

# Programme sportif 2022 - 2023

Date : dimanche 16 octobre 2022	1 <sup>er</sup> Meeting de l'Indre	Lieu : La Châtre
---------------------------------	------------------------------------	------------------

**Engagements Extranat du 4 au 11 octobre 2022 23h59**

Date	Dimanche 16 octobre 2022	
Ouverture des portes	9h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	400 NL	400 4N
	200 Papillon	200 NL
	50 Brasse	100 Brasse
	100 Dos	50 Dos
	50 NL	100 NL
	100 Papillon	50 Papillon
	200 Brasse	100 4N
	200 4N	200 Dos
	800 NL	1500 NL
	4 x 50 4N	4 x 50 NL
4 x 100 4N	4 x 100 NL	

- Modalités de participation** : compétition ouverte aux nageurs des catégories Avenirs (titulaires du Pass'Compétition), Jeunes, Juniors et Seniors.  
 Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.
- Récompenses** : pas de récompenses sur les meetings de l'Indre pour les catégories juniors et seniors. Les récompenses seront prévues sur la finale le 02 juillet 2023 pour les juniors et seniors au cumul des points sur 100 Papillon, 100 Dos, 100 Brasse et 100 NL.  
 Récompenses aux 3 premiers avenir et aux 3 premiers jeunes (toutes années d'âge confondues) sur les Meetings de l'Indre.

**COMITE DE L'INDRE DE NATATION - PROGRAMME SPORTIF 2022-2023**

Date : samedi 12 et dimanche 13 novembre 2022	Championnats départementaux Hiver	Lieu : Argenton/Creuse
---	-----------------------------------	------------------------

**Engagements Extranat du 1<sup>er</sup> au 8 novembre 2022 23h59**

Date	Samedi 12 novembre 2022	Dimanche 13 novembre 2022	
Ouverture des portes	14h00	9h00	14h00
Début des épreuves	15h00	10h00	14h45
Epreuves	4 x 200 NL 1500 NL 400 4N 200 Papillon 100 4N	4 x 100 NL 800 NL 50 Brasse 100 Dos 200 4N 50 NL 100 Brasse 200 NL	4 x 100 4N 400 NL 50 Papillon 100 NL 200 Brasse 50 Dos 100 Papillon 200 Dos

Compétition qualificative pour les Championnats régionaux hiver 25m.

- **Modalités de participation** : cette compétition est ouverte à toutes les nageuses et tous les nageurs ayant réalisé au moins une performance de la grille de qualification. Ils peuvent s'engager sur les épreuves de leur choix.  
Les épreuves seront nagées toutes catégories confondues, classement au temps.
- **Récompenses** : les 3 premiers de chaque épreuve et par catégorie (avenirs, jeunes, juniors 1, juniors 2, seniors et maîtres) seront récompensés par une médaille. Les 3 premiers relais Toutes Catégories seront récompensés.

Date : dimanche 27 novembre 2022	1 <sup>er</sup> Challenge Avenirs-Jeunes	Lieu : Issoudun
----------------------------------	--	-----------------

**Engagements Extranat du 15 au 22 novembre 2022 23h59**

Date	Dimanche 27 novembre 2022
Ouverture des portes	13h30
Début des épreuves	14h15
Epreuves	4 x 25 NL 100 4N 50 Brasse - Nage Libre 50 Papillon – Dos 25 Dos 25 Papillon 25 NL 25 Brasse 50 Dos – Brasse 100 NL

- Modalités de participation** : compétition ouverte à la catégorie avenir : filles âgées de 10 ans et moins (nées en 2012 et après) et garçons âgés de 11 ans et moins (nés en 2011 et après) et à la catégorie jeunes : filles âgées de 11, 12 et 13 ans (nées en 2009, 2010 et 2011) et garçons âgés de 12, 13 et 14 ans (nés en 2008, 2009 et 2010).  
Ouvert aux nageurs déjà titulaires du Pass'Compétition. Pour les avenir, être titulaire du Sauv'nage et être titulaire d'une licence « Compétiteurs ».
- Récompenses** :

  - Challenge avenir - jeunes : un diplôme avec une vignette par épreuve réussie (vignette qui sera donnée par les officiels en cas de réussite derrière les plots) + un goûter
  - Un classement club sera établi au cours des 4 journées : les points seront cumulés par club et par catégorie. Le total des points obtenus sur l'intégralité des épreuves constitue le score final des clubs.  
**Epreuves avec classement** : le 1<sup>er</sup> remporte 25 pts, le 2<sup>ème</sup> 18 pts, le 3<sup>ème</sup> 15 pts, le 4<sup>ème</sup> 12 pts, 5<sup>ème</sup> 10 pts, 6<sup>ème</sup> 8 pts, 7<sup>ème</sup> 6 pts, 8<sup>ème</sup> 4 pts, 9<sup>ème</sup> 2 pts et 10<sup>ème</sup> 1 pts, puis 1 pts à chaque nageur classé.

Date : samedi 17 décembre 2022	1 <sup>ère</sup> Soirée Maîtres	Lieu : Châteauroux
--------------------------------	---------------------------------	--------------------

**Engagements Extranat du 06 au 13 décembre 2022 23h59**

Date	Vendredi 16 décembre 2022
Ouverture des portes	19h00
Début des épreuves	20h00
Epreuves	100 4N 50 P 100 NL 50 D 100 B 50 NL 100 D 50 B 100 P 4 x 50 NL

- Modalités de participation : compétition ouverte à la catégorie maîtres.  
Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.

Attention, afin que la compétition puisse intégrer la base fédérale il faudra respecter les 2 critères suivants :

- Concerner au minimum 2 clubs
- Faire apparaître 20 performances pour chaque club participant

- Récompenses : apéritif en fin de compétition.

**COMITE DE L'INDRE DE NATATION - PROGRAMME SPORTIF 2022-2023**

Date : dimanche 15 janvier 2023	2 <sup>ème</sup> Meeting de l'Indre	Lieu : Le Blanc
---------------------------------	-------------------------------------	-----------------

**Engagements Extranat du 03 au 10 janvier 2023 23h59**

Date	Dimanche 15 janvier 2023	
Ouverture des portes	9h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	800 NL	400 4N
	100 4N	200 NL
	100 D	50 Brasse
	50 Papillon	100 Papillon
	200 Brasse	200 Dos
	100 NL	50 NL
	50 Dos	100 Brasse
	200 Papillon	400 NL
	200 4N	1500 NL

- Modalités de participation** : compétition ouverte aux nageurs des catégories Avenirs (titulaires du Pass'Compétition), Jeunes, Juniors et Seniors.  
Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.
- Récompenses** : pas de récompenses sur les meetings de l'Indre pour les catégories juniors et seniors. Les récompenses seront prévues sur la finale le 02 juillet 2023 pour les juniors et seniors au cumul des points sur 100 Papillon, 100 Dos, 100 Brasse et 100 NL.  
Récompenses aux 3 premiers avenir et aux 3 premiers jeunes (toutes années d'âge confondues) sur les Meetings de l'Indre.

Date : dimanche 29 janvier 2023	2 <sup>ème</sup> Challenge Avenirs-Jeunes	Lieu : Châtillon-sur-Indre
---------------------------------	---	----------------------------

**Engagements Extranat du 17 au 24 janvier 2023 23h59**

Date	Dimanche 29 janvier 2023
Ouverture des portes	13h30
Début des épreuves	14h15
Epreuves	4 x 25 NL 50 NL 50 Brasse – Nage Libre 50 Dos 25 Papillon 25 Brasse 25 NL 50 Brasse 50 Papillon – Dos 50 Dos – Brasse 100 NL

- Modalités de participation** : compétition ouverte à la catégorie avenir : filles âgées de 10 ans et moins (nées en 2013 et après) et garçons âgés de 11 ans et moins (nés en 2012 et après) et à la catégorie jeunes : filles âgées de 11, 12 et 13 ans (nées en 2010, 2011 et 2012) et garçons âgés de 12, 13 et 14 ans (nés en 2009, 2010 et 2011).

Ouvert aux nageurs déjà titulaires du Pass'Compétition. Pour les avenir, être titulaire du Sauv'nage et être titulaire d'une licence « Compétiteurs ».
- Récompenses** :

  - Challenge avenir - jeunes : un diplôme avec une vignette par épreuve réussie (vignette qui sera donnée par les officiels en cas de réussite derrière les plots) + un goûter
  - Un classement club sera établi au cours des 4 journées : les points seront cumulés par club et par catégorie. Le total des points obtenus sur l'intégralité des épreuves constitue le score final des clubs.

**Epreuves avec classement** : le 1<sup>er</sup> remporte 25 pts, le 2<sup>ème</sup> 18 pts, le 3<sup>ème</sup> 15 pts, le 4<sup>ème</sup> 12 pts, 5<sup>ème</sup> 10 pts, 6<sup>ème</sup> 8 pts, 7<sup>ème</sup> 6 pts, 8<sup>ème</sup> 4 pts, 9<sup>ème</sup> 2 pts et 10<sup>ème</sup> 1 pts, puis 1 pts à chaque nageur classé.

Date : dimanche 12 février 2023	3 <sup>ème</sup> Meeting de l'Indre	Lieu : Châteauroux
---------------------------------	-------------------------------------	--------------------

**Engagements Extranat du 31 janvier au 7 février 2023 23h59**

Date	Dimanche 12 février 2023	
Ouverture des portes	9h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	1500 NL	400 4N
	200 Brasse	200 NL
	100 4N	50 Dos
	50 Papillon	100 Brasse
	200 Dos	100 Papillon
	100 NL	50 NL
	50 Brasse	100 Dos
	200 Papillon	200 4N
	400 NL	800 NL

- **Modalités de participation** : compétition ouverte aux nageurs des catégories Avenirs (titulaires du Pass'Compétition), Jeunes, Juniors et Seniors.  
Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.
- **Récompenses** : pas de récompenses sur les meetings de l'Indre pour les catégories juniors et seniors. Les récompenses seront prévues sur la finale le 02 juillet 2023 pour les juniors et seniors au cumul des points sur 100 Papillon, 100 Dos, 100 Brasse et 100 NL.  
Récompenses aux 3 premiers avenir et aux 3 premiers jeunes (toutes années d'âge confondues) sur les Meetings de l'Indre.



Date : dimanche 5 mars 2023	4 <sup>ème</sup> Meeting de l'Indre	Lieu : Issoudun (ou Châtillon/Indre)
-----------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

**Engagements Extranat du 21 au 28 février 2023 23h59**

Date	Dimanche 5 mars 2023	
Ouverture des portes	9h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	400 4N	1500 NL
	200 NL	100 4N
	50 Dos	50 Papillon
	100 Papillon	200 Brasse
	100 Brasse	100 NL
	50 NL	100 Dos
	200 Dos	50 Brasse
	200 4N	200 Papillon
	800 NL	400 NL

- **Modalités de participation** : compétition ouverte aux nageurs des catégories Avenirs (titulaires du Pass'Compétition), Jeunes, Juniors et Seniors.  
Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.
- **Récompenses** : pas de récompenses sur les meetings de l'Indre pour les catégories juniors et seniors. Les récompenses seront prévues sur la finale le 02 juillet 2023 pour les juniors et seniors au cumul des points sur 100 Papillon, 100 Dos, 100 Brasse et 100 NL.  
Récompenses aux 3 premiers avenir et aux 3 premiers jeunes (toutes années d'âge confondues) sur les Meetings de l'Indre.

Date : dimanche 26 mars 2023	3 <sup>ème</sup> Challenge Avenirs-Jeunes	Lieu : Châteauroux
------------------------------	---	--------------------

**Engagements Extranat du 14 au 21 mars 2023 23h59**

Date	Dimanche 26 mars 2023
Ouverture des portes	13h30
Début des épreuves	14h15
Epreuves	4 x 25 NL 100 4N 50 Brasse 50 Papillon 25 NL 25 Brasse 25 Dos 25 Papillon 50 NL 50 Dos 200 NL

- Modalités de participation** : compétition ouverte à la catégorie avenir : filles âgées de 10 ans et moins (nées en 2013 et après) et garçons âgés de 11 ans et moins (nés en 2012 et après) et à la catégorie jeunes : filles âgées de 11, 12 et 13 ans (nées en 2010, 2011 et 2012) et garçons âgés de 12, 13 et 14 ans (nés en 2009, 2010 et 2011).  
 Ouvert aux nageurs déjà titulaires du Pass'Compétition. Pour les avenir, être titulaire du Sauv'nage et être titulaire d'une licence « Compétiteurs ».
- Récompenses** :
  - Challenge avenir - jeunes : un diplôme avec une vignette par épreuve réussie (vignette qui sera donnée par les officiels en cas de réussite derrière les plots) + un goûter
  - Un classement club sera établi au cours des 4 journées : les points seront cumulés par club et par catégorie. Le total des points obtenus sur l'intégralité des épreuves constitue le score final des clubs.  
**Epreuves avec classement** : le 1<sup>er</sup> remporte 25 pts, le 2<sup>ème</sup> 18 pts, le 3<sup>ème</sup> 15 pts, le 4<sup>ème</sup> 12 pts, 5<sup>ème</sup> 10 pts, 6<sup>ème</sup> 8 pts, 7<sup>ème</sup> 6 pts, 8<sup>ème</sup> 4 pts, 9<sup>ème</sup> 2 pts et 10<sup>ème</sup> 1 pts, puis 1 pts à chaque nageur classé.

Date : dimanche 7 mai 2023	5 <sup>ème</sup> Meeting de l'Indre	Lieu : Argenton-sur-Creuse
----------------------------	-------------------------------------	----------------------------

**Engagements Extranat du 25 avril au 2 mai 2023 23h59**

Date	Dimanche 7 mai 2023	
Ouverture des portes	9h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	400 4N	1500 NL
	200 NL	100 4N
	50 Dos	50 Papillon
	100 Papillon	200 Brasse
	100 Brasse	100 NL
	50 NL	100 Dos
	200 Dos	50 Brasse
	200 4N	200 Papillon
	800 NL	400 NL

- Modalités de participation** : compétition ouverte aux nageurs des catégories Avenirs (titulaires du Pass'Compétition), Jeunes, Juniors et Seniors.  
Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.
- Récompenses** : pas de récompenses sur les meetings de l'Indre pour les catégories juniors et seniors. Les récompenses seront prévues sur la finale le 02 juillet 2023 pour les juniors et seniors au cumul des points sur 100 Papillon, 100 Dos, 100 Brasse et 100 NL.  
Récompenses aux 3 premiers avenir et aux 3 premiers jeunes (toutes années d'âge confondues) sur les Meetings de l'Indre.

Date : dimanche 14 mai 2023	4 <sup>ème</sup> Challenge Avenirs-Jeunes	Lieu : La Châtre
-----------------------------	---	------------------

**Engagements Extranat du 2 au 9 mai 2023 23h59**

Date	Dimanche 14 mai 2023
Ouverture des portes	13h30
Début des épreuves	14h15
Epreuves	4 x 25 4N 100 NL 50 Brasse – Nage Libre 50 Papillon 50 Dos 200 NL 50 Brasse 50 NL 50 Papillon – Dos 50 Dos – Brasse 100 4N

- **Modalités de participation** : compétition ouverte à la catégorie avenir : filles âgées de 10 ans et moins (nées en 2013 et après) et garçons âgés de 11 ans et moins (nés en 2012 et après) et à la catégorie jeunes : filles âgées de 11, 12 et 13 ans (nées en 2010, 2011 et 2012) et garçons âgés de 12, 13 et 14 ans (nés en 2009, 2010 et 2011).  
Ouvert aux nageurs déjà titulaires du Pass'Compétition. Pour les avenir, être titulaire du Sauv'nage et être titulaire d'une licence « Compétiteurs ».
- **Récompenses** :
  - Challenge avenir - jeunes : un diplôme avec une vignette par épreuve réussie (vignette qui sera donnée par les officiels en cas de réussite derrière les plots) + un goûter
  - Un classement club sera établi au cours des 4 journées : les points seront cumulés par club et par catégorie. Le total des points obtenus sur l'intégralité des épreuves constitue le score final des clubs.  
**Epreuves avec classement** : le 1<sup>er</sup> remporte 25 pts, le 2<sup>ème</sup> 18 pts, le 3<sup>ème</sup> 15 pts, le 4<sup>ème</sup> 12 pts, 5<sup>ème</sup> 10 pts, 6<sup>ème</sup> 8 pts, 7<sup>ème</sup> 6 pts, 8<sup>ème</sup> 4 pts, 9<sup>ème</sup> 2 pts et 10<sup>ème</sup> 1 pts, puis 1 pts à chaque nageur classé.

Date : samedi 24 juin 2023	2 <sup>ème</sup> Soirée Maîtres	Lieu : La Châtre
----------------------------	---------------------------------	------------------

**Engagements Extranat du 13 au 20 juin 2023 23h59**

Date	Samedi 24 juin 2023
Ouverture des portes	18h00
Début des épreuves	19h00
Epreuves	100 4N 50 P 100 NL 50 D 100 B 50 NL 100 D 50 B 100 P 4 x 50 NL

- Modalités de participation : compétition ouverte à la catégorie maîtres.  
Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.

Attention, afin que la compétition puisse intégrer la base fédérale il faudra respecter les 2 critères suivants :

- Concerner au minimum 2 clubs
- Faire apparaître 20 performances pour chaque club participant

- Récompenses : apéritif en fin de compétition.

**COMITE DE L'INDRE DE NATATION - PROGRAMME SPORTIF 2022-2023**

Date : dimanche 2 juillet 2023	Finales Avenirs-Jeunes et Meeting de l'Indre	Lieu : Ardentes (ou Châteauroux)
--------------------------------	--	----------------------------------

**Engagements Extranat du 20 au 27 juin 2023 23h59**

Date	Dimanche 2 juillet 2023	
Ouverture des portes	9h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	Relais : 25 NL avenirs + 50 NL Jeunes + 75 Juniors/Seniors 100 4N 200 4N 100 Papillon 200 NL 100 Dos 400 NL	100 Brasse 50 Papillon 50 Dos 100 NL 50 Brasse 50 NL Récompenses Jeux Nautiques

**FINALES AVENIRS ET FINALES JEUNES**

- **Modalités de participation** : compétition ouverte à la catégorie avenirs et jeunes : avenirs filles âgées de 10 ans et moins (nées en 2013 et après) et garçons âgés de 11 ans et moins (nés en 2012 et après), jeunes filles âgées de 11, 12 et 13 ans et garçons âgés de 12, 13 et 14 ans.  
Ouvert aux nageurs titulaires du Pass'Compétition. Chaque nageur devra avoir une licence compétiteur. Les avenirs (non finalistes régional) nageront un 100 4N, un 200 NL et deux 50m de leur choix, les avenirs (finalistes régional) et jeunes (non finalistes régional) nageront un 200 4N, un 400 NL et deux 50m de leur choix. Les jeunes (finalistes régional) nageront un 100 P, 100 D, 100 B et 100 NL avec les Juniors-Seniors.
- **Récompenses** : les 3 premiers avenirs par année d'âge seront récompensés, les 3 premiers jeunes (non finalistes régional) seront récompensés à l'addition des points à la table de cotation.

**FINALES JUNIORS ET SENIORS**

- **Modalités de participation** : compétition ouverte aux nageurs des catégories Juniors et Seniors de niveau départemental. Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues.
- **Classement** : classement toutes catégories confondues (jeunes de niveau régional + Juniors + Seniors), à l'addition des points sur 100 Papillon, 100 Dos, 100 Brasse et 100 NL.
- **Récompenses** : récompenses aux 3 premiers toutes catégories confondues (jeunes de niveau régional + Juniors + Seniors) à l'addition des points à la table de cotation des 4 épreuves.

Classement club sur la journée à l'addition des points à la table de cotation.

## GRILLE DE QUALIFICATION AUX CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX

<u>Dames</u>					
	Avenirs	Jeunes	14-15 ans	16-17 ans	Toutes catégories
50 NL	0.45.00	0.43.00	0.40.00	0.39.00	0.37.00
100 NL	1.40.00	1.35.00	1.30.00	1.25.00	1.20.00
200 NL	3.20.00	3.18.00	3.15.00	3.05.00	3.00.00
400 NL	6.40.00	6.35.00	6.30.00	6.15.00	6.00.00
800 NL	15.00.00	15.00.00	15.00.00	15.00.00	15.00.00
1500 NL	25.00.00	25.00.00	25.00.00	25.00.00	25.00.00
50 D	0.50.00	0.48.00	0.45.00	0.42.00	0.40.00
100 D	1.40.00	1.38.00	1.36.00	1.33.00	1.30.00
200 D	3.30.00	3.25.00	3.20.00	3.17.00	3.10.00
50 B	0.51.00	0.50.00	0.49.00	0.47.00	0.46.00
100 B	1.50.00	1.48.00	1.45.00	1.43.00	1.39.00
200 B	3.55.00	3.50.00	3.43.00	3.37.00	3.30.00
50 P	0.52.00	0.48.00	0.45.00	0.42.00	0.40.00
100 P	1.50.00	1.45.00	1.40.00	1.35.00	1.30.00
200 P	3.50.00	3.50.00	3.35.00	3.30.00	3.25.00
100 4N	1.50.00	1.45.00	1.40.00	1.35.00	1.30.00
200 4N	3.45.00	3.35.00	3.25.00	3.18.00	3.15.00
400 4N	7.25.00	7.25.00	7.05.00	6.55.00	6.45.00

<u>Messieurs</u>					
	Avenirs	Jeunes	15-16 ans	17-18 ans	Toutes catégories
50 NL	0.45.00	0.40.00	0.35.00	0.33.00	0.32.00
100 NL	1.40.00	1.30.00	1.20.00	1.15.00	1.10.00
200 NL	3.20.00	3.05.00	2.55.00	2.45.00	2.40.00
400 NL	6.40.00	6.20.00	6.00.00	5.45.00	5.30.00
800 NL	15.00.00	15.00.00	15.00.00	15.00.00	15.00.00
1500 NL	25.00.00	25.00.00	25.00.00	25.00.00	25.00.00
50 D	0.50.00	0.45.00	0.42.00	0.40.00	0.38.00
100 D	1.40.00	1.35.00	1.27.00	1.24.00	1.21.00
200 D	3.30.00	3.15.00	3.05.00	2.56.00	2.50.00
50 B	0.51.00	0.47.00	0.45.00	0.43.00	0.42.00
100 B	1.50.00	1.45.00	1.40.00	1.33.00	1.30.00
200 B	3.55.00	3.40.00	3.30.00	3.20.00	3.10.00
50 P	0.52.00	0.45.00	0.42.00	0.38.00	0.35.00
100 P	1.50.00	1.40.00	1.35.00	1.30.00	1.25.00
200 P	3.50.00	3.50.00	3.30.00	3.15.00	3.05.00
100 4N	1.50.00	1.40.00	1.30.00	1.25.00	1.20.00
200 4N	3.45.00	3.30.00	3.10.00	3.00.00	2.55.00
400 4N	7.10.00	7.10.00	6.40.00	6.25.00	6.10.00

## **STAGES DEPARTEMENTAUX**

Ouverts aux catégories jeunes, juniors et seniors compétiteurs.

- Du lundi 24 au vendredi 28 octobre 2022 à Châteauroux (50m).  
Inscription libre auprès du comité de l'Indre de natation.  
Nombre de places disponibles : 16
- Du lundi 13 au vendredi 17 février 2023 à ? (50m).  
Inscription libre auprès du comité de l'Indre de natation.  
Nombre de places disponibles : 16
- Du lundi 17 au vendredi 21 avril 2023 à Châteauroux (50m).  
Inscription libre auprès du comité de l'Indre de natation.  
Nombre de places disponibles : 16

## **REGROUPEMENTS AVENIRS**

- Objectifs :
  - Créer un groupe, une dynamique pour la Coupe de France des départements (Jeunes)
  - Déplacement commun finale régionale avenir le dimanche 25 juin 2023 à Salbris
- Critères de sélection :
  - Avenirs : les 10 meilleures filles et 10 meilleurs garçons sur 100 4N et sur proposition des entraîneurs (pour les nouveaux)

Nombre de participants maximum : 50

- Dates à Châteauroux :
  - Samedi 17 décembre 2022
  - Samedi 11 février 2023
  - Samedi 25 mars 2023
  - Samedi 10 juin 2023



**COUPE DES DEPARTEMENTS**

Coupe des départements les samedi 3 et dimanche 4 juin 2023 en Normandie.

Modalités de participation :

- Sélections départementales de 8 nageuses : 4 de 2010 et 4 de 2011 et/ou de 8 nageurs : 4 de 2009 et 4 de 2010 + 1 remplaçant par équipe.
- Chaque équipe présente obligatoirement 1 nageur sur une épreuve individuelle (200 NL, 200 D, 200 B, 200 P, 200 4N, 50 P, 50 D, 50 B), un relais 8 x 50 NL et un relais 8 x 100 NL. Chaque nageur devra rentrer dans le 4 x 50 4N ou 4 x 100 4N. Chaque nageur nage donc 1 épreuve individuelle et 3 relais.

Sélection : à partir de la grille ci-dessous définie en commission technique. La date butoir pour réaliser les temps est le 16 avril 2023. La commission technique statuera sur la sélection et la participation à cette compétition.

Un suivi des performances relatif à cette sélection sera en ligne sur le site du Comité de l'Indre de natation.

Epreuves	Temps de référence Filles	Temps de référence Garçons
200 NL	2'45''43	2'31''75
200 Dos	2'58''52	2'34''92
200 Brasse	3'25''48	2'56''13
200 Papillon	3'12''58	2'46''89
200 4N	3'08''17	2'40''62
50 Papillon	38''30	40''50
50 Dos	38''94	37''63
50 Brasse	44''63	38''17

## COMITE DE L'INDRE DE NATATION - PROGRAMME SPORTIF 2022-2023

8 x 50 NL	4'31''24 (33''9)	4'00''76 (30)
8 x 100 NL	10'16''77 (1'17)	9'04''89 (1'08)
4 x 50 4N	2'40''07	2'20''67
4 x 100 4N	5'32''76	4'46''54

## ***BNSSA***

Avec la Protection Civile de l'Indre, formation réservée aux nageurs.

### Formation théorique et pratique :

- Du mardi 27 au vendredi 30 décembre 2022

### Formations PSE1 (35H) :

- 28, 29 et octobre 2022 + 4, 5 et 6 novembre 2022
- Du 20 au 24 février 2022

### Conditions de candidature :

- Être licencié à la FFN
- Posséder le PSE1\* (pour passer l'examen)
- Avoir 17 ans minimum le jour de l'examen

## ***CAEPMNS***

Dates : 19 au 21 octobre 2022 à Châteauroux.

Inscriptions auprès de l'ERFAN Centre-Val-de-Loire.

## ***BREVETS FEDERAUX***

Brevet Fédéral 1<sup>er</sup> degré en FOAD avec l'ERFAN Centre-Val-de-Loire.

Discussion-projet fin octobre début novembre sur un module pédagogique à destination des départements de 3 à 6 jours maxi sur la conduite de séance et apprentissage. Le département délivrera une attestation avec le nombre d'heures, celle-ci pour être prise en compte lors du positionnement si BF2.

## ***OFFICIELS***

Formation et recyclage.

### Date :

- samedi 8 octobre 2022 à Châteauroux de 14h à 16h
- dimanche 27 novembre 2022 à Issoudun de 12h30 à 13h30
- dimanche 29 janvier 2023 à Châtillon-sur-Indre de 12h30 à 13h30
- dimanche 12 février 2023 à Châteauroux de 13h00 à 14h00