,77	4:31,87	4:26,84
800 NL		10:01,61	9:38,66	9:26,36	9:15,88
1500 NL		19:04,97	18:21,29	17:57,88	17:37,94
50 Dos		32,18	30,96	30,30	29,74
100 Dos		1:09,55	1:06,90	1:05,47	1:04,26
200 Dos		2:31,74	2:25,95	2:22,85	2:20,20
50 Bra.		35,35	34,00	33,27	32,66
100 Bra.		1:17,49	1:14,53	1:12,95	1:11,60
200 Bra.		2:48,49	2:42,06	2:38,62	2:35,68
50 Pap.		30,15	29,00	28,38	27,86
100 Pap.		1:07,25	1:04,69	1:03,31	1:02,14
200 Pap.		2:29,36	2:23,66	2:20,60	2:18,00
200 4 N.		2:33,53	2:27,67	2:24,53	2:21,86
400 4 N.		5:27,53	5:15,03	5:08,34	5:02,63

#### REMARQUE :

Aucune performance au passage d'une course n'est intégrée par la FFN, et ne peut permettre à une sélection départementale.

<input type="checkbox"/> Du lundi 21 octobre 2013 au vendredi 1 novembre 2013 <input type="checkbox"/> 7 réunions	<b>Regroupement de la Toussaint</b>	<input type="checkbox"/> Lieu : <input type="checkbox"/> Bassin : 25 m <input type="checkbox"/> Regroupement d'entraînement local
<input type="checkbox"/> Collectif(s) concerné(s) : F. et G. du collectif « accès national » F. et G. du collectif « accès performance »	<input type="checkbox"/> L'encadrement Responsable Technique de l'action : - NOM Prénom Entraîneurs : - NOM Prénom - NOM Prénom - NOM Prénom	
<input type="checkbox"/> Liste des sélectionnés : cf. les listes des collectifs départementaux <input type="checkbox"/> Engagements : avant le samedi 5 octobre 2013 <input type="checkbox"/> Réunion technique :		

**Préambule**

**Contenu du programme**

**Programme et horaires**