

# PROGRAMME SPORTIF RÉGIONAL 2025-2026

- NATATION COURSE
- NATATION MAÎTRES



Pour toutes les compétitions régionales individuelles :  
Chaque club ayant au moins 5 nageurs est tenu de fournir un officiel par réunion.  
Chaque club ayant au moins 10 nageurs est tenu de fournir deux officiels par réunion.

Pour toutes les compétitions régionales par équipe :  
Chaque club est tenu de fournir au moins un officiel

## CHAMPIONNATS RÉGIONAUX DEMI-FOND

Date		Dimanche 12 octobre 2025		
Bassin		25 m x 6 lignes	extraNat	Engagements du 30/09/25 au 07/10/25
Catégorie	♂	Toutes catégories	Lieu	SALBRIS
	♀	Toutes catégories		
Note		Type compétition extraNat : Championnat de Ligue		

Dimanche 12 octobre 2025	
Ouverture des Portes : 08h15	Ouverture des Portes : 14h00
Début des Epreuves : 09h30	Début des Epreuves : 15h00
800 NL dames	800 NL messieurs
1500 NL messieurs	1500 NL dames
400 4N dames	400 4N messieurs

### ◆ Modalités de participation :

- Cette compétition est ouverte à tous les nageurs Juniors et Séniors (filles et garçons 14 ans et plus) sous condition d'avoir réalisé au moins un temps de la grille de qualification régionale entre le 1<sup>er</sup> janvier 2024 au 5 octobre 2025 à partir des performances enregistrées dans la base extraNat :
- Les séries seront nagées toutes catégories confondues et classement au temps.
- Les nageurs qualifiés pourront s'engager sur toutes les épreuves.
- En fonction du nombre d'engagés, l'organisateur s'autorise à doubler les séries.
- Les engagements des nageurs n'ayant pas de temps de référence devront parvenir par mail à la ligue avant 7 octobre.

### ◆ Récompenses :

- Les 3 premiers de chaque épreuve par catégorie (J1/J2 & J3 et +) seront récompensés.

### GRILLE DE QUALIFICATIONS

24<sup>ème</sup> au 400 4N, 18<sup>ème</sup> au 800 NL & 12<sup>ème</sup> au 1500 NL

FILLES	EPREUVE	GARCONS
11 :13.98	800 NL	10 :42.22
23 :09.96	1500 NL	20 :40.71
6 :20.22	400 4 N	6 :06.88

# CHAMPIONNATS RÉGIONAUX INTERCLUBS

Toutes Catégories

Date		Mardi 11 novembre 2025		
Bassin		25 m x 8 lignes	extraNat	Engagements du 31/10/25 au 7/11/25
Catégorie	♂	Toutes catégories	Lieu	CHARTRES
	♀	Toutes catégories		
Note		Type compétition extraNat : Championnat de Ligue Interclubs TC (15)		

## Mardi 11 novembre 2025

Ouverture des Portes : 08h15	Ouverture des Portes : 14h00
Début des Epreuves : 09h30	Début des Epreuves : 15h00
DEFILE DES EQUIPES	4 x 200 NAGE LIBRE Messieurs
10 x 50 NAGE LIBRE Dames	200 DOS Dames
10 x 50 NAGE LIBRE Messieurs	100 DOS Messieurs
100 DOS Dames	200 BRASSE Dames
200 DOS Messieurs	100 BRASSE Messieurs
100 BRASSE Dames	400 NAGE LIBRE Dames
200 BRASSE Messieurs	100 NAGE LIBRE Messieurs
100 NAGE LIBRE Dames	200 PAPILLON Dames
400 NAGE LIBRE Messieurs	100 PAPILLON Messieurs
100 PAPILLON Dames	200 4 NAGES Dames
200 PAPILLON Messieurs	100 4 NAGES Messieurs
100 4 NAGES Dames	PAUSE 10'
200 4 NAGES Messieurs	4 x 100 4 NAGES Dames
PAUSE 10' course des remplaçants – 100 m au choix	4 x 100 4 NAGES Messieurs
4 x 200 NAGE LIBRE Dames	REMISES DES RECOMPENSES

### ◆ Modalités de participation :

- Les 16 meilleures équipes dames et les 16 meilleures équipes messieurs à l'issue des épreuves 2024 seront qualifiées.
- Déclaration impérative des équipes forfaits au plus tard le 11 octobre 2025, des repêchages auront lieu pour les équipes suivantes jusqu'à la 20<sup>ème</sup> place maximum.
- Après l'épreuve du 10 x 50 NL, aucun changement dans la composition de l'équipe n'est possible.
- Rappel, le port des vêtements techniques (homologués FINA) n'est pas autorisé pour la catégorie Benjamins.

ATTENTION : une équipe qualifiée déclarant forfait pourra participer au niveau départemental mais ne pourra être qualifiée au niveau régional pour les championnats 2026.

### ◆ Classements :

- Pour être classée, une équipe doit comporter 10 nageurs et participer à toutes les épreuves. Chaque nageur doit participer à une épreuve individuelle et au relais 10x50 m.
- Le classement des équipes s'effectue par addition des points à la table de cotation fédérale, la cotation des relais ne sera pas doublée.
- En cas d'égalité, le temps des relais 4 x 200 NL sera pris en compte.

### ◆ Récompenses :

- Les 3 premières équipes dames et messieurs seront récompensées (trophées et médailles).

## LISTE DES ÉQUIPES QUALIFIÉES POUR LES INTERCLUBS NOVEMBRE 2025

DAMES		MESSIEURS	
EN TOURS	14445	EN TOURS	14342
AC BOURGES	13618	AC BOURGES	14316
EC ORLEANS	12620	EC ORLEANS	13255
AN ROMORANTIN	11794	AN ROMORANTIN	13079
OLIVET NATATION INOX	11729	OLIVET NATATION INOX	12931
CNM ST GERMAIN DU PUY	11636	CNM ST GERMAIN DU PUY	12294
AC AMBOISE	11310	CHARTRES MN	12237
USM SARAN	10683	NC CHATEAUROUX	11996
AC BOURGES (2)	10451	AC BOURGES (2)	11857
CN CHINON	9861	US LA CHATRE	11719
CA ST LAURENT	9764	ASN BONNEVAL	11575
US CHAMBRAY	9468	OLIVET NATATION INOX (2)	11101
US VENDOME	9281	US VENDOME	10759
<del>CN ST FLORENT</del>	<del>8930</del>	<del>CND CHATEAUDUN</del>	<del>10448</del>
<del>CN CHATEAUDUN</del>	<del>8604</del>	CHARTRES MN (2)	10180
AN ROMORANTIN (2)	8436	CA ST LAURENT	9924
<b>REMPACANTS ÉVENTUELS</b>			
ASN BONNEVAL	8274	CN CHINON	9740
<del>NC CHATEAUROUX</del>	<del>8205</del>	AN VIERZON	9701
CHARTRES MN	8170	JOUE NATATION	9680
<del>EN TOURS (2)</del>	7545	AAJ BLOIS	9611

## CHALLENGE RÉGIONAL 2025

Date		Samedi 29 & Dimanche 30 novembre 2025		
Bassin		25 m x 8 lignes	extraNat	Engagements du 18 au 25 novembre 2025
Catégorie	♀	Juniors et Séniors : 14 ans & plus (2011 et avant)	Lieu	TOURS
	♂	Juniors et Séniors : 14 ans & plus (2011 et avant)		
Note		Type compétition extraNat : Compétition de ligue diverse (021)		

SAMEDI 29 NOVEMBRE 2025				DIMANCHE 30 NOVEMBRE 2025			
OP : 08h15		OP : 14h00		OP : 08h15		OP : 14h00	
DE : 09h30		DE : 15h00		DE : 09h30		DE : 15h00	
	400 4 NAGES		100 4 NAGES		400 NAGE LIBRE		100 NAGE LIBRE
	50 PAPILLON		200 PAPILLON		50 BRASSE		200 BRASSE
	400 DOS		100 DOS		200 NAGE LIBRE		50 NAGE LIBRE
	200 4 NAGES		400 PAPILLON		100 BRASSE		400 BRASSE
	100 PAPILLON		50 DOS				
	200 DOS						

### ◆ Modalités de participation :

- Cette compétition est ouverte à tous les nageurs Juniors et Séniors (14 ans et plus) sous condition d'avoir été qualifiés sur au moins une épreuve lors des championnats régionaux printemps ou été 2025.
- Les séries seront nagées toutes catégories confondues.

### ◆ Organisation des épreuves :



- Toutes les épreuves se nagent par style.
- 8 séries maximum composeront la 1<sup>ère</sup> distance.
- A l'issue des séries de la 1<sup>ère</sup> distance, trois (ou quatre) séries seront qualifiées pour les quarts (¼) de finales du même style (sur la distance supérieure ou inférieure selon la nage).
- A l'issue des quarts de finales de la 2<sup>ème</sup> distance, deux séries seront qualifiées pour les demies (½) finales du même style (sur la distance supérieure ou inférieure selon la nage).
- A l'issue des séries de la 3<sup>ème</sup> distance, une série sera qualifiée pour la finale du même style (sur la distance supérieure ou inférieure selon la nage).

◆ **Classement complémentaire :**

- Un classement complémentaire sera effectué à la place afin d'inciter les nageurs à performer dès les premières séries :
  - pour chaque course : 6 points au 1<sup>er</sup>, 4 points au 2<sup>ème</sup>, 3 points au 3<sup>ème</sup>, 2 points au 4<sup>ème</sup>, 1 point au 5<sup>ème</sup>

◆ **Récompenses :**

- Pour toutes les épreuves, les trois premiers des épreuves finales, ainsi que les trois premiers des classements aux points.

INTERCLUBS AVENIRS			
Date	Dimanche 14 décembre 2025		
Bassin	25 m x 6 lignes	extraNat	Engagements du 2 au 9 décembre 2025
Catégorie	 <u>Avenirs</u> : 11 ans et moins (2014 et après)	Lieu	BLOIS
	 <u>Avenirs</u> : 11 ans et moins (2014 et après)		
Note	Type compétition extraNat (ligue) : Interclubs Ligue Avenirs (type 197)		

Épreuves individuelles (5 en filles et 5 en garçons)

50 papillon, 50 dos, 50 brasse, 50 nage libre (1 nageur par épreuve) et 100 4 nages => tous les nageurs de chaque équipe nagent cette épreuve. Classements au temps.

Épreuves de relais (2 en filles et 2 en garçons)

4 x 50 4 nages, 4 x 50 nage libre. Chaque nageur dispute les deux relais. Classements au temps.

**NB** : S'agissant d'une compétition par équipes, la règle des deux départs s'applique, conformément aux dispositions particulières de la FFN pour l'application des règlements techniques de la World Aquatics.

DIMANCHE 14 DECEMBRE 2025	
Ouverture des Portes : 08h30	Ouverture des Portes : 14h00
Début des Epreuves : 09h45	Début des Epreuves : 15h00
9 h 30 : DEFILE DES EQUIPES	50 DOS
4 x 50 NAGE LIBRE	50 BRASSE
Course des remplaçants (50 NL)	50 NAGE LIBRE
100 4 NAGES	50 PAPILLON
	Course des remplaçants (100 4N)
	4 x 50 4 Nages

◆ **Modalités de participation :**

- Tout nageur doit impérativement participer à deux épreuves individuelles (un 50 et le 100 4 nages) ainsi qu'aux deux relais.
- Un club peut engager une nouvelle équipe à la seule condition que les précédentes soient complètes.
- Chaque équipe sera composée de quatre nageurs. Toutes les performances seront prises en compte sur le serveur fédéral, quelle que soit la configuration des équipes, classées ou non.
- À l'issue de la première épreuve, aucun changement/remplacement de nageur ne pourra être effectué.
- **Rappel, le port des vêtements techniques (homologués World Aquatics) n'est pas autorisé pour la catégorie Avenirs.**

◆ **Gestion des remplaçants :**

- Deux épreuves réservées aux remplaçants de chaque équipe sera organisée (50 NL le matin et 100 4 Nages l'après-midi).
- Pour éviter toute confusion avec la compétition « officielle », les engagements des remplaçants et les équipes mixtes ou non complètes devront se faire par mail à la Ligue en précisant le club, les nom et prénom du nageurs, les épreuves et temps d'engagement avant le 9 décembre 2025)

◆ **Classements :**

- Pour être classée, chaque équipe doit participer à toutes les épreuves (individuelles et relais) et, dans ce cas, le club peut présenter des équipes 2, 3, 4, etc. Seules les équipes complètes sont comptabilisées pour un classement général. Le classement est établi au cumul des points obtenus à la table de cotation par chaque nageur, les points du relais ne sont pas doublés.

◆ **Récompenses :**

Les 3 premières équipes Filles et les 3 premières équipes Garçons seront récompensées (coupes et médailles).



## CHAMPIONNAT RÉGIONAL OPEN HIVER DES MAÎTRES

Date		Samedi 24 et Dimanche 25 Janvier 2026		
Bassin		25 m x 5 lignes	extraNat	Engagements du 12 au 19 janvier 2026
Catégorie	♀	<u>C1 à C16</u> : 25 ans (2001) et plus	Lieu	VIERZON
	♂	<u>C1 à C16</u> : 25 ans (2001) et plus		
Note		Compétition qualificative aux championnats de France hier des maîtres Type compétition extraNat : <b>Championnat Régional des Maîtres en petit bassin (122)</b>		

Samedi 24 janvier 2026	DIMANCHE 25 JANVIER 2026	
OP : 13h15	OP : 08h00	OP : 13h30
DE : 14h30	DE : 09h15	DE : 14h30
800 NAGE LIBRE	400 NAGE LIBRE	4 x 50 4 NAGES
50 DOS	200 DOS	400 4 NAGES
100 BRASSE	100 4 NAGES	100 NAGE LIBRE
200 4 NAGES	200 BRASSE	50 BRASSE
100 PAPILLON	50 NAGE LIBRE	100 DOS
200 NAGE LIBRE	200 PAPILLON	50 PAPILLON
4 x 50 4 NAGES mixte	4 x 50 NAGE LIBRE	4 x 50 NL mixte
OP = Ouverture des Portes DE = Début des Epreuves		

### ◆ Modalités de participation :

- Engagements sur 3 épreuves individuelles maximum par réunion.
- Les relais mixtes comprennent obligatoirement 2 hommes et 2 femmes.

### ◆ Classements :

- Engagements libres, les séries seront nagées au temps d'engagement et le classement effectué par catégorie.

### ◆ Récompenses :

- Les vainqueurs de chaque épreuve individuelle ou de relais des clubs de la Ligue seront récompensés par catégorie.

### ◆ Catégories fédérales :

- Pour les épreuves individuelles, catégories C1 à C14 (25 ans et plus), pour les relais catégories R1 à R7.

## CHAMPIONNAT INTERCLUBS MAÎTRES

Date		Dimanche 8 Février 2026		
Bassin		25 m x 6 lignes	extraNat	Engagements du 27 janvier au 3 février 2026
Catégorie	♀	<u>C1 à C16</u> : 25 ans (2001) et plus	Lieu	SARAN
	♂	<u>C1 à C16</u> : 25 ans (2001) et plus		
Note		Compétition qualificative aux Championnats de France interclubs Maîtres Type compétition extraNat : <b>Championnat Régional Interclubs des maîtres (56)</b>		

### DIMANCHE 8 FEVRIER 2026

Ouverture des Portes : 09h15	Ouverture des Portes : 13h45
Début des Epreuves : 10h30	Début des Epreuves : 14h30
10 x 50 NAGE LIBRE	200 4 NAGES
100 NAGE LIBRE	100 PAPILLON
50 BRASSE	50 DOS
100 DOS	100 BRASSE
50 PAPILLON	50 NAGE LIBRE
400 NAGE LIBRE	4 x 50 4 NAGES MIXTE

#### ◆ Modalités de participation :

- Chaque équipe sera composée de 10 nageurs ou nageuses du même club (la répartition hommes/femmes au sein des équipes est libre).
- Chaque nageur doit impérativement effectuer au minimum 1 nage individuelle et le relais 10x50 Nage Libre.
- Le relais 4x50 4 Nages est obligatoirement nagé par 2 hommes et 2 femmes.
- La participation est obligatoire pour se qualifier aux Championnats de France Interclubs.

#### ◆ Classements :

- Il n'y a pas de classement par catégorie d'âge. La répartition dans les séries pour une épreuve se fait au temps d'engagement (les hommes et les femmes nagent ensemble).
- Le classement s'effectue d'après les points à la table de cotation affectés d'un coefficient de majoration moyen calculé à partir des records du monde de la catégorie d'âge (cf. spécial règlements). En cas d'égalité, le temps du relais 10 x 50 Nage Libre sera pris en compte.

#### ◆ Récompenses :

- Les trois premières équipes seront récompensées (coupes et médailles)

**ATTENTION :** La participation aux poules de qualification régionale implique une obligation de déclarer la décision de chaque équipe concernant la participation (ou pas) à la finale nationale sur l'espace extraNat de chaque club du

# CHAMPIONNAT RÉGIONAL DE PRINTEMPS

(web-confront@tion)

Date		Samedi 21 mars et Dimanche 22 mars 2026		
Bassin		50 m x 8 lignes	extraNat	Engagements du 10 au 17 mars 2026
Catégorie	♀	Toutes catégories :	Lieu	TOURS
	♂	Toutes catégories :		
Note		Type compétition extraNat : Championnats de Ligue Printemps-Eté grand bassin - Web Confront@tion (323)		

SAMEDI 21 MARS 2026				DIMANCHE 2 MARS 2026			
OP : 08h00		OP : 14h30		OP : 08h00		OP : 14h00	
DE : 09h30		DE : 15h30		DE : 09h30		DE : 15h00	
SÉRIES	200 BRASSE	SÉRIES	800 NAGE LIBRE (Séries finales)	SÉRIES	50 PAPILLON	S	1500 NAGE LIBRE (Séries finales)
	50 NAGE LIBRE		200 BRASSE		200 DOS		50 PAPILLON
	100 PAPILLON	FINALES	50 NAGE LIBRE		200 4 NAGES	FINALES	200 DOS
	200 NAGE LIBRE		100 PAPILLON		400 NAGE LIBRE		200 4 NAGES
	50 BRASSE		200 NAGE LIBRE		100 BRASSE		400 NAGE LIBRE
	100 DOS		50 BRASSE		200 PAPILLON		100 BRASSE
	400 4 NAGES		100 DOS		50 DOS		200 PAPILLON
	800 NL (Premières séries)		400 4 NAGES		100 NAGE LIBRE		50 DOS
OP = Ouverture des portes DE = Début des Epreuves		RELAIS 4 X 100 NL Mixte		1500 NAGE LIBRE (Premières séries)		100 NAGE LIBRE	

## ◆ Modalités de participation :

- Cette compétition est ouverte à tous les nageurs sous condition d'avoir réalisé **au moins un temps** de la grille de qualification durant la période du 1<sup>er</sup> janvier 2025 au 15 mars 2026 à partir des performances tous bassins enregistrées dans la base extraNat.
- Pour les relais, application de la règle fédérale (2 qualifiés = 1 relais, 6 qualifiés = 2 relais).
- Les séries seront nagées toutes catégories confondues et classement au temps.
- Les nageurs et nageuses pourront également s'engager sur toutes les épreuves, sous réserve de participer à l'épreuve ayant permis la qualification.
- Les nageurs n'ayant pas de performance enregistrée pour les épreuves complémentaires devront envoyer ces engagements via un mail adressé à la Ligue avant le 10 mars 2026

◆ Organisation des finales :

- Finales A toutes catégories, B réservées aux nageurs U16 pour les 50, 100, 200 et 400 mètres.
- Pour les 800 et 1500 Nage Libre classement au temps.

◆ Récompenses :

- Pour les épreuves de 50, 100, 200 et 400 mètres, les trois premiers de chaque finale.
- Pour les épreuves 800, 1500 Nage Libre les 3 premiers TC et les 3 premiers U16.
- Les premiers de chaque épreuve se verront décerner le titre de champion(ne) régional du Centre-Val de Loire.

Performances à réaliser bassin de 25m								
DAMES					MESSIEURS			
U14 (2012 & après)	U16 (2010 & après)	U18 (2008 & après)	Seniors (TC)		U14 (2012 & après)	U16 (2010 & après)	U18 (2008 & après)	Seniors (TC)
00:33.25	00:31.71	00:29,92	00:29,32	50 NL	00:29,96	00:28.08	00:26,5	00:25,96
01:12.81	01:09.48	01:05,55	01:04,24	100 NL	01:05,84	01:01.70	00:58,2	00:57,04
02:37.01	02:29.82	02:21,35	02:19,94	200 NL	02:25,74	02:16.59	02:08,9	02:07,56
05:31.39	05:16.20	04:58,29	04:52,32	400 NL	05:05,77	04:46.57	04:30,3	04:24,90
11:25.13	10:53.71	10:16,67	10:10,50	800 NL	10:38,32	09:58.22	09:24,3	09:12,97
21:46.62	20:46.73	19:36,10	19:24,34	1500 NL	20:26,85	19:09.84	18:04,6	17:42,91
00:37.41	00:35.66	00:33,62	00:32,95	50 DOS	00:33,80	00:31.63	00:29,8	00:29,21
01:21.31	01:17.57	01:13,14	01:11,68	100 DOS	01:13,42	01:08.79	01:04,9	01:03,56
02:55.64	02:47.55	02:38,03	02:36,45	200 DOS	02:39,53	02:29.48	02:20,9	02:19,54
00:42.49	00:40.36	00:38,58	00:37,81	50 BRA	00:39,08	00:35.63	00:33,6	00:32,95
01:32.70	01:28.46	01:23,44	01:21,77	100 BRA	01:26,03	01:18.65	01:14,2	01:12,71
03:16.58	03:09.45	02:58,69	02:56,90	200 BRA	03:08,25	02:52.07	02:41,7	02:40,10
00:36.13	00:34.48	00:32,54	00:31,89	50 PAP	00:32,50	00:30.47	00:28,7	00:28,17
01:21.06	01:17.35	01:13,00	01:11,54	100 PAP	01:12,56	01:08.02	01:04,2	01:02,91
03:14.53	02:56.12	02:48,03	02:46,35	200 PAP	03:00,39	02:34.10	02:25,7	02:24,27
01 :25.50	01 :21.49	01:17,51	01:15,96	100 4N	01:18,23	01 :14.65	01:10,4	01:09,00
02:58.21	02:50.06	02:40,46	02:38,86	200 4N	02:45,06	02:34.73	02:26,0	02:24,50

Performances à réaliser bassin de 50m								
DAMES					MESSIEURS			
U14 (2012 & après)	U16 (2010 & après)	U18 (2008 & après)	Seniors (TC)		U14 (2012 & après)	U16 (2010 & après)	U18 (2008 & après)	Seniors (TC)
00:33.95	00:32.41	00:30,62	00:30,01	50 NL	00:30,66	00:28.78	00:27,2	00:26,65
01:14.01	01:10.68	01:06,75	01:05,42	100 NL	01:07,34	01:03.20	00:59,7	00:58,51
02:39.91	02:32.72	02:24,25	02:22,81	200 NL	02:29,34	02:20.19	02:12,5	02:11,13
05:37.59	05:22.40	05:04,69	04:58,60	400 NL	05:13,47	04:54.27	04:38,0	04:32,45
11:38.03	11:06.61	10:29,57	10:23,27	800 NL	10:54,22	10:14.12	09:40,2	09:34,36
22 :11.12	22:11.23	20:00,60	19:48,59	1500 NL	20:56,95	19:40.04	18:34,8	18:23,65
00:38.71	00:36.96	00:34,92	00:34,22	50 DOS	00:35,30	00:33.13	00:31,3	00:30,68
01 :23.61	01:19.87	01:15,44	01:13,93	100 DOS	01:16,42	01:11.79	01:07,9	01:06,50
03 :01.04	02:52.95	02:43,43	02:41,80	200 DOS	02:46,43	02:36.38	02:27,8	02:26,37
00:43.19	00:41.06	00:39,28	00:38,49	50 BRA	00:40,19	00:36.73	00:34,7	00:34,03
01:34.60	01:30.36	01:25,34	01:23,63	100 BRA	01:28,53	01:21.15	01:16,7	01:15,16
03:21.08	03:13.95	03:03,19	03:01,36	200 BRA	03:14,15	02:57.97	02:47,6	02:45,94
00:36.73	00:35.08	00:33,14	00:32,48	50 PAP	00:33,20	00:31.17	00:29,5	00:28,86
01:22.46	01:18.75	01:14,40	01:12,91	100 PAP	01:13,96	01:09.42	01:05,6	01:04,28
03:17.83	02:59.42	02:51,33	02:49,62	200 PAP	03:03,69	02:37.40	02:29,0	02:27,54
03 :01.61	02:53.46	02:43,86	02:42,22	200 4N	02:49,16	02:38.83	02:30,1	02:28,56
06:25.33	06:08.01	05:47,59	05:44,11	400 4N	05:59,73	05:37.70	05:19,0	05:15,84

# CHAMPIONNAT RÉGIONAL U13

Date		Dimanche 29 mars 2026		
Bassin		25 m x 6 lignes	extraNat	Engagements du 17 au 24 mars 2026
Catégorie	♀	13 ans & moins (2013 et après)	Lieu	SARAN
	♂	13 ans & moins (2013 et après)		
Note		Type compétition extraNat : <b>Compétitions de Ligue diverses (21)</b>		

## DIMANCHE 29 mars 2026

Ouverture des Portes : 09h00	Ouverture des Portes : 13h45
Début des Epreuves : 10h15	Début des Epreuves : 14h30
50 BRASSE F & G	50 DOS F & G
200 4 NAGES FILLES	400 NAGE LIBRE FILLES
400 4 NAGES GARCONS	800 NAGE LIBRE GARCONS
400 NAGE LIBRE GARCONS	200 4 NAGES GARCONS
800 NAGE LIBRE FILLES	400 4 NAGES FILLES
50 NAGE LIBRE G & F	50 PAPILLON G & F

### ◆ Modalités de qualification :

- Les nageurs ayant réalisé avant le 22 mars 2026 les temps de qualification sur 400 Nage Libre et 200 4 Nages pour les U12 et sur 400 4N et 800 NL pour les U13 pourront s'engager à cette compétition.

### ◆ Modalités de participation :

- Les séries seront nagées classement au temps.
- Pour les benjamin(e)s 1 : chaque nageur devra participer aux quatre épreuves pour être classé : 400 Nage Libre, 200 4 Nages et deux 50 m de spécialité (au choix).
- Pour les benjamin(e)s 2 : chaque nageur devra participer aux quatre épreuves pour être classé : 800 Nage Libre, 400 4 Nages et deux 50 m de spécialité (au choix).
- Les engagements des nageurs n'ayant pas de temps de référence devront parvenir par mail à la ligue avant 24 mars

### ◆ Classements :

- Le classement sera effectué en additionnant les points des quatre épreuves et par année d'âge.

### ◆ Récompenses :

- Les trois premiers par année d'âge (U13 – U12 et après) au classement final seront récompensés.

### ◆ Grille de qualification : 24<sup>ème</sup> temps saison 2024/2025

FILLES U13 2013	FILLES U12 2014 & après	Épreuves	GARCONS U12 2014 & après	GARCONS U13 2013
	06 :40.09	400 Nage Libre	06 :21.81	
	03 :30.43	200 4 Nages	03 :27.58	
12 :22.27		800 NL		12 :56.83
06 :46.59		400 4 N		07 :21.51

## CHAMPIONNATS RÉGIONAUX ÉTÉ MAÎTRES

Date		Dimanche 31 MAI 2026		
Bassin		50 m X 6 Lignes extérieur	extraNat	Engagements du 19 au 26 mai 2026
Catégorie	♀	<u>C1 à C16</u> : 25 ans et plus (2001 et avant)	Lieu	GIEN
	♂	<u>C1 à C16</u> : 25 ans et plus (2001 et avant)		
Note		Type compétition extraNat : Championnat Régional des Maîtres en grand bassin (123)		

### DIMANCHE 31 MAI 2026

Ouverture des Portes : 08 h 00	Ouverture des Portes : 13 h 45
Début des Epreuves : 09 h 00	Début des Epreuves : 14 h 30
4 x 50 NAGE LIBRE mixte	4 x 50 4 NAGES mixte
800 NAGE LIBRE	400 NAGE LIBRE
50 BRASSE	200 PAPILLON
50 NAGE LIBRE	50 DOS
100 PAPILLON	50 PAPILLON
200 4 NAGES	100 BRASSE
100 DOS	100 NAGE LIBRE
200 BRASSE	400 4 NAGES
200 NAGE LIBRE	200 DOS
4 x 50 NAGE LIBRE	4 x 50 4 NAGES

#### ◆ Modalités de participation :

- Compétition ouverte aux nageurs et nageuses nés en 2001 et avant (25 ans et plus).
- Engagements sur 6 épreuves individuelles maximum pour l'ensemble de la compétition.
- Les relais mixtes comprennent obligatoirement 2 hommes et 2 femmes.

#### ◆ Classements :

- Engagements libres, les séries seront nagées au temps et le classement effectué par catégorie.

#### ◆ Récompenses :

- Les vainqueurs de chaque épreuve individuelle ou de relais seront récompensés par catégorie, en cas de victoire d'un nageur hors région, le premier régional sera récompensé.

#### ◆ Catégories fédérales :

Pour les épreuves individuelles, catégories C1 à C14 (25 ans et plus), pour les relais catégories R1 à R7.

# INTERCLUBS 12-13 ANS

Date		Dimanche 14 juin 2026		
Bassin		25 m x 6 lignes	extraNat	Engagements du 2 au 9 juin 2026
Catégorie	♀	<u>U13</u> : 13 ans & 12 ans	Lieu	BEAUGENCY
	♂	<u>U13</u> : 13 ans & 12 ans		
Note		Type compétition extraNat : Interclubs Ligues U13 (203)		

## Épreuves individuelles (4 en filles et 4 en garçons)

100 nage libre, 100 dos, 100 brasse, 100 papillon. Chaque nageur dispute deux épreuves individuelles, les quatre épreuves de 100 mètres sont donc nagées deux fois par chaque équipe. Classements au temps.

## Épreuves de relais (2 en filles et 2 en garçons)

4 x 200 nage libre, 4 x (100 4 nages individuel). Chaque nageur dispute les deux relais. Classements au temps.

**NB :** Pour le 4 x 100 4 Nages individuel, chaque relayeur réalise un 100 4 Nages dans le respect des règles FINA. Cette course sera déclarée dans le logiciel extraNat Pocket comme un 4 x 100 4 Nages Individuel.

## DIMANCHE 14 juin 2026

Ouverture des Portes : 08 h 30	Ouverture des Portes : 14 h 00
Début des Epreuves : 09 h 45	Début des Epreuves : 15 h 00
9 h 30 : DEFILE DES EQUIPES	100 NAGE LIBRE
4 x 100 4 NAGES individuel	100 PAPILLON
Course des remplaçants : 100 D & 100 B	Course des remplaçants : 100 NL & 100 P
100 DOS	4 x 200 NAGE LIBRE
100 BRASSE	

### ◆ Modalités de participation – Règlement – Classement :

- Tout nageur doit impérativement participer à deux épreuves individuelles (deux 100 mètres) ainsi qu'aux deux relais.
- Chaque équipe sera composée de quatre nageurs. Toutes les performances seront prises en compte sur le serveur fédéral, quelle que soit la configuration des équipes, classées ou non.
- À l'issue de la première épreuve, aucun remplacement de nageur ne pourra être effectué.
- **Rappel, le port des vêtements techniques (homologués World Aquatics) n'est pas autorisé pour la catégorie U13.**
- Les engagements des remplaçants devront se faire par mail à la Ligue en précisant le club, les nom et prénom du nageur, les épreuves et temps d'engagement avant le 5 mai 2026). Ceux-ci pourront s'engager sur 2 épreuves.

### ◆ Récompenses :

- Les 3 premières équipes Filles et les 3 premières équipes Garçons seront récompensées (coupes et médailles).



# CHAMPIONNAT RÉGIONAL ÉTÉ

Date		Samedi 20 et dimanche 21 juin 2026		
Bassin		50 m x 8 lignes	extraNat	Engagements du 9 au 16 juin 2026
Catégorie	♀	<u>Benjamins, Juniors et Séniors</u> : 14 ans & plus (2012 et avant)	Lieu	BOURGES
	♂	<u>Juniors et Séniors</u> : 14 ans & plus (20121 et avant)		
Note		Type compétition extraNat : Championnats de Ligue Printemps-Eté grand bassin -		

Date	Samedi 20 juin 2026				Dimanche 21 juin 2026			
OP	8 h 15		14 h 00		8 h 15		13 h 45	
DE	9 h 30		15 h 00		9 h 30		14 h 45	
Épreuves	SÉRIES	200 BRASSE	FINALES	800 NAGE LIBRE série rapide	SÉRIES	50 PAPILLON	FINALES	1500 NAGE LIBRE série rapide
		50 NAGE LIBRE		200 BRASSE		200 DOS		50 PAPILLON
		100 PAPILLON		50 NAGE LIBRE		200 4N		200 DOS
		200 NAGE LIBRE		100 PAPILLON		400 NAGE LIBRE		200 4N
		50 BRASSE		200 NAGE LIBRE		100 BRASSE		400 NAGE LIBRE
		100 DOS		50 BRASSE		200 PAPILLON		100 BRASSE
		400 4N		100 DOS		50 DOS		200 PAPILLON
		800 NAGE LIBRE Premières séries		400 4N		100 NAGE LIBRE		50 DOS
				4x 100 4 n mixte		1500 NAGE LIBRE Premières séries		100 NAGE LIBRE

## ◆ Modalités de participation

- Cette compétition est ouverte à tous les nageurs Benjamins, Juniors et Séniors (12 ans et plus) sous condition d'avoir réalisé **au moins un temps** de la grille de qualification durant la période du 1<sup>er</sup> janvier 2025 au 14 juin 2026 à partir des performances tous bassins enregistrées dans la base extraNat (grille juniors 1 pour les benjamins).
- Pour les relais, application de la règle fédérale (2 qualifiés = 1 relais, 6 qualifiés = 2 relais).
- Les séries seront nagées toutes catégories confondues et classement au temps.
- Les nageurs et nageuses pourront également s'engager sur toutes les épreuves, sous réserve de participer à l'épreuve ayant permis la qualification. Les engagements des nageurs n'ayant pas de temps de référence devront parvenir par mail à la ligue avant 16 juin 2026
- 

## ◆ Organisation des finales :

- Les finales seront organisées de la façon suivante :
  - Finales A toutes catégories et Finale B U16 et moins pour les 50, 100, 200 et 400 mètres.
  - Pour les 800 et 1500 Nage Libre classement au temps.

### ◆ Récompenses :

- Pour les épreuves de 50, 100, 200 et 400 mètres, les trois premiers des finales.
- Pour les épreuves 800, 1500 Nage Libre les 3 premiers U16 et les 3 premiers toutes catégories.
- Les premiers de chaque épreuve se verront décerner le titre de champion(ne) régional du Centre-Val de Loire.
- Dans un souci d'efficacité, les cérémonies protocolaires auront lieu juste après l'arrivée de chaque finale ou des séries finales des 800 et 1500 Nage Libre.

Performances à réaliser bassin de 25m								
DAMES					MESSIEURS			
U14 (2012 & après)	U16 (2010 & après)	U18 (2008 & après)	Seniors (TC)		U14 (2012 & après)	U16 (2010 & après)	U18 (2008 & après)	Seniors (TC)
00:33.25	00:31.71	00:29,92	00:29,32	50 NL	00:29,96	00:28.08	00:26,5	00:25,96
01:12.81	01:09.48	01:05,55	01:04,24	100 NL	01:05,84	01:01.70	00:58,2	00:57,04
02:37.01	02:29.82	02:21,35	02:19,94	200 NL	02:25,74	02:16.59	02:08,9	02:07,56
05:31.39	05:16.20	04:58,29	04:52,32	400 NL	05:05,77	04:46.57	04:30,3	04:24,90
11:25.13	10:53.71	10:16,67	10:10,50	800 NL	10:38,32	09:58.22	09:24,3	09:12,97
21:46.62	20:46.73	19:36,10	19:24,34	1500 NL	20:26,85	19:09.84	18:04,6	17:42,91
00:37.41	00:35.66	00:33,62	00:32,95	50 DOS	00:33,80	00:31.63	00:29,8	00:29,21
01:21.31	01:17.57	01:13,14	01:11,68	100 DOS	01:13,42	01:08.79	01:04,9	01:03,56
02:55.64	02:47.55	02:38,03	02:36,45	200 DOS	02:39,53	02:29.48	02:20,9	02:19,54
00:42.49	00:40.36	00:38,58	00:37,81	50 BRA	00:39,08	00:35.63	00:33,6	00:32,95
01:32.70	01:28.46	01:23,44	01:21,77	100 BRA	01:26,03	01:18.65	01:14,2	01:12,71
03:16.58	03:09.45	02:58,69	02:56,90	200 BRA	03:08,25	02:52.07	02:41,7	02:40,10
00:36.13	00:34.48	00:32,54	00:31,89	50 PAP	00:32,50	00:30.47	00:28,7	00:28,17
01:21.06	01:17.35	01:13,00	01:11,54	100 PAP	01:12,56	01:08.02	01:04,2	01:02,91
03:14.53	02:56.12	02:48,03	02:46,35	200 PAP	03:00,39	02:34.10	02:25,7	02:24,27
01 :25.50	01 :21.49	01:17,51	01:15,96	100 4N	01:18,23	01 :14.65	01:10,4	01:09,00
02:58.21	02:50.06	02:40,46	02:38,86	200 4N	02:45,06	02:34.73	02:26,0	02:24,50

Performances à réaliser bassin de 50m								
DAMES					MESSIEURS			
U14 (2012 & après)	U16 (2010 & après)	U18 (2008 & après)	Seniors (TC)		U14 (2012 & après)	U16 (2010 & après)	U18 (2008 & après)	Seniors (TC)
00:33.95	00:32.41	00:30,62	00:30,01	50 NL	00:30,66	00:28.78	00:27,2	00:26,65
01:14.01	01:10.68	01:06,75	01:05,42	100 NL	01:07,34	01:03.20	00:59,7	00:58,51
02:39.91	02:32.72	02:24,25	02:22,81	200 NL	02:29,34	02:20.19	02:12,5	02:11,13
05:37.59	05:22.40	05:04,69	04:58,60	400 NL	05:13,47	04:54.27	04:38,0	04:32,45
11:38.03	11:06.61	10:29,57	10:23,27	800 NL	10:54,22	10:14.12	09:40,2	09:34,36
22 :11.12	22:11.23	20:00,60	19:48,59	1500 NL	20:56,95	19:40.04	18:34,8	18:23,65
00:38.71	00:36.96	00:34,92	00:34,22	50 DOS	00:35,30	00:33.13	00:31,3	00:30,68
01 :23.61	01:19.87	01:15,44	01:13,93	100 DOS	01:16,42	01:11.79	01:07,9	01:06,50
03 :01.04	02:52.95	02:43,43	02:41,80	200 DOS	02:46,43	02:36.38	02:27,8	02:26,37
00:43.19	00:41.06	00:39,28	00:38,49	50 BRA	00:40,19	00:36.73	00:34,7	00:34,03
01:34.60	01:30.36	01:25,34	01:23,63	100 BRA	01:28,53	01:21.15	01:16,7	01:15,16
03:21.08	03:13.95	03:03,19	03:01,36	200 BRA	03:14,15	02:57.97	02:47,6	02:45,94
00:36.73	00:35.08	00:33,14	00:32,48	50 PAP	00:33,20	00:31.17	00:29,5	00:28,86
01:22.46	01:18.75	01:14,40	01:12,91	100 PAP	01:13,96	01:09.42	01:05,6	01:04,28
03:17.83	02:59.42	02:51,33	02:49,62	200 PAP	03:03,69	02:37.40	02:29,0	02:27,54
03 :01.61	02:53.46	02:43,86	02:42,22	200 4N	02:49,16	02:38.83	02:30,1	02:28,56
06:25.33	06:08.01	05:47,59	05:44,11	400 4N	05:59,73	05:37.70	05:19,0	05:15,84

# CHAMPIONNAT RÉGIONAL U11

Date		Dimanche 28 juin 2026		
Bassin		25 m x 6 lignes	extraNat	Engagements du16 au 23 juin 2026
Catégorie	♀	<u>U11</u> (2015 et après)	Lieu	BLOIS
	♂	<u>U11</u> (2015 et après)		
Note		Type compétition extraNat : <b>Compétitions de Ligue diverses (21)</b>		

DIMANCHE 28 juin 2026	
Ouverture des Portes : 08 h 30	Ouverture des Portes : 13 h 45
Début des Epreuves : 9 h 30	Début des Epreuves : 14 h 30
50 BRASSE	50 DOS
100 4 NAGES FILLES	200 NAGE LIBRE FILLES (2015 & après)
200 NL GARCONS (2015 & après)	400 NAGE LIBRE FILLES (2014)
400 NAGE LIBRE GARCONS (2014)	100 4 NAGES GARCONS
50 NAGE LIBRE	50 PAPILLON

## ◆ Modalités de participation :

- Les nageurs ayant réalisé sur la période du 1<sup>er</sup> janvier 2025 au 22 juin 2026 (inclus) au moins un (1) temps de qualification sur 200 Nage Libre ou 100 4 Nages pourront s'engager à cette compétition.
- Les séries seront nagées classement au temps.
- Chaque nageur devra participer à quatre épreuves pour être classé (200 Nage Libre, 100 4 Nages et deux 50 m de spécialité (au choix). Les nageurs engagés sur une, deux ou trois épreuves ne seront donc pas classés.
- Les engagements des nageurs n'ayant pas de temps de référence devront parvenir par mail à la ligue avant 16 juin 2026

## ◆ Classements :

- Le classement sera effectué en additionnant les points des quatre épreuves.

## ◆ Récompenses :

- Les trois premiers filles 11 ans ou garçons 11 ans au classement final seront récompensés.
- Les trois premiers filles 10 ans et moins ou garçons 10 ans et moins au classement final seront récompensés.

## ◆ Grille de qualification :

FILLES	Épreuves	GARÇONS
<u>Avenirs</u> : 11 ans et moins		<u>Avenirs</u> : 11 ans et moins
Tous bassins		Tous bassins
03 :30.00	200 NAGE LIBRE	03 :30.00
01 :50.00	100 4 NAGES	01 :50.00