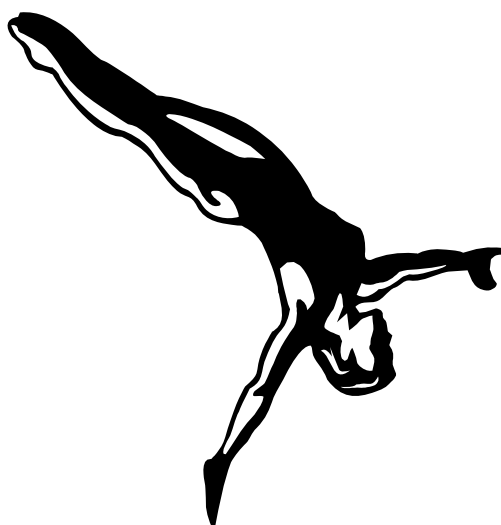


# COMITE



# île de France

# DE NATATION



## Plongeon

# Règlements et Calendrier 2008-2009

✉ 163 Boulevard Mortier 75020 PARIS

☎ 01 40 31 19 20 - 📠 01 40 31 07 25

Internet : <http://www.cif-natation.fr>

E-mail : [cif@cif-natation.fr](mailto:cif@cif-natation.fr)



**edf**

# SOMMAIRE

1) Calendrier du C.I.F.	Page 4
2) Règlements spécifiques sportifs plongeon du C.I.F.	Page 5
3) Règlements du «CIF Acrobat' Tour»	Page 7
4) Règlement des Championnats de l'Ile de France	Page 9
5) Règlement des Championnats des jeunes de l'Ile de France	Page 10
6) Règlement du "Trophée du C.I.F."	Page 13
7) Règlement de la "Médaille du C.I.F."	Page 14
8) Récapitulatif des programmes	Page 15
9) Liste des Clubs de plongeon	Page 16
10) Liste des officiels de plongeon	Page 17
11) Devenir Juge de Plongeon	Page 19

## En annexe :

- ❶ Bordereaux d'engagement
- ❷ Fiche récapitulative des engagements
- ❸ Déclaration de forfait



# 1) CALENDRIER PREVISIONNEL du C.I.F. Saison 2008-2009

7 Décembre 2008	Championnats Jeunes et Seniors de l'Île de France à 1 mètre à St MAUR
25 Janvier 2009	Trophée du C.I.F. à 1 Mètre à St MAUR
29 Mars 2009	CIF Acrobat' Tour à MONTMORENCY
17 Mai 2009	Médaille du C.I.F. à 1 Mètre à ST MAUR
? Juin 2008	Championnats Jeunes et Seniors du C.I.F. 1 mètre (poussins, benjamins) 3 Mètres (toutes catégories) <i>Lieu à préciser</i>

**- Sous réserve de confirmation -**

Stage (lieu à déterminer)  
Meetings Internationaux

Vacances de Printemps  
A déterminer



## 2) REGLEMENTS SPECIFIQUES SPORTIFS PLONGEON DU CIF

### ENGAGEMENTS

MONTANT DES DROITS D'ENGAGEMENT : 3,50 € par plongeur et par manifestation.

PROVISIONS D'ENGAGEMENT ET D'AMENDES POUR FORFAIT : elles doivent être adressées au C.I.F. pour le **15 octobre au plus tard**.

**Montant** : selon la saison précédente, 52 € pour les clubs n'ayant pas engagé de plongeurs la saison passée.

(un bordereau récapitulatif est envoyé aux clubs en début de saison sportive)

Pour toutes les compétitions, les engagements devront parvenir au Siège du C.I.F. **15 jours avant la compétition**, le cachet de la Poste faisant foi.

Le dossier adressé au C.I.F. doit contenir :

- Les bordereaux d'engagement : **1 par plongeur et par épreuve** (soit deux bordereaux pour un plongeur participant à une épreuve en haut-vol et une épreuve à 1 mètre, par exemple)
- Pour l'Acrobat'Tour, utiliser la fiche d'engagement / résultats spécifique
- La liste récapitulative des plongeurs engagés

(cf. en annexe les modèles de bordereau à utiliser)

**LES DOSSIERS INCOMPLETS SERONT REFUSES.**

### LES FEUILLES DE PLONGEON

Elles seront remises sur les lieux de la compétition par le responsable du C.I.F. et devront être rendues, dûment remplies et signées **une heure avant le début du concours** aux secrétaires de la réunion. Passé ce délai, aucun changement ne sera admis ni dans l'ordre, ni dans l'exécution des plongeurs.

### FORFAITS

Tout forfait, quelle que soit sa date de déclaration, sera pénalisé d'une amende de 15 €, sauf sur présentation d'un certificat médical dans les 48 heures suivant la compétition.

### CONTESTATIONS

Les contestations doivent être déposées par écrit au secrétariat dans les 10 minutes qui suivent la fin du concours. Elles seront examinées par un jury d'appel désigné à cet effet par le Président de la Commission de Plongeon ou son représentant.

Ces dispositions ne font pas obstacle aux réclamations qui pourraient être déposées devant les instances du C.I.F. et de la F.F.N., conformément aux textes en vigueur.

### CONTROLE DES LICENCES

**Les concurrents doivent se munir de leur licence pour chaque compétition organisée par le C.I.F.**

Les Clubs doivent veiller à bien inscrire le numéro de licence sur les bordereaux d'engagement

## **DROIT AU CLASSEMENT**

Pour toutes les compétitions, seuls les plongeurs ayant réalisé l'intégralité des plongements inscrits sur la feuille de concours pourront prétendre au classement. Cette décision sera prise par le juge arbitre du concours.

## **CATEGORIES D'AGES**

<b>Catégorie D (Poussins)</b>	⇒	<b>1998 et après</b>
<b>Catégorie C (Benjamins)</b>	⇒	<b>1996 et 1997</b>
<b>Catégorie B (Minimes)</b>	⇒	<b>1994 et 1995</b>
<b>Catégorie A (Cadets)</b>	⇒	<b>1991, 1992 et 1993</b>

***Pour toutes les compétitions, les règles sportives plongeon de la F.I.N.A. sont applicables, hormis celles pour lesquelles il est expressément dérogé dans les règlements des rencontres du C.I.F.***



✉ 163 Boulevard Mortier 75020 PARIS

☎ 01 40 31 19 20 - 📠 01 40 31 07 25

Internet : <http://www.cif-natation.fr>

E-mail : [cif@cif-natation.fr](mailto:cif@cif-natation.fr)

**Président de la commission Plongeon : Michel BOUSSARD**

E-mail : [michel.boussard@neuf.fr](mailto:michel.boussard@neuf.fr)

### 3) CIF ACROBAT' TOUR

Le CIF ACROBAT' TOUR est destiné à promouvoir et récompenser la préparation physique et technique des jeunes plongeurs à travers 3 groupes d'épreuves : trampoline, exercices au sol et plongeon.

Les vidéos des exercices au sol et au trampoline sont disponibles sur le site Internet du CIF, et présentées à titre d'illustration.

#### 1) CATEGORIES D'AGE

1 catégorie fille

1 catégorie garçon

La compétition est ouverte aux plongeurs nés en 1997 et après (12 ans et moins)

#### 2) PROGRAMME

##### 2.1) Epreuve au trampoline (notée sur 10 par ½ point), coefficient 3

##### Enchaînement:

- Départ arrêté au centre de la toile
  - Chandelle droite (1<sup>ère</sup> touche)
    - Chandelle groupée (2<sup>ème</sup> touche)
      - Chandelle ½ tour (3<sup>ème</sup> touche)
        - Tombé assis (4<sup>ème</sup> touche)
          - 4 pattes (genoux et mains) (5<sup>ème</sup> touche)
            - rotation avant tombé dos (6<sup>ème</sup> touche)
              - debout arrêté au centre de la toile (fin)

##### 2.2) Epreuve au sol sur tapis (notée sur 10 par ½ point), coefficient 3

##### Enchaînement :

- Présentation debout,
- Equilibre, suivi de descente avant groupée (jambes serrées) arrivée accroupie les deux pieds ensemble, puis se redresser en position debout, bras en l'air,
- Prise de rotation avant suivie de roulade avant arrivée assis jambes tendues,
- Assis sur le sol, marquer une position carpée fermée (position des bras au choix),
- Rouler vers l'arrière et redresser verticalement le corps en appui sur les épaules (marquer la position de chandelle),
- Rouler vers l'avant jusqu'à la position accroupie sans poser les mains sur le sol, puis saut groupé,
- Roulade arrière, arrivée accroupie sur les deux pieds,
- En gardant les mains à plat sur le sol, allonger les jambes et marquer la position carpée,
- Redresser le buste, position de présentation debout.

### **2.3) Epreuve de plongeon (notée sur 30, chaque plongeon noté sur 10 par ½ point), coefficient 1**

- 101 C avec élan au tremplin de 1 mètre
- 1 plongeon libre au tremplin de 1 mètre (différent du 101, chandelles et entrées à l'eau interdites)
- 1 entrée à l'eau en avant au tremplin de 3 mètre ( 010, position au choix)  
*(Le coefficient de chaque plongeon sera arbitrairement égal à 1,0)*

### **3) JURY**

#### **1 Président de jury**

- 2 juges par épreuve
- 1 coordonnateur des résultats, secrétaire de la compétition
- Les juges attribueront en concertation une seule note sur 10 (par épreuve pour le trampoline et l'enchaînement au sol, par saut pour le plongeon)

***Les épreuves au trampoline et au sol sur tapis seront évaluées selon les critères techniques et esthétiques du plongeon (fluidité des mouvements, amplitudes, précision des positions, assurance, tenue du corps et des jambes, pointes de pieds, etc.).***

***1 seul passage d'évaluation est autorisé par épreuve.***

### **4) MODALITES D'ORGANISATION ET CALCUL DES POINTS**

Les 3 épreuves seront organisées simultanément.

Les concurrents seront divisés par tirage au sort en 3 groupes de filles et garçons, et passeront successivement aux 3 épreuves. Dans chaque groupe, il sera procédé à un tirage au sort de l'ordre de passage, valable pour les 3 épreuves.

Pour l'épreuve de plongeon, les concurrents devront réaliser leurs trois sauts dans l'ordre indiqué ci dessus. (il n'y aura pas de feuille de plongeon à remplir préalablement).

Pour chaque épreuve, les groupes bénéficieront d'un entraînement de 20 minutes qui pourra être prolongé en fonction du nombre d'inscrits.

Coefficient de l'épreuve au trampoline : 3 (épreuve notée sur 10)

Coefficient de l'épreuve au sol : 3 (épreuve notée sur 10)

Coefficient de l'épreuve de plongeon : 1 (épreuve notée sur 30)

Soit un total de points de 90 maximum par concurrent.

### **5) RECOMPENSES**

Une médaille sera remise aux trois premiers du classement général du CIF ACROBAT' TOUR en classement séparé filles / garçons.

Une récompense d'encouragement destinée aux 10 ans et moins (1999 et après) en classement séparé filles / garçons sera également délivrée.



## 4) CHAMPIONNATS DE L'ILE DE FRANCE 1mètre, 3 mètres, et haut-vol

### TREMPIN 1 mètre et 3 mètres

**Dames** 5 plongeurs libres (de 5 groupes différents)

**Messieurs** 6 plongeurs libres (de 5 groupes différents)

### HAUT VOL

**Dames** 5 plongeurs libres (de 5 groupes différents)

**Messieurs** 6 plongeurs libres (de 5 groupes différents)

*Aucune répétition de numéro n'est autorisée.*



PARTENAIRE OFFICIEL DU COMITE D'ILE DE FRANCE

## **5) CHAMPIONNATS DES JEUNES DE L'ILE DE FRANCE**

### **1 mètre, 3 mètres et haut-vol**

#### **TREPLIN 1M. et 3M.**

Les concurrents seront divisés en 5 catégories :

- D (Poussins) Promotion. Les concurrents de cette catégorie ne seront pas autorisés à concourir dans la catégorie D (Poussins)
- D (Poussins)
- C (Benjamins)
- B (Minimes)
- A (Cadets)

#### **HAUT VOL**

Les concurrents seront divisés en 3 catégories :

- D et C (Poussins et Benjamins)
- B (Minimes)
- A (Cadets)

#### **PROGRAMME**

***Dans chaque section, tous les plongeurs seront de groupes différents.  
Aucune répétition de numéro n'est autorisée.***

En fonction du petit nombre d'engagés dans une série, il y aura une possibilité d'effectuer le même concours pour les concurrents de la série inférieure dans la série supérieure à condition de réaliser les points de surclassement.

#### **TREPLIN de 1 METRE**

- Catégorie D « Promotion »: filles et garçons : chandelle avant + chandelle arrière + 401 ou 201 (l'entrée à l'eau en arrière droite ne sera pas acceptée) + 1 libre. Après les chandelles, l'ordre des 2 plongeurs est laissé au choix du concurrent.
- Catégorie D : filles et garçons : 3 plongeurs à choisir parmi 101C, 201C, 301C, 401C et 1 libre
- Catégorie C : filles : 5 (à 9,0) de 5 groupes différents + 1 libre  
garçons : 5 (à 9,0) de 5 groupes différents + 2 libres
- Catégorie B : filles : 5 (à 9,0) de 5 groupes différents + 2 libres  
garçons : 5 (à 9,0) de 5 groupes différents + 3 libres
- Catégorie A : filles : 5 (à 9,0) de 5 groupes différents + 3 libres  
garçons : 5 (à 9,0) de 5 groupes différents + 4 libres

## TREMLIN de 3 METRES

- Catégorie D « Promotion » : filles et garçons : chandelle avant + chandelle arrière + une entrée à l'eau en avant (010) et une entrée à l'eau en arrière (020) + 1 libre
- Catégorie D : 3 plongeurs à choisir parmi 101 C, 201 C, 301 C, 401 C et 1 libre
  
- Catégorie C : filles : 5 (à 9,5) de 5 groupes différents + 1 libre  
garçons : 5 (à 9,5) de 5 groupes différents + 2 libres
- Catégorie B : filles : 5 (à 9,5) de 5 groupes différents + 2 libres  
garçons : 5 (à 9,5) de 5 groupes différents + 3 libres
- Catégorie A : filles : 5 (à 9,5) de 5 groupes différents + 3 libres  
garçons : 5 (à 9,5) de 5 groupes différents + 4 libres

## Coefficients des Chandelles :

### 1 mètre, 3 mètres et 5 mètres :

	A	B	C
100	1,1	1,3	1,2
200	1,2	1,4	1,3
5101	1,5	1,6	
5201	1,6	1,7	

## Coefficients des Entrées à l'eau :

### 3 mètres et 5 mètres :

	A	B	C
010	1,4	1,3	1,2
020	1,4	1,6	1,5

## HAUT VOL :

- Catégorie D et C entrée à l'eau (010 ou 020 ) + 101 + 401 ( **à 5 m uniquement** )
- 
- Catégorie B (3 à 5,4) + 2 libres ( **à 5 m ou 7,5 m uniquement** )
- 
- Catégorie A (4 à 7,6) + 2 libres pour les filles  
(4 à 7,6) + 4 libres pour les garçons

## LES SURCLASSEMENTS

Ils seront autorisés à condition que les plongeurs et plongeuses obtiennent les points suivants :

### FILLES

	1 mètre	3 mètres	Haut-Vol
D	75	90	50
C	105	115	50
B	145	155	90

### GARÇONS

	1 mètre	3 mètres	Haut-Vol
D	75	90	50
C	120	130	50
B	160	160	95



PARTENAIRE OFFICIEL DU COMITE D'ILE DE FRANCE

## 6) TROPHEE DU C.I.F. 1 mètre

### CATEGORIES

<b>FILLES</b>	<b>GARCONS</b>
Poussines	Poussins
Benjamines	Benjamins
Minimes	Minimes
<i>Il n'y aura pas de surclassement</i>	

### PROGRAMMES

Identiques pour les filles et les garçons.

**Poussins** - Chandelle avant  
 - Chandelle arrière  
 - 2 plongeurs à choisir parmi : 101 - 201 - 301 - 401

N.B. : la chute arrière droite - 020A - pourra remplacer le 201 A, le coefficient sera de 1,2.  
 Après les chandelles, l'ordre des 2 plongeurs est laissé au choix du concurrent.

*Les chandelles pourront être réalisées :*

	A	B	C
<b>100</b>	1,1	1,3	1,2
<b>200</b>	1,2	1,4	1,3
<b>5101</b>	1,5	1,6	-
<b>5201</b>	1,6	1,7	-

**Benjamins** - Chandelle avant  
 - Chandelle arrière  
 - 1 plongeur à choisir parmi 101 - 201 - 301 - 401 (020A possible)  
 - 1 plongeur libre  
 Après les chandelles, l'ordre des 2 plongeurs est laissé au choix du concurrent.

**Minimes** - 3 plongeurs à choisir parmi 101 - 201 - 301 - 401 ou 1 plongeur du groupe 5  
**et** - 2 plongeurs libres de groupes différents

N.B. : les 5 plongeurs devront être de numéros différents.

### CLASSEMENTS

- Les classements se feront séparément par catégories (Poussins, Benjamins, Minimes), et par sexe (fille, garçons)
- Les 3 premiers de chaque catégorie recevront une médaille

## 7) MEDAILLE du C.I.F. 1 mètre

### CATEGORIES

Identiques à celles du Trophée du CIF

### PROGRAMMES

- Poussins : Programme identique à celui du Trophée du CIF
- Benjamins :
  - Chandelle avant (élan obligatoire)
  - Chandelle arrière
  - 1 plongeon à choisir parmi 101 - 201 - 301 - 401 (020A possible)
  - 1 plongeon libreAprès les chandelles, l'ordre des 2 plongeurs est laissé au choix du concurrent.
- Minimes : Programme identique à celui du Trophée du CIF

### CLASSEMENTS

#### 1. Classements individuels

- Les classements se feront séparément par catégories (Poussins, Benjamins, Minimes), et par sexe (fille, garçons)
- Les 3 premiers de chaque catégorie recevront une médaille

#### 2. Classement Filles et classement Garçons par club

- 2 coupes seront offertes, une pour les filles d'un club, l'autre pour les garçons d'un club à l'addition des points obtenus par les filles (ou par les garçons) d'un même club, dans les 3 groupes d'âge, selon le barème suivant :

1 <sup>er</sup>	⇒	10 points
2 <sup>ème</sup>	⇒	8 points
3 <sup>ème</sup>	⇒	6 points
4 <sup>ème</sup>	⇒	5 points
5 <sup>ème</sup>	⇒	4 points
6 <sup>ème</sup>	⇒	3 points
7 <sup>ème</sup>	⇒	2 points
8 <sup>ème</sup>	⇒	1 point

*En cas d'égalité, les points des concours départageront les ex æquo.*

## 8) RECAPITULATIF DES PROGRAMMES PLONGEON CIF

### CHAMPIONNATS DU CIF

Catégories		1 mètre	3 mètres	Haut-vol
<b>Poussins "Promotion"</b>	Filles et Garçons	100 + 200 + 201 ou 401 + 1 libre	100 + 200 + 010 + 020 + 1 libre	/
<b>D Poussins</b>	Filles et Garçons	3 (parmi 101C, 201C, 301C, 401C) + 1 libre	3 (parmi 101C, 201C, 301C, 401C) + 1 libre	idem Benjamins
<b>C Benjamins</b>	Filles	5 (9,0) + 1	5 (9,5) + 1	<u>à 5 mètres</u> 010 ou 020 + 101 + 401
	Garçons	5 (9,0) + 2	5 (9,5) + 2	
<b>B Minimes</b>	Filles	5 (9,0) + 2	5 (9,5) + 2	<u>5 m ou 7,5 m</u> 3 (5,4) + 2
	Garçons	5 (9,0) + 3	5 (9,5) + 3	
<b>A Cadets</b>	Filles	5 (9,0) + 3	5 (9,5) + 3	<u>5 m, 7,5 m ou 10 m</u> 4 (7,6) + 2
	Garçons	5 (9,0) + 4	5 (9,5) + 4	<u>5 m, 7,5 m ou 10 m</u> 4(7,6) + 4
<b>Dames</b>		5 libres (5 gr ≠)	5 libres (5 gr ≠)	<u>5 m, 7,5 m ou 10 m</u> 5 libres (5 gr ≠)
<b>Messieurs</b>		6 libres (5 gr ≠)	6 libres (5 gr ≠)	<u>5 m, 7,5 m ou 10 m</u> 6 libres (5 gr ≠)

### TROPHEE et MEDAILLE DU CIF - 1 mètre - Pas de surclassements

Catégories		Tremplin de 1 mètre
<b>D Poussins</b>	Filles et Garçons	4 plongeurs : 100 + 200 + 2 pl. (parmi 101, 201 ou 020A, 301, 401)
<b>C Benjamins</b>	Filles et Garçons	4 plongeurs : 100 (élan obligatoire pour la Médaille) + 200 + 2 pl. (parmi 101, 201 ou 020A, 301, 401)
<b>B Minimes</b>	Filles et Garçons	5 plongeurs : 3 pl. (parmi 101, 201, 301, 401, 1 pl. du gr. 5) + 2 libres de 2 groupes différents

## 9) CLUBS de PLONGEON en ILE DE FRANCE

CLUB	Correspondant officiel F.F.N./ CIF	Coordonnées piscine	Personne chargée du plongeon
<b>A.S. FONTENAY AUX ROSES</b>	M. Bruno GUIDAL 39 Rue Belvédère 92355 PLESSIS ROBINSON	Piscine Municipale 22 Rue Jean Jaurès 92260 FONTENAY AUX ROSES tél. : 01.46.60.82.30	M. Roman GODZINSKI 1 Allée E. Chabrier 92260 FONTENAY aux ROSES tél. : 01.46.83.10.70 fax : 01.46.83.10.70 port : 06.09.44.78.45
<b>C.N. VAL D'ORGE</b>	M. J.J. DANAUX 5 Rue du Parc 91520 EGLY tél. : 01.60.83.34.84 fax : 01.60.83.94.84 jjdanaux@free.fr	Piscine du Val d'Orge 91290 LA NORVILLE tél. : 01.64.90.20.64	M. J.J. DANAUX 5 Rue du Parc 91520 EGLY tél. : 01.60.83.34.84 fax : 01.60.83.94.84 jjdanaux@free.fr
<b>C.S.V.O. MONTMORENCY</b>	M. Eric KIRCHBERG 5 Rue Henri Dunant 95160 MONTMORENCY 06.83.77.63.79 erickirchberg@wanadoo.fr	Piscine Intercommunale 95160 MONTMORENCY 01.34.12.98.31	M. Eric KIRCHBERG 5 Rue Henri Dunant 95160 MONTMORENCY tél : 01.34.12.98.31 fax : 01.34.12.32.50
<b>MOUETTES DE PARIS</b>	Mme Vanessa COPIE MOUETTES DE PARIS 3 Avenue du 8 mai 1945 93500 PANTIN tél / fax : 01.48.43.15.07 port : 06.76.96.35.19	Piscine Georges Hermant 6 rue David d'Angers 75019 PARIS tél : 01.42.02.45.10	
<b>PARIS AQUATIQUE</b>	M. Romain BOURGIER Cour Damove 12 rue Daval 75011 PARIS port : 06.62.81.29.12 plongeon@parisaquatique.org	Piscine Georges Hermant 6 rue David d'Angers 75019 PARIS tél. : 01.42.02.45.10	M. Romain BOURGIER Cour Damove 12 rue Daval 75011 PARIS port : 06.62.81.29.12 plongeon@parisaquatique.org
<b>V.G.A. SAINT MAUR</b>	M. Jean-Louis SILORET 1 rue Ferdinand de Lesseps 94000 CRETEIL tél. : 01.48.99.43.20 fax : 01.48.99.43.20 jean-louis.siloret@wanadoo.fr	Centre Sportif Brossolette 51 Avenue Pierre Brossolette 94100 SAINT MAUR 01.42.83.09.50	M. Bernard PIERRE 9 Rue Jacques Monod 94880 NOISEAU tél : 01.72.50.20.00 Port : 06.78.11.10.72 bernardpierre@9online.fr





## 10) OFFICIELS de PLONGEON en ILE DE FRANCE

Nom et prénom	Coordonnées	Club	Juge régional	Juge national	Officiel de table
AZORIN Daniel	10 Allée de Lerins 77176 SAVIGNY LE TEMPLE dom : 01.64.41.10.02 bur : 01.58.76.51.62 port : 06.79.50.59.33 daniel.azorin@wanadoo.fr	C.N. VAL D'ORGE	X	X	X
BAUR Roger	5 Résidence de la Pinède 148 Rue de Verdun 94500 CHAMPIGNY dom : 01.47.06.81.52	V.G.A. ST MAUR			X
BOUSSARD Michel	3 Rue Jacques Monod 94880 NOISEAU dom : 01.45.90.78.51 michel.boussard@neuf.fr	V.G.A. ST MAUR	X	X	X
CLEMENCON Michèle	29 Rue Solferino 94100 SAINT MAUR dom : 01.48.86.64.67 bur : 01.42.83.09.50 port : 06.07.33.36.08 micpat@numericable.fr	V.G.A. ST MAUR	X	X	X
COQUET Alexis	19 Rue Villebois Marevil 94300 VINCENNES port : 06.07.70.96.40 alex207b@club-internet.fr	V.G.A. ST MAUR	X		
COURATIER Grégory			X	X	X
DANAUX Jean-Jacques	5 Rue du Parc 91520 EGLY dom/fax : 01.60.83.34.84 jjdanaux@free.fr	C.N. VAL D'ORGE	X	X	X
DEVAUX Sébastien	15 Avenue Gavroche 95490 VAUREAL tél : 08.73.19.72.76 sebastien.devaux@laposte.net	C.S.V.O. MONTMORENCY	X		
DROUARD Thiphaine	2 Rue des Maçons de Lumière 95800 CERGY ST CHRISTOPHE port : 06.76.95.57.72 titoudrou@free.fr	C.S.V.O. MONTMORENCY	X		
FOUCHARD Laurent	10 Place du Général Leclerc 94120 FONTENAY S/BOIS dom : 01 49 74 01 58 port : 06 12 25 95 30 lfouchard@free.fr	V.G.A. ST MAUR	X	X	X
GODZINSKI Roman	1 Allée E. Chabrier 92260 FONTENAY AUX R. dom : 01.46.83.10.70 bur : 01 46 60 82 30 port : 06 09 44 78 45 Adamdiving@hotmail.com	A.S. FONTENAY	X		

KIRCHBERG Eric	5 Rue Henri Dunant 95160 MONTMORENCY dom : 01.34.12.19.02 port : 06.83.77.63.79 fax : 01.34.12.32.50 erickirchberg@wanadoo.fr	C.S.V.O. MONTMORENCY			X
KIRCHBERG Katia	3 Rue Henri Dunant 95160 MONTMORENCY port : 06.83.99.94.64 katia.kirchberg@caramail.com	C.S.V.O. MONTMORENCY	X		
MONNERY Clémence	5 Rue du Capitaine Deplanque 94700 MAISONS ALFORT Port : 06.63.61.89.42 clemdiver@hotmail.com	V.G.A. ST MAUR	X		
PIERRE Bernard	9 Rue Jacques Monod 94880 NOISEAU dom : 01.72.50.20.00 port : 06.78.71.10.72 bernardpierre@9online.fr	V.G.A. ST MAUR	X	X	X
ROCHAS Alexandre	17 Grande rue 91730 TORFOU dom : 01.60.82.63.82 port : 06.20.54.28.90 fax : 01.60.82.63.82 alex_doud@yahoo.fr	VGA ST MAUR	X		
SOULIS Dominique	Ecole des Mûriers Place des Molènes 94210 LA VARENNE dom : 01.78.54.48.21 dosoulis@numericable.fr	V.G.A. ST MAUR			X
SUZANNE Benoît	52/54 rue Raymond Poincaré 92000 NANTERRE dom : 01.4739.69.48 port : 06.80.28.75.53 bsuzanne@yahoo.com	E.S. NANTERRE	X		X
VANDERCHMITT Julie	6 rue Victor Basch 94220 CHARENTON LE PONT port : 06 16 29 30 39 julivander@yahoo.fr	VGA St MAUR	X		X



**PARTENAIRE OFFICIEL DU COMITE D'ILE DE FRANCE**

# 11) DEVENIR JUGE DE PLONGEON

La qualité de juge de Plongeon est articulée en deux niveaux successifs qui font chacun l'objet d'un examen :

- ⇒ le juge régional
- ⇒ le juge national

Les épreuves des examens de juge régional et de juge national sont identiques mais les niveaux d'exigence sont différents dans les deux cas.

## **LES EPREUVES DES EXAMENS DE JUGE DE PLONGEON**

### **1. Epreuve de connaissance des règlements du Plongeon**

Répondre par écrit à 20 questions sur les règlements du Plongeon (Règlements FINA) dont :

- ⇒ 15 questions portant sur les articles du « Résumé des pénalités à appliquer »
- ⇒ 5 questions portant sur le reste du règlement

### **2. Epreuve de reconnaissance des figures**

Le candidat doit pouvoir reconnaître 10 plongeurs différents réalisés par des plongeurs à l'entraînement, les nommer et en donner le numéro et la lettre.

### **3. Epreuve pratique de notation**

Le candidat, au cours d'une compétition avec au moins 5 plongeurs sera amené à proposer des notes, en même temps que les juges officiels. La déviance tolérée est de ½ point en plus ou en moins de la moyenne des notes restantes, après éliminations des notes extrêmes.

## **CONDITIONS D'OBTENTION DE L'EXAMEN DE JUGE REGIONAL DE PLONGEON**

L'examen de juge régional de Plongeon relève de l'autorité des Comités Régionaux.

- ⇒ être licencié F.F.N.
- ⇒ avoir 16 ans dans l'année de l'examen
- ⇒ adresser par écrit sa candidature au Président du Comité Régional
- ⇒ les épreuves seront réalisées et évaluées sous la responsabilité du Président de la Commission Régionale de Plongeon.

### **Concernant l'épreuve 1 :**

- ⇒ Pour les 15 questions portant sur les articles du « Résumé des pénalités à appliquer » : 1 erreur (ou plus) est éliminatoire.
- ⇒ Pour les 5 questions portant sur le reste des règlements : 3 erreurs (ou plus) sont éliminatoires.

### **Concernant l'épreuve 2 : 1 erreur est éliminatoire**

### **Concernant l'épreuve 3 :**

L'épreuve peut se dérouler au cours d'une compétition régionale ou nationale. Le candidat ne devra pas faire plus de 20 % d'erreurs.

**Nouveau : les titulaires du diplôme Jeune Officiel Plongeon sont dispensés des épreuves 2 et 3.**

## **CONDITIONS D'OBTENTION DE L'EXAMEN DE JUGE NATIONAL DE PLONGEON**

L'examen de juge national de Plongeon relève de l'autorité du Président de la Commission Fédérale de Plongeon.

- ⇒ être licencié F.F.N.
- ⇒ être juge régional et présenter une activité dans cette fonction pendant une période d'au moins 2 ans. Cette activité devra être certifiée par le Président du Comité Régional.
- ⇒ adresser une demande écrite de candidature à la F.F.N., par le canal du Comité Régional.

### **Concernant l'épreuve 1 :**

- ⇒ Pour les 15 questions portant sur les articles du « Résumé des pénalités à appliquer » : 1 erreur (ou plus) est éliminatoire.
- ⇒ Pour les 5 questions portant sur le reste des règlements : 1 erreur (ou plus) est éliminatoire.

**Concernant l'épreuve 2 :** 1 erreur est éliminatoire

### **Concernant l'épreuve 3 :**

L'épreuve se déroulera au cours d'une compétition nationale. Le candidat ne devra pas faire plus de 10 % d'erreurs.

*N.B. : les juges n'ayant participé à aucun jury pendant une période de 3 ans devront, pour officier à nouveau, repasser l'examen correspondant à leur niveau de qualification (juge régional ou national).*

Les sportifs de haut-niveau ayant été classés dans les catégories «Elite» ou «Senior», peuvent directement se présenter aux épreuves de l'examen de juge national, à condition d'avoir 18 ans dans l'année de l'examen.



**PARTENAIRE OFFICIEL DU COMITE D'ILE DE FRANCE**

# **REGLEMENT DU DIPLÔME JEUNE OFFICIEL PLONGEON**

## **1) Conditions d'inscription à la formation :**

- Être licencié à la Fédération Française de Natation,
- Être en catégorie benjamin, minime ou cadet pour la saison sportive en cours à réception de la demande d'inscription par le Comité Régional,
- Avoir participé aux Championnats Régionaux de plongeon (dans n'importe quelle catégorie),
- Faire acte de candidature auprès de l'École Régionale de Formation aux Activités de la Natation par l'intermédiaire de son club (cf. imprimé en annexe).

## **2) Parcours de formation :**

Le parcours de formation destiné au Jeune Officiel Plongeon comprend 3 étapes successives :

### **Étape 1 :**

Participer à un projet pédagogique organisé par le club ou le comité départemental avec l'appui des documents de formation fournis par l'École Régionale de Formation aux Activités de la Natation.

### **Étape 2 :**

Juger au minimum 2 compétitions différentes organisées par le club, le comité départemental, ou le Comité Régional.  
(Pour les compétitions régionales, 1 seul Jeune Officiel en formation maximum par jury est autorisé)

### **Étape 3 :**

Tenir le rôle de juge arbitre lors d'une compétition officielle organisée par le Comité Régional sous l'autorité et le contrôle du juge arbitre titulaire du concours.

## **3) Modalités d'organisation :**

- § A la réception de la demande du club (cf. imprimé en annexe), l'École Régionale de Formation aux Activités de la Natation délivre un livret de formation Jeune Officiel à l'intéressé accompagné des documents de formation nécessaires. Le livret de formation reste en possession du Jeune Officiel et permet d'attester la réussite successive des différentes étapes.
- § La réussite de chaque étape est validée par un ou plusieurs tuteur(s), officiel(s) en exercice titulaire(s) du Diplôme de Juge Régional ou National de plongeon, et permet d'accéder à l'étape suivante.
- § Le Diplôme de Jeune Officiel Plongeon est délivré par le Comité Régional aux candidats ayant satisfait aux conditions de délivrance des 3 étapes successives et autorise les licenciés à l'exercice des fonctions d'officiel régional de plongeon dans les concours individuels pour les catégories jeunes (A, B, C, D) jusqu'à l'âge de 20 ans inclus.
- § Le parcours de formation du Jeune Officiel peut se dérouler sur plusieurs saisons sportives.

*NB : (A compter de l'âge de 16 ans, les candidats ont également la possibilité de passer l'examen de juge régional de plongeon, cf. règlement FFN de l'examen d'officiel régional plongeon)*

#### **4) Guide de contenu et de validation des étapes destiné aux tuteurs:**

##### **Étape 1 :**

« Participer à un projet pédagogique organisé par le club ou le comité départemental avec l'appui des outils de formation fournis par l'École Régionale de Formation aux Activités de la Natation »

##### **Savoir-faire attendus à l'issue de l'étape 1:**

- Connaître les principes de terminologie et de numérotation des plongeurs,
- Reconnaître les figures,
- Connaître les pénalités d'exécution des plongeurs pour les concours individuels,
- Savoir se référer aux règlements sportifs régionaux.
- Connaître les critères d'appréciation d'un plongeur.

La formation gagnera à se fonder aux séances d'entraînement du plongeur, en évitant les séances de cours magistraux. Accompagnée des documents fournis par le comité régional, elle sera pleinement intégrée au projet pédagogique d'un groupe de jeunes plongeurs, et pourra être étalée sur une ou plusieurs saisons sportives.

Les modalités de validation sont laissées à l'appréciation du tuteur juge-formateur et peuvent prendre par exemple la forme de questions-réponses, ou de mise en situation d'officiel, au cours des séances d'entraînement.

Le tuteur valide l'étape 1 quand il considère que le Jeune Officiel est prêt à participer à l'étape 2.

##### **Étape 2 :**

« Juger au minimum 2 compétitions différentes organisées par le club, le comité départemental, ou le Comité Régional »

Sur la base de l'observation de l'évolution :

- du comportement de mise en situation de responsabilité,
- de l'impartialité,
- de l'adéquation des notes de jugement,

le tuteur valide le passage à l'étape 3 du Jeune Officiel.

##### **Étape 3 :**

« Tenir le rôle de juge arbitre lors d'une compétition officielle organisée par le Comité Régional sous l'autorité et le contrôle du juge arbitre titulaire du concours. »

Le tuteur (juge-arbitre officiel du concours) évaluera :

- La capacité à diriger le concours,
- La connaissance et la mise en œuvre de l'application des règles sportives.

Il pourra compléter le test par un rapide entretien (maximum 10 mns) destiné à s'assurer des capacités du Jeune Officiel à exercer, puis validera, ou non, l'étape (les candidats qui seraient ajournés pourront se représenter à nouveau sur nouvelle proposition du tuteur de l'étape 2).

# BORDEREAU D'INSCRIPTION A LA FORMATION JEUNE OFFICIEL PLONGEON

*A adresser à :*

**COMITE D'ILE DE FRANCE DE NATATION**  
163, boulevard Mortier  
75020 PARIS  
☎ 01 40 31 19 20 - 📠 01 40 31 07 25  
E-mail : cif@cif-natation.fr

Nom, prénom :

Date de naissance :

N° Licence FFN :

Adresse :

Tel :

e.mail :

Club :

***Demande à participer à la formation Jeune Officiel Plongeon organisée conjointement par mon club et (ou) le comité départemental de natation et le Comité Régional de l'Île de France de la Fédération Française de Natation.***

***Autorisation parentale ou du représentant légal :***

Je soussigné

autorise

à participer à la formation Jeune Officiel Plongeon.

Date et signature :

Nom, prénom et qualité du (ou) des tuteur(s) de formation (étapes 1 et 2) :

Visa et accord du représentant du club et (ou) du Comité Départemental

Date et signature :

## CANDIDATURE A L'EXAMEN DE JUGE DE PLONGEON

NOM : .....

Prénom : .....

Date de Naissance : .....

Adresse : .....

.....

.....

E-mail : ..... Tel : .....

Club : ..... N°: .....

Numéro de Licence : .....

Niveau de pratique sportive : .....

.....

.....

Je souhaite m'inscrire à l'examen de juge de plongeon :

Examen de juge Régional

Examen de juge National (la demande sera transmise par le CIF à la FFN)

( Date d'obtention de l'examen de juge Régional : ..... )

**Signature :**

**Remplir votre demande et la retourner au Comité de l'Ile de France :**

**COMITE DE L'ILE DE FRANCE**

**163 boulevard Mortier**

**75020 PARIS**

**☎ : 01 40 31 19 20**

**☎ : 01 40 31 07 25**

**E-mail : cif@cif-natation.fr**



# BORDEREAU D'ENGAGEMENT ILE DE FRANCE PLONGEON

NOM : .....

Prénom : .....

Date de Naissance : .....

Club : ..... N° : .....

Numéro de Licence : .....

MANIFESTATION .....

DATE ET LIEU ..... **Fille Garçon**

	Tremplin		Haut-Vol
	1 mètre	3 mètres	
<b>D (Poussins)</b>			
<b>C (Benjamins)</b>			
<b>B (Minimes)</b>			
<b>A (Cadets)</b>			
<b>Seniors (Championnats)</b>			

Remplir une fiche ***par concurrent et par concours*** (soit plusieurs fiches pour un même concurrent qui participe à des catégories ou des hauteurs différentes) en mettant une croix dans les cases correspondantes. Les engagements non conformes seront refusés.

**COMITE DE L'ILE DE FRANCE**  
163 boulevard Mortier  
75020 PARIS

 : 01 40 31 19 20

 : 01 40 31 07 25

E-mail : [cif@cif-natation.fr](mailto:cif@cif-natation.fr)

## Fiche récapitulative d'engagement ILE DE FRANCE PLONGEON

Compétition : .....

Club : ..... Numéro : .....

Liste des engagés :

Garçons	Filles

soit ..... plongeurs(ses)

Montant total des droits d'engagement (3,50 € par épreuve et par plongeur) = ..... €

Total des droits d'engagement depuis le début de la saison sportive = ..... €

**COMITE DE L'ILE DE FRANCE**

**163 boulevard Mortier**

**75020 PARIS**

**☎ : 01 40 31 19 20**

**📠 : 01 40 31 07 25**

**E-mail : cif@cif-natation.fr**

# CIF ACROBAT' TOUR

## Fiche d'engagement / résultats

Nom : .....

Fille

Garçon

Prénom : .....

Club : .....

N° de Licence : .....

Date de Naissance : .....

99 et après

**PLONGEON :**

<i>101 C à 1 mètre (sur 10)</i>	
<i>Libre à 1 mètre (sur 10)</i>	
<i>010 à 3 mètres (sur 10)</i>	
<b>Total Plongeon (sur 30)</b>	

**Exercice au sol :**

**Note sur 10 :**

(Coefficient 3) **Total Sol :**

**Exercice au Trampoline :**

**Note sur 10 :**

(Coefficient 3) **Total Trampoline :**

**Total Général :**

**Place au classement 99 et après :**

**PLACE AU CLASSEMENT GENERAL :**

# DECLARATION DE FORFAIT ILE DE FRANCE PLONGEON

Je soussigné : .....

représentant du Club : .....

déclare forfait de : .....

pour l'épreuve : .....

DATE : .....

Signature :

**COMITE DE L'ILE DE FRANCE**  
163 boulevard Mortier  
75020 PARIS

 : 01 40 31 19 20

 : 01 40 31 07 25

E-mail : [cif@cif-natation.fr](mailto:cif@cif-natation.fr)

# Nos partenaires :



***VIBRA'SON***





**edf**