



## Comité Régional de Natation d'Ile de France

---



# Natation Synchronisée

## Règlement et Calendrier 2013 - 2014

✉ 163 Boulevard Mortier 75020 PARIS

☎ 01 40 31 19 53 - 📠 01 40 31 07 25

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

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

## INTRODUCTION

Voici le premier règlement de notre nouvelle olympiade. A l'heure où nous rédigeons ce texte, nous sommes en attente d'un certain nombre de modifications des règlements FINA qui devraient être validés lors du Congrès de Barcelone, au mois de juillet. Ces modifications entraîneront des changements dans le règlement national et bien sur, dans le notre. Dès le début de la saison, nous vous adresserons une note d'information pour vous présenter ces nouveautés, et nous les développerons plus longuement lors de notre traditionnel colloque du mois d'octobre.

Nos compétitions régionales continuent de surfer sur la vague de leur succès. Nos habituels tournois de printemps sont maintenant incontournables pour tous les clubs préparant une compétition, Elite, Nationale, ou Performance. Nos compétitions de ballets de socle battent tous les records de participation. Quarante huit ballets de Cycle 1 et trente huit ballets de Cycle 2. Une compétition marathon où s'enchaînent les chorégraphies de nos jeunes nageuses, pour le plus grand plaisir de tous.

Dès la première année du retour des règles FINA pour notre Challenge Néphéliane, l'objectif est atteint. Nous voulions ouvrir nos portes à d'autres régions et d'autres pays, c'est chose faite. Les clubs de Chenôve, de Chartres et de Bruxelles nous ont fait l'amitié de nous rejoindre pour cette rencontre de nos plus jeunes nageuses. Un grand succès.

Parmi les nouveautés règlementaires pour cette nouvelle saison, notons que les notes « fondamentales » du socle de Formation seront remplacées par une validation « acquis.non.acquis ». Un de nos souhaits de longue date, enfin exhaussé. Notons enfin qu'il sera désormais possible d'organiser l'épreuve d'improvisation sous forme d'interclubs. Cela devrait soulager un peu nos organisations du socle, encore un peu lourdes.

Nos actions de formation seront pour la plupart reconduites. Un déplacement interrégional pour nos nageuses de « haut niveau », des stages pour nos plus jeunes, et des formations techniques comme celle abordant les « portés acrobatiques ».

Comme toujours je conclurai en remerciant les nageuses, les entraîneurs, les dirigeants et bien sur, les bénévoles qui contribuent à la réussite de nos ballets et de nos organisations. J'adresse aussi mes remerciements aux clubs et aux communes qui mettent à notre disposition leurs bassins pour nos joutes aquatiques. Merci enfin à toutes les personnes qui ont travaillé avec notre Commission sur nos organisations.

Bonne lecture

**Pascal NOIREZ**  
**Président de la Natation Synchronisée**

# SOMMAIRE

<b>I . CORRESPONDANCES &amp; FORMALITES D'ENGAGEMENTS .....</b>	<b>4</b>
A – NATIONAL.....	4
<b>B – REGIONAL.....</b>	<b>5</b>
1 . FORMALITES D'ENGAGEMENTS AUX EPREUVES.....	5
2 . ENGAGEMENTS JURY QUELQUE SOIT LE TYPE DE COMPETITION.....	6
3 – HABILLAGE CD .....	6
4 . PROPOSITIONS PISCINES .....	7
<b>C . DEPARTEMENTAL .....</b>	<b>7</b>
<b>II . FRAIS D'ENGAGEMENT ET AMENDES .....</b>	<b>8</b>
A . DROITS D'ENGAGEMENT .....	8
B – AMENDES.....	8
<b>III – TABLEAU DE COMPETENCES DES OFFICIELS .....</b>	<b>9</b>
<b>IV . CALENDRIER DES COMPETITIONS .....</b>	<b>10</b>
A – REGIONAL .....	10
B . NATIONAL.....	11
<b>V . PROGRAMME SPORTIF ILE DE FRANCE .....</b>	<b>12</b>
A . DELEGATION AUX DEPARTEMENTS POUR LES EPREUVES DU SOCLE.....	12
B . DELEGATION AUX ZONES.....	12
<b>VI – FICHES COMPETITIONS .....</b>	<b>13</b>
ENF 3 . PASS'COMPETITION.....	13
SOCLE – CYCLE 1 ACQUISITION.....	14
SOCLE – CYCLE 2 DEVELOPPEMENT & FORMATION .....	15
CHALLENGE NEPHELIANE HIVER.....	16
CHALLENGE NEPHELIANE D'ETE .....	17
TOURNOI ILE DE FRANCE AUTOMNE .....	18
JOURNEES TECHNIQUES D'HIVER.....	19
TOURNOI ILE DE FRANCE DE PRINTEMPS & TIRQ .....	20
CHAMPIONNATS INTERREGIONAUX ETE N3 .....	21
COUPE PROMOTION .....	Erreur ! Signet non défini.
<b>VII . LABEL .....</b>	<b>23</b>
<b>VIII . FORMATION.....</b>	<b>24</b>
A . FORMATION DES OFFICIELS.....	24
B . FORMATION DES ENTRAINEURS.....	24
<b>IX . COMMISSION REGIONALE D'ILE DE FRANCE.....</b>	<b>25</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 synchronisée, le calendrier national et le règlement financier.

Le Comité d'Ile de France édite ses propres règlements.

Les règlements FFN et CIF pour la Natation Synchronisée sont disponibles sur les sites Internet de la FFN et du CIF.

Les Comités Départementaux peuvent avoir aussi un règlement complémentaire concernant leurs organisations départementales.

**Il faut donc toujours distinguer ce qui est départemental, régional, interrégional ou national et adresser les courriers, documents et courriels au bon destinataire.**

### 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 les départements (copie au Comité d'Ile de France) puis par la région pour information et validation, le cas échéant.

Tous les engagements pour les Championnats Elites et Nationaux doivent être réalisés par Extranat. Cependant, nous conseillons aux clubs de faire une impression papier de l'écran et de le transmettre avec le chèque des frais d'engagements de la compétition concernée.

Les clubs, sélectionnés en Elite et National, devront veiller au respect des dates de pré engagement.

## **B – REGIONAL**

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

Toutes les nageuses engagées 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 acquitter le montant forfaitaire d'engagement demandé en début de saison, avant la première épreuve.

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

**NB : des pré-engagements (sur formulaire CIF) pour les compétitions CIF seront demandés pour le 31 octobre 2013**

#### **ATTENTION : PROCEDURE D'ENGAGEMENT**

**Merci d'indiquer le nom de vos clubs lors de l'enregistrement du fichier, de remplir le formulaire en majuscule et d'indiquer le Nom et la disponibilité du Jury**

1. J-30 de la compétition : envoi du récapitulatif d'engagements par mail (variable en fonction des périodes : vacances scolaires, jours fériés. Bien vérifier sur le calendrier régional). Envoi obligatoire des feuilles de jury pour les clubs engagés.
2. J-15 Ouverture Extranat
3. J-10 Fermeture Extranat et envoi de la start-list

## **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.**
- **Chaque club doit présenter 1 officiel correspondant au niveau de la compétition à juger.**
- **L'engagement du jury se fait sur le bordereau récapitulatif des engagements, 1 juge pour 1 à 5 nageuses, 1 juge supplémentaire par tranche de 5 nageuses + des officiels de table pour toutes les compétitions de figures imposées. Pour les compétitions de ballet, 1 juge par ballet.**
- **Les juges devront s'engager pour des demi-journées minimum et non pour des épreuves séparées.**
- **Tout juge qui n'aurait pas signalé sa présence en signant la feuille d'émergence à son arrivée auprès du Juge Arbitre au moins 1 heure avant le début des épreuves sera considéré comme absent.**
- **En cas de non respect des engagements en nombre de Jury, les différentes amendes prévues au paragraphe frais et amendes seront appliquées.**

**Le fait de faire forfait pour toutes ses nageuses, après la parution de la liste définitive à J-6 de la compétition, ne dispense pas le club engagé à une compétition de la présence du juge prévu. Il y aura cumul des 2 amendes.**

## **3 – HABILLAGE CD**

Pour les compétitions de ballets (solo, duo, équipe, combiné) il est rappelé que les CD doivent être remis dès l'ouverture des portes, à la sonorisation :

- l'habillage papier du CD précisera le nom du club, la catégorie et le nom des nageuses, ce document est téléchargeable sur le site de la FFN.
- le CD lui-même devra porter le nom du club, le numéro du ballet, si le club en a plusieurs, la catégorie et le nom des nageuses pour les solos, duos.
- Une seule musique doit se trouver sur le CD.
- Un CD de secours doit être prêt en cas de problème.

Couleur à utiliser selon les compétitions et catégories :

**Challenge Néphéliane :**      Espoirs : Jaune  
Benjamins & poussines : Blanc

**Ballets socle :**              Cycle 1 : Blanc  
Cycle 2 : Rose

**Promotion :**                15 ans et moins : Jaune  
15 ans et plus : Vert  
TC : Bleu

**N3 et Tournois :**            Espoirs : Jaune  
Juniors : Vert  
Séniors : Saumon  
TC : Bleu

## **4 . PROPOSITIONS PISCINES**

Les propositions de piscine pour les organisations sont à envoyer au CIF, mais il est nécessaire d'en informer le département et de confirmer par écrit ces propositions.

**Contrairement aux autres inter-régions, le Comité d'Ile de France prend en charge les frais de sonorisation (achat de la sono et haut-parleur du CIF, entretien du matériel, sonorisation par un professionnel) pour les compétitions. Par conséquent, il est demandé au club ou département accueillant la compétition d'assurer si nécessaire le transport et la manutention du matériel de sonorisation.**

## **C . DEPARTEMENTAL**

S'adresser au département pour :

- Les épreuves du Pass'Compétition
- Toutes les épreuves du Socle Cycle 1 (Acquisition), les épreuves d'improvisation du socle Cycle 2 (développement et formation). Les engagements doivent se faire selon la procédure départementale
- Les formations et inscriptions aux examens d'officiel D et Jeune Officiel
- La transmission des licences, tout problème administratif, et toutes demandes de renseignements

Le département doit recevoir les classements nationaux des clubs et les transmettre au CIF.

## II . FRAIS D'ENGAGEMENT ET AMENDES

Une somme forfaitaire est demandée à chaque club en début de saison. Cette somme tient compte :

1. du montant des engagements et des amendes de la saison précédente
2. du montant de la somme forfaitaire de la saison précédente
3. du reliquat entre ces 2 montants

Un relevé sera adressé à chaque club courant septembre, le montant dû sera à acquitter avant la 1<sup>ère</sup> compétition.

### A . DROITS D'ENGAGEMENT

Ces sommes resteront acquises au C.I.F. même en cas de désistement (après J moins 15)

- 1. Compétitions avec épreuves techniques et ballets :** Tournois, Journées d'Automne, Journées techniques, Tournoi Interrégional de Qualification, Programme performance Juniors et Séniors, Challenge Néphéliane
  - 9 € par nageuse + 11 € par ballet (solos, duos, équipes, combinés)
- 2. Epreuves du socle**
  - 3 € par nageuse et par épreuve dans les sessions organisées par le CIF ou par les zones

Lors de l'établissement du relevé (voir ci-dessus), une remise de 20% sera appliquée sur le montant des engagements aux clubs qui licencient la totalité de leurs adhérents (vérification faite tout au long de la saison).

### B – AMENDES

- 1. Il sera perçu une amende de 40 €**  
Pour tout forfait de nageuse non justifié par un certificat médical dans un délai d'une semaine maximum (transmission par courrier ou mail)
- 2. Il sera perçu une amende de 80 €**  
Pour tout forfait non déclaré le jour même de la compétition au début des épreuves.
- 3. Il sera perçu une amende de 150 €**  
Pour défaut ou forfait de juge pour toutes compétitions et pour tout juge engagé absent au début de la 1<sup>ère</sup> épreuve de chaque demi-journée.

### III – TABLEAU DE COMPETENCES DES OFFICIELS

NIVEAU DE COMPETENCES	COMPETITIONS HABILITES A JUGER FFN	COMPETITIONS HABILITES A JUGER UNIQUEMENT EN ILE DE France
<b>Jeune Officiel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Délégué aux nageurs</li> <li>• Secrétariat</li> <li>• Jugement <b>du niveau Acquisition</b></li> </ul>	
<b>D</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Idem JO</li> <li>• Jugement Développement (Danse, Parcours Technique, Technique)</li> <li>• Jugement Formation (Danse)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Imposées Challenge Néphéliane Benjamine</li> </ul>
<b>C</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Idem JO</li> <li>• Jugement totalité du socle</li> <li>• Chronométreur</li> <li>• Jugement des figures imposées aux championnats régionaux-Interrégionaux</li> <li>• Jugement Ballets aux championnats régionaux</li> <li>• Juge arbitre du niveau acquisition si validation de l'écrit de l'officiel B</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Idem FFN</li> </ul>
<b>B</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Idem officiel C</li> <li>• Championnats <b>de niveau Régional et Interrégional, de compétitions préparatoires aux épreuves F.I.N.A, du programme performance et du tournoi de qualification</b></li> <li>• Responsable sonorisation /entraînement</li> <li>• Juge-Arbitre <b>du socle de formation</b></li> <li>• Juge-Arbitre Championnats <b>Régionaux et Interrégionaux, de compétitions préparatoires aux épreuves F.I.N.A, du programme performance</b></li> <li>• <b>Jugement du Tournoi National de Qualification, sous condition</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Idem FFN</li> </ul>

## IV . CALENDRIER DES COMPETITIONS

### A – REGIONAL

Date	Compétition	Catégorie	Niveau	Période engagements préliminaires mail CIF	Période engagements Extranat	Lieu
16 Novembre 2013	Tournoi IdF Automne + Journées d'Automne	Espoirs/Juniors/Séniors	Elite/National/Performance	16/10/13	24/10 au 07/11/13	MONTREUIL
23 et/ou 24 Novembre 2013	SOCLE CYCLE 2 Dérog.		SOCLE	23/11/13	31/10 au 14/11/13	ORSAY (sam) CORBEIL (dim)
1 <sup>er</sup> Décembre 2013	Challenge Néphéliane Hiver	Benjamines, Espoirs	SOCLE + ESPOIRS	01/11/13	07/11/ au 21/11/13	PONTAULT
14/15 Décembre 2013	SOCLE CYCLE 2 CIF + Zone		SOCLE	14/11/13	21/11 au 05/12/13	
25/26 Janvier 2014	SOCLE CYCLE 2 ZONE A&B		SOCLE	20/12/13	02/01 au 16/01/14	ZONE A : Paris ? ZONE B : DRANCY
01/02 Février 2014	SOCLE CYCLE 2 CIF		SOCLE	06/01/14	09/01 au 23/01/14	
8/9 Février 2014	Journées Techniques Hiver	Espoirs/Juniors/Séniors	National/Performance	06/01/14	16/01 au 30/01/14	CERGY
08/09 Mars 2014	SOCLE CYCLE 2 ZONE A&B		SOCLE	07/02/14	13/02 au 27/02/14	ZONE A : SURENES ZONE B : MASSY
29/30 Mars 2014	Tournoi Ile de France de Printemps + Tournoi Interrégional de Qualification		Elite/National/Performance	03/03/14	06/03/14 au 20/03/14	PONTAULT
5/6 Avril 2014			Elite/National/Performance		13/03/14 au 27/03/14	CERGY
10/11 Mai 2014	SOCLE CYCLE 2 Toutes épreuves		SOCLE	11/04/14	24/04/14 au 01/05/14	
24/25 Mai 2014	Championnats Interrégionaux Eté Nationale 3	Juniors/Séniors/TC	Performance	28/04/14	08/05/14 au 15/05/14	Paris ?
31 Mai & 1 <sup>er</sup> Juin 2014	Eliminatoires Coupe Promotion	13/15 ans 15 ans et plus Toutes Catégories	PROMO	30/04/14	08/05/14 au 22/05/14	MASSY
	Eliminatoires Ballets Socle	Catégories A, B, C	SOCLE	30/04/14		
7/8 Juin 2014	Challenge Néphéliane Eté	Benjamines, Espoirs	SOCLE + ESPOIRS	05/05/14	22/05/14 au 05/06/14	CORBEIL
21/22 Juin 2014	Finales Coupe Promotion + Ballets Socle	13/15 ans 15 ans et plus Toutes Catégories & Catégories A, B, C	PROMO + SOCLE	21/05/14	29/05/14 au 12/06/14	Paris ? Vanves ?

**En fonction des pré-engagements du 31 octobre 2013, la Commission Régionale se réserve le droit d'aménager le contenu des compétitions et du calendrier régional.**

**Du 20 au 23 mars 2014 OPEN DE France, nous demandons aux départements de ne pas placer de compétitions sur ces dates.**

## B . NATIONAL

Compétitions	Dates	Épreuves	Engagements préliminaires	Période de saisie des engagements sur Extranat	Date limite de règlement
Journées d'automne (placées sur le Tournoi Ile de France Automne)	16/17/11/13	Solo technique Solo espoirs (partie) Solo juniors (partie) Figures imposées		Voir Extranat	
Épreuve nationale de qualification « barrage » solo *1	05/12/13	Solo technique Solo espoirs (partie) Solo juniors (partie) Figures imposées	31/10/2013	Voir Extranat	01/12/2013
Championnat de France hiver	5 au 8/12/13	Solo technique senior Solo espoir (partie) Solo junior (partie) Figures imposées	31/10/2013	Voir Extranat	01/12/2013
Journées Techniques Hiver	De janvier à mars 2014	Solo séniors, juniors, espoirs (partie) Duo séniors, juniors, espoirs (partie) Combinés TC (partie) Figures imposées	31/10/2013	Voir Extranat	
Tournoi Interrégional de Qualification (placé à l'intérieur du Tournoi Ile de France Printemps)	Date limite le 20 avril 2014	Duo technique Duo libre junior & senior Figures imposées junior	31/10/2013	Voir Extranat	
Épreuve nationale de qualification « barrage » duo *2		Duo libre junior Figures Imposées juniors	15/01/2014	Voir Extranat	25/04/2014
Championnat de France Junior et Combinés Toutes Catégories « National 1 »	1 au 4/05/14	Solo/Duo/Equipe Junior Equipe Combinée TC	15/01/2014	Voir Extranat	25/04/2014
Championnat de France Junior, Senior et Combinés Toutes Catégories « Elite »	15 au 18/05/14	Solo/Duo/Equipe Junior Solos Technique et Libre senior Duos Technique & Libre senior Equipe Combinée TC	15/01/2014	Voir Extranat	08/05/2014
Championnats Interrégionaux d'été N3	24&25/05/14	Solo/Duo/Equipe Junior Equipe Combinée TC Figures Imposées	31/10/2013	Voir Extranat	
Championnat de France Espoir «Élite»	30/05 au 01/06/14	Solo Duo Equipe Figures Imposées	15/01/2014	Voir Extranat	23/05/2014
Championnat de France Espoir «National»	12 au 15/06/14	Solo Duo Equipe Figures Imposées	15/01/2014	Voir Extranat	05/06/2014
Championnat National 2 Par Equipe	5 & 6/07/14	Equipe libre junior Equipe Combinée TC Figures Imposées	A l'issue des N3	Voir Extranat	30/06/2014

### ATTENTION A L'ECHEANCIER DES PRE ENGAGEMENTS ET ENGAGEMENTS

\*1 Tous les solos engagés sur l'épreuve nationale de qualification « barrage » doivent obligatoirement être engagés sur le Championnat de France hiver. Ainsi, leur candidature sera effective au regard des résultats du barrage.

\*2 Tous les duos engagés sur l'épreuve nationale de qualification « barrage » doivent obligatoirement être engagés sur le Championnat de France National catégorie Junior et Toutes Catégories « National ». La Candidature sera effective au regard des résultats du barrage.

Pour chaque compétition mentionnée dans ce tableau, les frais d'engagements doivent impérativement être réglés à la date butoir mentionnée dans ce tableau pour être validés. Les deux épreuves nationales de qualification « barrage » (solo et duo) sont considérées comme une épreuve de championnat.

## V . PROGRAMME SPORTIF ILE DE FRANCE

Le programme sportif du Comité d'Ile de France est adapté aux règlements FFN.

Afin de permettre aux clubs de se préparer à leurs différentes échéances dans leurs niveaux de pratique, le Comité d'Ile de France a décidé de mettre en place des compétitions de préparation appelées «Tournois »

Le Comité d'Ile de France est maître d'œuvre pour l'ensemble des compétitions régionales mais délègue un certain nombre d'épreuves (comme indiqué dans le tableau ci-dessous).

### TABLEAU RECAPITULATIF DE DELEGATION DES EPREUVES DU SOCLE

EPREUVES	CYCLE 1		CYCLE 2 DEVELOPPEMENT			CYCLE 2 FORMATION		
	Dépt	Région	Dépt	Zone	Région	Dépt	Zone	Région
DANSE	X			X			X	
IMPROVISATION *	X		X			X		
TECHNIQUE**	X				X			X
PROPULSION	X			X				X
BALLET (éliminatoire)		X			X			X
BALLET (finale)		X			X			X
BALLET (2 <sup>ème</sup> passage pour ballets non qualifiés en finale)	X		X			X		

### A . DELEGATION AUX DEPARTEMENTS POUR LES EPREUVES DU SOCLE

Les épreuves de danse, de propulsion, de technique et d'improvisation du Socle Cycle 1 (acquisition) sont déléguées aux départements, ainsi que les épreuves d'improvisation du Socle Cycle 2.

A noter que les départements pourront organiser une compétition pour les ballets non qualifiés en phase finale de l'épreuve de ballet du socle (Cycle 1 et Cycle 2) ou qui n'auraient pas pu se présenter en phase éliminatoire régionale. De cette manière, les ballets non qualifiés en phase finale pourront nager une deuxième fois, conformément à la préconisation (non obligatoire) du règlement national. Des départements pourront s'associer pour étoffer le nombre de ballet et ainsi mettre en place une confrontation intéressante.

\* Pour l'épreuve d'Improvisation, l'organisation Interclubs ou intercommunale est autorisée.

\*\* Pour l'épreuve de Technique, consulter le règlement FFN pour la notation en « acquis – non acquis » de la note fondamentale en Acquisition et Développement.

### B . DELEGATION AUX ZONES

Les épreuves de danse de développement et de formation ainsi que les épreuves de propulsion de développement seront déléguées aux zones A et B.

La définition des zones est la suivante :

- Zone A : départements 78, 92, 95 et 93
- Zone B : départements 91, 94, 77 et 75

Un responsable de chaque zone sera nommé par la Commission Régionale de natation synchronisée d'Ile de France et coordonnera les organisations.

## VI – FICHES COMPETITIONS

### ENF 3 PASS'COMPETITION

#### DATE

Voir les calendriers départementaux

#### PUBLIC CONCERNE

Tout public

#### CONDITIONS D'ACCES

CATEGORIES D'AGE	EPREUVES
2004 et 2005	Obligation de valider les 2 tests sauv'nage et pass'sport avant d'accéder au pass'compétition.
2003 et avant	Pas d'obligation de passer les épreuves de l'ENF.

#### PROCEDURES D'ENGAGEMENT

Voir organisation du département

#### CONTENU DES EPREUVES

Cf. Réglementation de l'ENF de la FFN.

# SOCLE – CYCLE 1 ACQUISITION

## DATE

Voir les calendriers départementaux

## PUBLIC CONCERNE

Pas de limite d'âge

## CATEGORIES D'AGE (uniquement pour les ballets)

<b>Catégorie A</b>	12 ans et moins (02 et après)
<b>Catégorie B</b>	12 et plus (02 et avant)
<b>Catégorie C</b>	Inter catégories : toutes les nageuses peuvent avoir accès à cette catégorie, peu importe l'âge des nageuses. Les clubs possédant peu d'effectif dans chaque catégorie d'âge pourront mélanger les années comme ils le désirent.

## CONDITIONS D'ACCES

<b>EPREUVES TECHNIQUES</b> (Propulsions, imposées, danse, improvisation)	<b>BALLET</b>
<b>2003 et avant :</b> aucune obligation (cf règlement ENF) <b>Pour les 2004 et plus :</b> Etre en possession du pass'compétition (cf règlement ENF)	Avoir participé à 2 types d'épreuves sur les 4 du cycle 1 pour la saison sportive en cours même si les nageuses ont validés le cycle 1 antérieurement (à condition de participer au moins à 2 épreuves dans la saison en cours)

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

Epreuves individuelles : voir les départements organisateurs pour les procédures d'engagement et le coût  
Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF  
Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF

## CONTENU DES EPREUVES

<b>IMPROVISATION</b>	Voir règlement National	
<b>DANSE</b>		
<b>EPREUVES TECHNIQUES</b>		
<b>PROPULSION BALLET</b>		
<b>PROPULSION TECHNIQUE</b>		
<b>COMBINE</b>	<p><b>Réglementation et notation FINA</b>  <b>Réglementation du ballet combiné selon la règle SS 13.2 de la FINA</b> « Le Combiné Libre comporte un maximum de dix (10) concurrentes qui exécutent une combinaison de Solos, Duos, Trios et d'Equipes. Au moins deux (2) parties doivent comprendre moins de trois (3) concurrentes et au moins deux (2) parties doivent comprendre de quatre (4) à dix (10) concurrentes. La première partie du Combiné Libre peut débiter sur la plage de la piscine ou dans l'eau. Toutes les autres parties doivent débiter dans l'eau. Une nouvelle partie débute où la partie précédente se termine. »</p> <p><b>Réglementation spécifique FFN :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Pas de remplaçante.</b></li> <li><b>2. Partie groupe (durée : 1 min avec 5 sec de tolérance en moins)</b></li> </ol> <p>Toutes les nageuses engagées (effectif complet du ballet) doivent nager ensemble. Cette partie se déroule dans l'eau et ne peut donc débiter sur la plage de départ ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'identification du début de séquence sera facilitée par une sortie collective en surface (sortie rétro ou poussée rétro).</li> <li>• la partie groupe devra être réalisée <u>au début du ballet</u>, bien sûr si un sol existe la partie groupe commencera après l'entrée dans l'eau. Un porté est aussi permis avant le début de la partie groupe</li> <li>• Les éléments doivent être identiques, exécutés simultanément par tous les membres de l'équipe. Les nageuses peuvent avoir des directions différentes dans les formations ou lors de changements de formation à condition que les mouvements soient identiques (même bras, même jambe, même tête...) et exécutés simultanément.</li> <li>• Tout mouvement acrobatique et cascade seront placés en dehors de cette partie</li> </ul>	<b>Durée : 3'00 (+ou- 15 sec)</b>

## CLASSEMENT ET PODIUM

Les 3 premières nageuses seront récompensées pour les épreuves individuelles.

Les 3 premiers ballets par catégorie seront récompensés.

Une finale par catégorie sera organisée avec 6 ballets. Si 6 ballets ou moins sont engagés lors des éliminatoires cette compétition sera requalifiée en finale directe

Si les ballets qualifiés pour la finale déclarent forfait pour cette dernière et que moins de 4 ballets sont présents, la finale sera annulée et la compétition de qualification sera requalifiée en finale directe.

# SOCLE – CYCLE 2 DEVELOPPEMENT & FORMATION

## DATE

Voir le calendrier régional

## PUBLIC CONCERNE

Pas de limite d'âge

## CATEGORIES D'AGE (uniquement pour les ballets)

Catégorie A	13 ans et moins (01 et après)
Catégorie B	13 et plus (01 et avant)
Catégorie C	Inter catégories (toutes les nageuses peuvent avoir accès à cette catégorie, peu importe l'âge des nageuses. Les clubs possédant peu d'effectif dans chaque catégorie d'âge pourront mélanger les années comme ils le désirent)

## CONDITIONS D'ACCES

EPREUVES TECHNIQUES (Propulsions, imposées, danse, improvisation)	BALLETS
Avoir validé la totalité du Cycle 1 Acquisition	Avoir participé à 2 types d'épreuves sur les 8 (développement & formation) du cycle 2 pour la saison sportive en cours même si les nageuses ont validés le cycle 2 antérieurement (à condition de participer au moins à 2 épreuves dans la saison en cours). Possibilité de mixer les nageuses engagées en Cycle 2 Développement & Formation dans le même ballet.

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	FORMULAIRE	PROCEDURE
<b>Voir calendrier régional</b>	Danse	Formulaire Engagement Narval	Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
	Technique		
	Propulsion		
	Combiné	BALLETS SOCLE	

## CONTENU DES EPREUVES

IMPROVISATION	Voir règlement National
DANSE	
EPREUVES TECHNIQUES	
PROPULSION BALLETS	
PROPULSION TECHNIQUE	

<b>COMBINE</b>	<p><b>Réglementation et notation FINA</b>  <b>Réglementation du ballet combiné selon la règle SS 13.2 de la FINA</b> « Le Combiné Libre comporte un maximum de dix (10) concurrentes qui exécutent une combinaison de Solos, Duos, Trios et d'Equipes. Au moins deux (2) parties doivent comprendre moins de trois (3) concurrentes et au moins deux (2) parties doivent comprendre de quatre (4) à dix (10) concurrentes. La première partie du Combiné Libre peut débiter sur la plage de la piscine ou dans l'eau. Toutes les autres parties doivent débiter dans l'eau. Une nouvelle partie débute où la partie précédente se termine. »</p> <p><b>Réglementation spécifique FFN :</b></p> <p><b>3. Pas de remplaçante.</b></p> <p><b>4. Partie groupe (durée : 1 min 15 avec 5 sec de tolérance en moins)</b>  Toutes les nageuses engagées (effectif complet du ballet) doivent nager ensemble. Cette partie se déroule dans l'eau et ne peut donc débiter sur la plage de départ ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'identification du début de séquence sera facilitée par une sortie collective en surface (sortie rétro ou poussée rétro).</li> <li>• la partie groupe devra être réalisée <u>au début du ballet</u>, bien sûr si un sol existe la partie groupe commencera après l'entrée dans l'eau. Un porté est aussi permis avant le début de la partie groupe</li> <li>• Les éléments doivent être identiques, exécutés simultanément par tous les membres de l'équipe. Les nageuses peuvent avoir des directions différentes dans les formations ou lors de changements de formation à condition que les mouvements soient identiques (même bras, même jambe, même tête...) et exécutés simultanément.</li> </ul> <p>Tout mouvement acrobatique et cascade seront placés en dehors de cette partie</p>	<b>Durée : 3'30 (+ou- 15 sec)</b>
----------------	--	---------------------------------------

## CLASSEMENT ET PODIUM

Les 3 premières nageuses seront récompensées pour les épreuves individuelles.

Les 3 premiers ballets par catégorie seront récompensés.

Une finale par catégorie sera organisée avec 6 ballets. Si 6 ballets ou moins sont engagés lors des éliminatoires cette compétition sera requalifiée en finale directe.

Si les ballets qualifiés pour la finale déclarent forfait pour cette dernière et que moins de 4 ballets sont présents, la finale sera annulée et la compétition de qualification sera requalifiée en finale directe.

# CHALLENGE NEPHELIANE HIVER

Ces épreuves ne rentrent pas dans le classement National des Clubs

## DATE

1<sup>er</sup> DECEMBRE 2013

## PUBLIC CONCERNE

Nageuses âgées de 15 ans et moins (99 et après)  
Le surclassement est autorisé à condition d'être dans le niveau de pratique dans la saison en cours.

## CATEGORIES D'AGE

BENJAMINES

Nageuses nées en 2002 et après

ESPOIRS

Nageuses nées 2002, 2001, 2000, 1999

## CONDITIONS D'ACCES

Etre titulaire du Pass'compétition

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
Voir calendrier régional	BENJAMINES	Imposées	Challenge HIVER	Epreuves individuelles : cf page 5 du règlement CIF Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
	ESPOIRS	Imposées		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES
BENJAMINES	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Barracuda (301)</li><li>Ballet.leg simple (101)</li></ul> Notation FINA
ESPOIRS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Ariane (423)</li><li>Barracuda vrille 360° (301<sup>o</sup>)</li></ul> Notation FINA

## EPREUVE DE SOUPLESSE

Les écarts antéropostérieurs et facial seront mesurés au sol

## EPREUVE DE NATATION

Les benjamines seront évaluées sur un 100 N L,

Les espoirs seront évaluées sur un 200 NL

La grille de temps sera communiquée en début de saison et l'épreuve de natation permettra d'obtenir un bonus sur le classement général

## CLASSEMENT ET PODIUM

Un classement par année d'âge sera effectué pour les figures imposées, les 3 meilleures nageuses seront récompensées.

Les nageuses les plus souples seront récompensées par diplôme.

Un classement général sera réalisé avec les résultats comprenant : les figures imposées, les bonus de natation course, la souplesse.

Les 3 premières nageuses par catégorie (benjamine, espoir) du classement général seront récompensées.

Cette compétition fera partie des moyens de sélection des collectifs régionaux.

# CHALLENGE NEPHELIANE D'ETE

Ces épreuves ne rentrent pas dans le classement National des Clubs

## DATE

7 & 8 JUIN 2014

## PUBLIC CONCERNE

Nageuses âgées de 15 ans et moins (99 et après)  
Le surclassement est autorisé à condition d'être dans le niveau de pratique dans la saison en cours.

## CATEGORIES D'AGE

BENJAMINES

Nageuses nées en 2002 et après

ESPOIRS

Nageuses nées 2002, 2001, 2000, 1999

## CONDITIONS D'ACCES

- Etre titulaire du pass'compétition
- Les nageuses peuvent ne participer qu'aux épreuves techniques
- Pour les duos (des nageuses de deux années d'âge différentes pourront être associées)
- Les nageuses de 10 ans et moins pourront ne participer qu'à l'épreuve de ballet combiné si elles le désirent

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
Voir calendrier régional	BENJAMINES	IMPOSEES	Challenge Néphéliane	Epreuves individuelles : cf page 5 du règlement CIF Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
		BALLETS		
	ESPOIRS	IMPOSEES		
		BALLETS		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	
BENJAMINES	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Barracuda (301)</li> <li>• Ballet.leg simple (101)</li> </ul> 1 groupe optionnel <ul style="list-style-type: none"> <li>• Coup de pied à lune (311)</li> <li>• Promenade avant (360)</li> </ul> Notation FINA	Solo (uniquement 2004 et moins)	2'00
		Duo	2'30
		Equipe	3'00
		Combiné	entre 3'00 & 3'30
ESPOIRS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ariane (423)</li> <li>• Barracuda vrille 360° (301<sup>9</sup>)</li> </ul> +1 tirage au sort selon les 3 groupes optionnels FINA	Solo	2'15
		Duo	2'45
		Equipe	3'30
		Combiné	entre 3'00 & 3'30

## CLASSEMENT ET PODIUM

Les 3 premiers ballets seront récompensés par année d'âge :

- Un classement solo 100 % ballet
- Un classement duo 100 % ballet (un classement sera étudié par la Commission Régionale en fonction des engagements)
- Un classement 100% ballet combiné (un classement sera étudié par la Commission Régionale en fonction des engagements)

Les 3 premières nageuses seront récompensées, et ce par année d'âge pour les figures imposées :

- classement 100% imposées

Cette compétition fera partie des moyens de sélection pour les collectifs régionaux.

# TOURNOI ILE DE FRANCE AUTOMNE

Ce tournoi ne rentre pas dans le classement National des Clubs

## DATE

16 & 17 NOVEMBRE 2013

## PUBLIC CONCERNE

Le Tournoi Ile de France d'Automne est une étape de préparation pour les nageuses qui se préparent aux Championnats d'Hiver Elite et aux Journées Techniques d'Hiver.

Les Journées d'Automne se dérouleront durant le Tournoi d'Ile de France et seront qualificatives (avec quota par inter-région) aux Championnats d'Hiver Elite pour les solistes.

Toutefois, les solistes déjà qualifiés aux Championnats Hiver Elite lors de la saison N.1 peuvent participer à cette compétition sans remettre en cause leur qualification.

## CATEGORIES D'AGE

ESPOIRS	12, 13, 14, 15 ans (2002, 2001, 2000, 1999)
JUNIORS	15, 16, 17, 18 ans (1999, 1998, 1997, 1996)
SENIORS	19 et ans plus (95 et avant)

## CONDITIONS D'ACCES

Idem conditions d'accès FINA et Performance FFN d'Hiver

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
<b>Voir calendrier régional</b>	ESPOIRS	Imposées	Tournoi Automne	Epreuves individuelles et de ballet : cf page 5 du règlement CIF + engagement Extranat (attention compétition FFN) Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
		Solo		
	JUNIORS	Imposées		
		Solo		
	SENIORS	Solo		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES
ESPOIRS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ariane (423)</li> <li>• Barracuda vrille 360° (301)</li> </ul>	Solo 1'30 (1 partie de solo) Tolérance 5 sec en plus ou en moins
JUNIORS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Barracuda grand écart aérien (308)</li> <li>• Marsouin tour vrille (355g)</li> </ul>	Solo 1'30 (1 partie de solo) Tolérance 5 sec + ou .
SENIORS	Pas d'épreuves techniques	Solo 1'30 (pour les nageuses en préparation des journées techniques) Tolérance 5 sec en plus ou en moins  Solo technique 2'00 (pour les nageuses en préparation pour les championnats Hiver Elite) Tolérance 15 sec en plus ou en moins

## CLASSEMENT ET PODIUM

Un classement sera effectué par catégorie.

Le classement par niveau de préparation aux compétitions sera étudié par la Commission Régionale en fonction des engagements.

Classement 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges pour les catégories Espoirs et Juniors

Classement 50% Epreuves Libres et 50 % Epreuves imposées pour les catégories Espoirs et Juniors.

Classement 100% solos libres ou 100% solos techniques pour la catégorie Séniors

# JOURNEES TECHNIQUES D'HIVER

## DATE

8 & 9 FEVRIER 2014

## PUBLIC CONCERNE

Espoirs, Juniors, Séniors

## CATEGORIES D'AGE

ESPOIRS	12, 13, 14, 15 ans (2002, 2001, 2000, 1999)
JUNIORS	15, 16, 17, 18 ans (1999, 1998, 1997, 1996)
SENIORS	19 et ans plus (95 et avant)

## CONDITIONS D'ACCES

Les nageuses ayant évolué en solo et en figures imposées aux Championnats d'Hiver Elite sont autorisées à nager aux JTH dans toutes les épreuves proposées. Cependant elles figureront hors classement sur les épreuves déjà nagées aux Championnats Hiver Elite.

Niveau Performance, National, Elite (les nageuses peuvent se présenter uniquement aux épreuves imposées).

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
<b>Voir calendrier régional</b>	ESPOIRS	Imposées	JTH	Epreuves individuelles et de ballet : cf page 5 du règlement CIF + engagement Extranat (attention compétition FFN) Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
		Solo		
	JUNIORS	Imposées		
		Solo		
	SENIORS	Solo		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES
ESPOIRS	<p><b>2 figures obligatoires :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ariane (423)</li> <li>• Barracuda vrille 360° (301)</li> </ul> <p>+ 1 groupe optionnel : <b>GROUPE 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Albatros ½ tour (240a)</li> <li>• Grand Ecart Facial (346)</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Solo 1'30 (1 partie de solo) Tolérance 5 sec en plus ou moins</p> <p style="text-align: center;">Duo 1'30 (1 partie du duo) Tolérance 15 sec en plus ou moins</p> <p style="text-align: center;">Equipe 2'00 (1 partie de ballet) Tolérance 15 sec en plus ou en moins</p>
JUNIORS	<p><b>2 figures obligatoires :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Barracuda Grand Ecart Aérien (308)</li> <li>• Marsouin tour vrille (355g)</li> </ul> <p>+ 1 groupe optionnel <b>GROUPE 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ibis Vrille Continue 720° (112 f)</li> <li>• Jupiter (325)</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Solo 1'30 (1 partie de solo) Tolérance 5 sec en plus ou en moins</p> <p style="text-align: center;">Duo 1'30 (1 partie du duo) Tolérance 15 sec en plus ou moins</p> <p style="text-align: center;">Equipe 2'00 (1 partie de ballet) Tolérance 15 sec en plus ou en moins</p>
SENIORS & TOUTES CATEGORIES	Pas d'épreuve technique	<p style="text-align: center;">Solo libre 1'30 Tolérance 5 sec en plus ou en moins</p> <p style="text-align: center;">Duo libre 1'30 (1 partie du duo) Tolérance 15 sec en plus ou moins</p> <p style="text-align: center;">Combiné 2'00 (1 partie de ballet) Tolérance 15 sec en plus ou moins</p>

## CLASSEMENT ET PODIUM

Un classement sera effectué par catégorie.

Classement 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges pour les catégories Espoirs et Juniors

Classement 50% Epreuves Libres et 50 % Epreuves imposées pour les catégories Espoirs et Juniors.

Classement 100% solos libres, 100% duo libre, 100% ballet combiné pour les séniors et toutes catégories.

# TOURNOI ILE DE FRANCE DE PRINTEMPS & TIRQ

Ce tournoi ne rentre pas dans le classement National des Clubs

## DATE

29 & 30 mars 2014

5 & 6 AVRIL 2014

## PUBLIC CONCERNE

Le Tournoi Ile de France de Printemps est une étape de préparation pour les nageuses qui se préparent aux Compétitions Performance, Nationales ou Elites

Le Tournoi Inter-régionale de Qualification (TIRQ) se déroulera durant le Tournoi Ile de France de Printemps et permettra la qualification (avec quota par inter-région) au Championnat National 1 Juniors/Séniors pour les duos.

Toutefois les duos de Clubs déjà qualifiés sur la saison N.1 au Championnat National ou Elite lors de la saison N.1 peuvent participer à ce tournoi sans remettre en cause leur qualification.

## CATEGORIES D'AGE

ESPOIRS	12, 13, 14, 15 ans (2002, 2001, 2000, 1999)
JUNIORS	15, 16, 17, 18 ans (1999, 1998, 1997, 1996)
SENIORS	19 et ans plus (95 et avant)
TOUTES CATEGORIES	15 ans et plus (99 et avant)

## CONDITIONS D'ACCES

Idem conditions d'accès FINA et Performance FFN d'Eté

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
<b>Voir calendrier régional</b>	ESPOIRS	Imposées	Tournoi Printemps	Epreuves individuelles et de ballet : cf page 5 du règlement CIF + engagement Extranat (attention compétition FFN) Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 7 du règlement CIF
		Ballets		
	JUNIORS	Imposées		
		Ballet		
TOUTES CATEGORIES	Combiné			

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	NIVEAU PRATIQUE	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES		
ESPOIRS	National/Elite	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ariane (423)</li> <li>• Barracuda vrille 360° (301)</li> </ul> + 1 tirage au sort selon les 3 groupes optionnels FINA	Solo	2'15	
			Duo	2'45	
			Equipe	3'30	
JUNIORS	Performance/ National/Elite	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Barracuda Grand Ecart Aérien (308)</li> <li>• Marsouin tour vrille (355g)</li> </ul> + 1 tirage au sort selon les 3 groupes optionnels FINA	Solo	2'30	
			Duo	3'00	
			Equipe	4'00	
SENIORS	Performance	Pas d'épreuve technique		Solo	2'30
		Duo	3'00		
	National/Elite	Solo technique	2'00	Solo	2'30
		Duo technique	2'20	Duo	3'00
TOUTES CATEGORIES	Performance	Pas d'épreuve technique		Combiné (règlement FINA)	4'30
	National/Elite				

**Attention : Les nageuses ont la possibilité de nager en duo au TIRQ et en N3 si elles ne sont pas qualifiées pour le niveau National 1.**

## CLASSEMENT ET PODIUM

Un classement sera effectué par catégorie.

Un classement par niveau de préparation aux compétitions sera étudié par la Commission Régionale en fonction des engagements.

Classement 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges pour les catégories Espoirs et Juniors

Pour les épreuves libres en Espoirs et Juniors un classement 50% Ballets libres et 50 % Imposées  
Pour les Séniors : 100 % ballets techniques 100% ballets libres

# CHAMPIONNATS INTERREGIONAUX ETE N3

## DATE

24 & 25 MAI 2014

## PUBLIC CONCERNE

Nageuses de 15 ans et plus

## CATEGORIES D'AGE

JUNIORS	15, 16, 17, 18 ans (1999, 1998, 1997, 1996)
SENIORS	19 et ans plus (95 et avant)
TOUTES CATEGORIES	15 ans et plus (99 et avant)

## CONDITIONS D'ACCES

Idem conditions compétitions Performance FFN Eté N3

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
<b>Voir calendrier régional</b>	JUNIORS	Imposées	N3	Epreuves individuelles et de ballet : cf page 5 du règlement CIF + engagement Extranat (attention compétition FFN) Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
		Epreuves Libres		
	SENIORS	Epreuves Libres		
	TC	Combiné		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	
JUNIORS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Barracuda Grand Ecart Aérien (308)</li> <li>Marsouin tour ville (355g)</li> </ul> + un groupe tiré au sort entre le 1 & 3	Solo	2'30
		Duo	3'00
		Equipe	4'00
SENIORS	Pas d'épreuves Techniques	Solo	2'30
		Duo	3'00
TOUTES CATEGORIES	Combiné (règlement FINA)		4'30

**Les nageuses ont la possibilité de nager en duo au TIRQ et en N3 si elles ne sont pas qualifiées pour le niveau National 1.**

## CLASSEMENT ET PODIUM

Pour les Juniors un classement 100% Imposées sera réalisé par groupe de 2 années d'âge.

Pour les épreuves libres Juniors un classement 50% Ballets libres et 50 % Imposées

Pour les Séniors : 100% ballets libres et toutes catégories.

<b>COUPE PROMOTION</b>			
<b>DATE</b>			
31 MAI et 01 JUIN 2014			
<b>PUBLIC CONCERNE</b>			
Nageuses de 13 ans et plus			
<b>CATEGORIES D'AGE</b>			
13, 14, 15, 16 ans (01, 00, 99, et 98)			
15 et plus (99 et avant)			
Toutes Catégories Toutes les nageuses à partir de 13 ans peuvent avoir accès à cette catégorie, peu importe l'âge des nageuses. Les clubs possédant peu d'effectif dans chaque catégorie d'âge pourront mélanger les années comme ils le désirent			
<b>CONDITIONS D'ACCES</b>			
Aucune			
<b>PROCEDURES D'ENGAGEMENT</b>			
<b>DATE ENGAGEMENT</b>	<b>CATEGORIE</b>	<b>FORMULAIRE</b>	<b>PROCEDURE</b>
Voir calendrier régional	13/16 ans	PROMOS	Epreuves de ballet : cf page 5 du règlement CIF Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
	15 ans et plus		
	Toutes catégories		
<b>CONTENU DES EPREUVES</b>			
<b>CATEGORIES</b>	<b>EPREUVES</b>		<b>TEMPS DU BALLE</b>
13, 14 et 15, 16 ans	Ballet combiné		3'00
15 et plus			3'30
Toutes catégories			3'30
<p>Règlementation et notation FINA : Règlementation du ballet combiné selon la règle SS 13.2 de la FINA :</p> <p>Le combiné libre comporte un maximum de dix (10) concurrentes qui exécutent une combinaison de solos, duos, trios et d'équipe. Au moins deux (2) parties doivent comprendre moins de trois concurrentes et au moins deux parties doivent comprendre de quatre (4) à dix (10) concurrentes (2 remplaçantes sont autorisées)</p> <p>La première partie du ballet peut débiter sur la plage de la piscine ou dans l'eau et toutes les autres parties doivent débiter dans l'eau. Une nouvelle partie débute où la partie précédente se termine.</p>			
<b>CLASSEMENT ET PODIUM</b>			
<p>Les 3 premiers ballets seront récompensés.</p> <p>Une finale par catégorie sera organisée avec 6 ballets. Si 6 ballets ou moins sont engagés lors des éliminatoires cette compétition sera requalifiée en finale directe</p> <p>Si les ballets qualifiés pour la finale déclarent forfait pour cette dernière et que moins de 4 ballets sont présents, la finale sera annulée et la compétition de qualification sera requalifiée en finale directe.</p>			

## VIII – CLASSEMENT DU FUTUR

### CLASSEMENT DU FUTUR

Le classement 2013 sera réalisé grâce à la saison 2012/2013 et prendra en compte :

- Le nombre de validations en socle cycle 1 et 2
- Les résultats du Challenge Néphéliane
- Un bonus pour participation effective aux collectifs régionaux.

Les 8 premiers clubs classés seront récompensés de leur effort de formation :

*1<sup>er</sup> club : 500 €*  
*2<sup>ème</sup> club : 410 €*  
*3<sup>ème</sup> club : 325 €*  
*4<sup>ème</sup> club : 245 €*  
*5<sup>ème</sup> club : 245 €*  
*6<sup>ème</sup> club : 165 €*  
*7<sup>ème</sup> club : 165 €*  
*8<sup>ème</sup> club : 165 €*

Pour valoriser les clubs ainsi récompensés, les chèques seront remis au cours de l'Assemblée Générale annuelle du C.I.F. aux représentants des clubs présents. Les clubs absents ne seront pas récompensés.

## IX . FORMATION

### A . FORMATION DES OFFICIELS

Le CIF organise 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.

Des formations pour ces examens sont prévues régulièrement.

Les dates et les lieux de formation et d'examens vous seront fournis à la rentrée sportive 2013.

**FORMATION et EXAMEN D'OFFICIELS B & C LE 1<sup>er</sup> DECEMBRE 2013 (MATIN)**

### B . FORMATION DES ENTRAINEURS

Les dates, lieux et modalités d'inscription vous seront fournis à la rentrée sportive

## ORGANISATION D'UN COLLOQUE REGIONAL LE 19 OCTOBRE 2013

**Lisez chaque semaine le bulletin du CIF, et/ou consultez les sites Internet :**

<http://www.ffnatation.fr>

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

## X . COMMISSION REGIONALE D'ILE DE FRANCE DE NATATION SYNCHRONISEE

Président	Pascal NOIREZ	13 allée de la Saussaie 77220 PRESLES EN BRIE	06.32.23.99.03	pnoirez@aol.com
Membre	Gisèle CROUZILLES	34 Impasse Sainte Colombe 94550 CHEVILLY LA RUE	06.03.12.19.86 01.45.60.45.31	ygrenadine@aol.com
Membre	Laurence DOISNEAU	23 Villa Robert Schuman 91850 ETRECHY	06.87.58.64.16	doisneau.laurence@bbox.fr
Membre	Marie-France DECROIX	20 Rue des trois cèdres 95000 CERGY	06.03.28.65.01	marie.decroix@sfr.fr
Membre	Martine ESTEVES	10 Bd du Général de Gaulle 92380 GARCHES	06.70.45.80.76 01.47.41.98.42	martinesteves@hotmail.fr
Membre	Paule LACROIX	27 Avenue Henri Bergson 92380 GARCHES	06.81.96.37.94 01.47.41.83.32	paule.lacroix@wanadoo.fr
Membre	Marie-Christine MONGIAT	12 Résidence Bel Ebat 78 LA CELLE ST CLOUD	06.61.79.71.80 01.30.82.71.80	mc.mongiat@bbox.fr
Membre	Corinne NOIREZ	13 allée de la Saussaie 77220 PRESLES EN BRIE	XXXXXXXX	pnoirez@aol.com

Gestion	Nathalie LAVOUX	Comité Ile de France 163 boulevard Mortier 75020 PARIS	01.40.31.19.53	nat.synchro@cif-natation.fr
---------	-----------------	--	----------------	-----------------------------



75	LES MOUETTES DE PARIS	synchromdp@gmail.com	06.28.82.21.55
	STADE FRANCAIS	juliettejuju@hotmail.com secretariat@stadesynchro.org	06.63.83.55.43
	3 <sup>ème</sup> C.A.S.C. arrondissement	comiteaction.sportivetrois@wanadoo.fr	01.42.77.12.07
	PARIS AQUATIQUE	synchro@parisaquatique.org	06.12.80.74.82

77	DAUPHINS DU CENTRE BRIE	moutonceline@wanadoo.fr	06.32.39.32.26
	LES SIRENES D'OZOIR	l.calmin@free.fr	06.60.21.65.45
	AQUARINES PONTAULT	pnoirez@aol.com	06.32.23.99.03
	U.S. VAIRES	saturnin.elo@wanadoo.fr	06.03.49.35.08
		cecilia.gagneux@gmail.com	06.12.29.66.35
LE MEE NATATION	<a href="mailto:misaia@neuf.fr">misaia@neuf.fr</a>		

78	VELIZY NATATION SYNCHRONISEE	velizynatsynchro@gmail.com	
	C.N.O. ST GERMAIN LE PECQ	orielafin@yahoo.fr	
	A.S. DU MESNIL ST DENIS	jjlrfamille@hotmail.com	01.34.61.16.84
	C.N. PLAISIR	club.nata.plaisirois@free.fr	01.30.54.70.00 06.61.99.51.06
	C.N. MEULAN	guillaume.chambord@club-internet.fr	06.60.45.13.35

91	ASCE DAUPHINS	synchro_corbeil@hotmail.fr	06.14.87.77.32
	C.N. BRUNOY 91	martinedrean@orange.fr	06.66.34.94.76
	C.A. ORSAY	orsay.synchro@gmail.com	
	E.S. MASSY	synchromassy@aol.com	01.69.20.16.08 06.86.97.83.02

92	GARCHES AQUA'SPORTS	julizze@hotmail.com martinesteves@hotmail.fr	01.47.41.98.42 06.70.45.80.76
	LES NYMPHEAS RUEIL MALMAISON	g.rulliere@free.fr	
	SURESNES SPORTS NAUTIQUES	valerie.gaudedasilva@free.fr	01.47.28.91.60 06.15.10.29.00
		suresnes.snautiques@wanadoo.fr	
	OLYMPIC GARENNOIS	g.rulliere@free.fr	01.72.42.45.70 06.87.91.15.04
	C.O. SEVRES	vmarlart@noos.fr	01.45.34.58.51

93	A.S. BONDY	catsynchro@gmail.com	06.85.21.88.91
	JA DRANCY	mchastagner@yahoo.fr	06.72.98.65.56
	CS VILLETANEUSE	csvnatsynchro@gmail.com	06.76.71.63.78

94	V.G.A. SAINT MAUR	sportsdeauvga@gmail.com jcmantey@live.fr	
	CSA KREMLIN BICETRE	natationcsakb.president@gmail.com	06.73.18.92.98
	VILLIERS SPORTS JEUNESSE	vsj.natsynchro@orange.fr	
	U.S. ALFORTVILLE NATATION	usanatation@aol.com	01.43.75.49.00
	ELAN CHEVILLY.LARUE	noemie.lone@wanadoo.fr	06.63.82.27.38

95	ERMONT NAT. ARTISTIQUE	natsynchro.ermont@gmail.com	06.25.04.25.71
	ASAN CERGY NAT. SYNCHRO	cergy.natsynchro@wanadoo.fr	06.18.34.19.05
	ERAGNY AQUATIQUE CLUB	eragnyaquatiqueclub@free.fr	Piscine : 01.34.64.15.06
	C.S.V.O. MONTMORENCY	erickirchberg@wanadoo.fr	01.34.12.98.31

# Nos partenaires :



# VIBRA'SON