



EAU LIBRE

SOMMAIRE

Programme national

XVIII ^{ème} Championnats de France du 5 km « Indoor »	149
XXVIII ^{ème} Championnats Open Elite Eau Libre	150
VII ^{ème} Coupe de France des régions eau libre	152
XXI ^{ème} Coupe de France eau libre	153
Classement des nageurs	156
Classement national des clubs	156

Programme régional

5 km indoor	158
Championnat régional eau libre	158
Coupe régionale eau libre	158

RÈGLEMENT EAU LIBRE

RÉGLEMENTATION EN FONCTION DE LA TEMPÉRATURE DE L'EAU

RÈGLEMENT FINA SUR LES COMBINAISONS DES NAGEURS EAU LIBRE

À compter du 1er janvier 2017 :

- La température de l'eau la plus basse possible pour une compétition FINA en Eau libre est de **16°C**
- **Entre 16°C et 17,9°C**, les combinaisons Néoprène ainsi que les bonnets sont obligatoires
- **Entre 18°C et 19,9°C**, les combinaisons Néoprène sont optionnelles
- **Plus de 20°C** les combinaisons Néoprène sont interdites

RÈGLEMENT FFN EAU LIBRE

Exception au règlement FINA :

- La température de l'eau la plus basse possible pour une compétition FFN en Eau libre est de **14°C**

LES CATÉGORIES D'ÂGE

Elles sont identiques à celles mises en place par la LEN et la FINA

- **Les jeunes : filles et garçons de 11 à 13 ans (nés en 2006, 2007, 2008)**
- **Les juniors :**
 - **Juniors 1 filles et garçons de 14 à 15 ans (nés en 2005 et 2004)**
 - **Juniors 2 filles et garçons de 16 à 17 ans (nés en 2003 et 2002)**
 - **Juniors 3 filles et garçons de 18 à 19 ans (nés en 2001 et 2000)**
- **Les séniors : 20 ans et plus (nés en 1999 et avant)**

LES PARCOURS NATIONAUX JEUNES- JUNIORS- SÉNIORS

Deux Championnats de France Eau libre auront lieu ainsi qu'une épreuve d'animation (Record de l'heure) :

- 1. Les Championnats de France indoor 5km**
- 2. Les Championnats de France Eau libre**
- 3. Record de l'heure**

XVIII^E CHAMPIONNATS DE FRANCE INDOOR 5 KM

Date : Le Samedi 26 janvier 2019

Lieu : Sarcelles

Équipements

Bassin de 50 m homologué, chronométrage automatique (minimum 1 plaque), bassin de récupération et bassin d'échauffement.

Les Championnats de France 5km Indoor permettent :

- Aux nageurs de l'Équipe de France Eau libre d'optimiser leur préparation pour les futures compétitions internationales.
- Aux nageurs de demi-fond Natation Course d'avoir une première approche dans la discipline au niveau de la distance
- Aux nageurs de demi-fond Natation Course de renforcer leur préparation physique et mentale à ce moment de la saison

1. Modalités d'organisation

Les séries seront nagées à deux nageurs par ligne à l'exception de la meilleure série Dames et de la meilleure série Messieurs. Le nombre de nageurs sera limité à 96 pour ces Championnats.

Des séries mixtes pourront être organisées afin de faciliter l'organisation.

Les séries seront organisées en prenant pour référence les temps sur 1500NL pour les Messieurs et 800NL pour les Dames

Un minimum de 4 nageurs pour chaque catégorie sera engagé.

Format de la compétition :

Programme de la compétition avec 96 qualifiés

- 9h 00** - série 1 16 nageurs
- 10h 10** – série 2 16 nageurs
- 11h 15** – série 3 16 nageurs
- 12h 10** - Pause
- 14h 15** – série 4 16 nageurs
- 15h 20** – série 5 16 nageurs
- 16h 25**– série 6 les 8 meilleurs dames
- 17h 30** – série 7 les 8 meilleurs messieurs
- 18h 30** – Fin de compétition

Mode de qualification

Par ordre de priorité :

1 - Avoir terminé dans les huit premiers Toutes Catégories du Championnats de France d'Eau Libre de la saison N-1 sur 5 km ou 10 km. Les nageurs qualifiés pour ces épreuves se verront attribuer un temps d'engagement défini par le directeur de la discipline, si toutefois ils n'avaient pas réalisé de 800m NL pour les Dames ou de 1500m NL pour les Messieurs en bassin de 50m entre le 1er janvier de la saison N-1 et le 31 décembre 2018.

2 - Avoir réalisé un temps de la grille ci-dessous sur 5000m lors de Championnats Régionaux ou Interrégionaux dont les résultats auront été enregistrés par la FFN (sophie.lardillat@ffnatation.fr et florian.lucas@ffnatation.fr) avant le 17 décembre 2018.

RÈGLEMENT EAU LIBRE

	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans	TC
Messieurs Bassin de 25m	1.01.05.00	1.00.35.00	1.00.20.00	59.35.00	59.05.00	58.35.00	58.05.00
Dames Bassin de 25m	1.05.35.00	1.05.05.00	1.04.35.00	1.04.05.00	1.03.35.00	1.03.05.00	1.02.35.00
Messieurs Bassin de 50m	1:02:45.00	1:02:15.00	1:01:45.00	1:01:15.00	1:00:45.00	1:00:15.00	59:45.00
Dames Bassin de 50m	1:07:15.00	1:06:45.00	1:06:15.00	1:05:45.00	1:05:15.00	1:04:45.00	1:04:15.00

3 – Avoir réalisé dans la saison en cours avant le 17 décembre 2018 ou la saison N-1 un temps de la grille ci-dessous sur 800 m NL pour les Dames ou 1500m NL pour les Messieurs en bassin de 50m.

Les performances réalisées lors du mois de décembre sont à communiquer lors de la demande d'engagement à florian.lucas@ffnatation.fr

Grille de Qualification 5Km Indoor

BASSIN DE 50M				BASSIN DE 50M			
FILLES				MESSIEURS			
	14/15 ans	16-17 ans	18 ans et Plus		14/15 ans	16-17 ans	18 ans et Plus
Dames Bassin de 50m	10'00"00	9'45"00	9'30"00	1500NL	18'30"00	17'30"00	17'00"00

Modalités d'engagement

Les pré-engagements devront parvenir à la Fédération (florian.lucas@ffnatation.fr) au plus tard le 17 décembre 2018. Après cette date, la Fédération publiera au plus vite sur le site internet fédéral la liste des 96 meilleurs nageurs retenus. Les engagements définitifs se feront sur Extranat.

Récompenses

Les trois premiers de chaque catégorie recevront une médaille :

- JUNIORS 1 (14/15 ans) (2005-2004)
- JUNIORS 2 (16 /17 ans) (2003-2002)
- JUNIORS 3 (18/19 ans) (2001-2000)
- Toutes Catégories (14 ans et plus) (2005 et avant)

XXVIII^{ÈME} CHAMPIONNATS DE FRANCE OPEN ELITE EAU LIBRE (4 JOURS)

Date et lieu :

Brive – Lac du Causse (Lissac-sur-Couze), du jeudi 23 au dimanche 26 mai 2018.

Programme

4 jours, épreuves LEN/FINA

- **Épreuves Individuelles (5Km /10Km/25Km)**
- **Épreuve par équipe : Relais mixte : 4 x 1250m**
 - Équipe composée de 4 nageurs : (2 filles et 2 garçons).
 - Chaque nageur réalise une distance de 1250m.
 - Les nageurs sont nominativement désignés lors de l'engagement.
 - Le classement de l'équipe se fera au temps.
 - Le nombre d'équipes par club n'est pas limité.

RÈGLEMENT EAU LIBRE

Modalités :

- Les nageurs d'une même équipe devront porter un bonnet identique (celui du club).
- Les équipes partiront en même temps.
- Chaque équipe se verra attribuer un numéro de place sur le ponton de départ qu'il devra respecter.
- Le départ se fera plongé ou dans l'eau, Les passages de relais se feront dans l'eau.
- Les quatre nageurs devront parcourir l'intégralité de la course.
- Le classement de l'équipe sera déterminé à l'issue du parcours du dernier relayeur

Pour s'engager sur les épreuves individuelles, tous les nageurs devront avoir réalisé l'un des temps sur l'une des distances de la grille ci-dessous dans les quatre ans précédant la date de la compétition (après le 23 mai 2015). Si la performance n'était pas enregistrée dans la base de donnée fédérale sur Extranat, fournir un justificatif au Département Eau Libre de la FFN (florian.lucas@ffnatation.fr). Le Directeur de la discipline se réserve le droit d'accepter toute demande spécifique.

Grille de Qualification Championnats de France Eau Libre 2019							
BASSIN DE 50M				BASSIN DE 50M			
FILLES				MESSIEURS			
	14/15 ans	16-17 ans	18 ans et Plus		14/15 ans	16-17 ans	18 ans et Plus
800 NL	10'00"00	9'45"00	9'30"00	1500NL	18'30"00	17'30"00	17'00"00
BASSIN DE 25M				BASSIN DE 25M			
FILLES				MESSIEURS			
	14/15 ans	16-17 ans	18 ans et Plus		14/15 ans	16-17 ans	18 ans et Plus
800 NL	9'50"00	9'35"00	9'20"00	1500NL	18'10"00	17'10"00	16'40"00

Grille Eau Libre (performance réalisée sur une épreuve internationale ou nationale)							
BASSIN DE 50M				BASSIN DE 50M			
FILLES				MESSIEURS			
	14/15 ans	16-17 ans	18 ans et Plus		14/15 ans	16-17 ans	18 ans et Plus
5 km	1h31 00s	1h28min 00s	1h27min 00s	5 km	1h27min 00s	1h24min 30s	1h22min 00s
10 km	2h50 min 00s	2h45 min 30s	2h45min 00s	10 km	2h46min 00s	2h42min 00s	2h38min 00s

- Jeunes (11-13 ans) uniquement sur 5Km en ligne (classés avec les juniors 1)
- Juniors 1 (14-15 ans) uniquement sur les épreuves de 5km et 10km
- Juniors 2 (16-17 ans)
- Juniors 3 (18-19 ans)
- Toutes catégories
- La composition des relais est toutes catégories confondues (11ans et plus)
- Universitaires (si Coupe de France Universitaire programmée conjointement par FFSU)

Engagements

- Pour les épreuves individuelles comme pour les relais, ils sont réservés aux seuls licenciés FFN ou d'une Fédération membre de la FINA. Ils se feront sur la plateforme en ligne FFN-Eau Libre (<https://www.ffneaulibre.fr/>) et seront clôturés 4 jours pleins avant la date de la première épreuve des Championnats de France. Sur le 25 km, le Département Eau Libre peut être amené à limiter le nombre de participants pour raison de sécurité.
- Pour les relais, un même club pourra présenter plusieurs équipes.

RÈGLEMENT EAU LIBRE

Modalités

- Température de l'eau : la réglementation FINA en vigueur sera appliquée (voir première page du Règlement Eau Libre)
- Délais de fin de course : 30 minutes pour le 5 km,
45 minutes pour le 10 km,
1 heure 15 minutes pour le 25 km,

Ceci afin de prendre en considération les diverses catégories présentes dans la même course, ces délais s'appliqueront après l'arrivée du premier Français TC pour les messieurs, après l'arrivée de la première Française TC pour les dames. Passé ce délai, les nageurs devront monter à bord des bateaux pour être accompagnés à terre.

- Maillots et combinaisons : homologués FINA
- Pièce d'identité obligatoire
- Réunion Technique : elle se déroulera la veille de la première épreuve des Championnats
- Cérémonies protocolaires : elles se dérouleront dès la validation des résultats
- Récompenses : pour chaque épreuve sera établi un classement dames et messieurs en fonction des catégories autorisées à participer dans la dite épreuve ; les trois premiers des classements recevront une médaille.

CLASSEMENT ÉLITE DES CLUBS

Il sera établi un classement Élite des clubs.

Pour ce classement seront cumulés les points acquis par les dames et les messieurs de chaque club sur le Championnat de France Indoor du 5Km, sur chacune des trois épreuves individuelles du Championnat de France, ainsi que les points des équipes engagées sur les relais.

Décompte des points :

1^{er} : 55 pts ; 2^e : 51 pts ; 3^e : 49 pts ; 4^e : 47 pts ; 5^e : 46 pts ; 6^e : 45 pts 50^e et suivants : 1 pt. NB : pour les relais, les points seront doublés.

En cas d'égalité, les clubs ex aequo seront départagés au nombre de premières places puis, éventuellement, au nombre de deuxièmes, etc.

Récompenses

Les trois premières équipes recevront une coupe.

RECORD DE L'HEURE

Cette épreuve est proposée aux organisateurs de meetings Natation Course. Il s'agit d'une épreuve d'animation qui permettra aux nageurs d'Eau libre et de demi-fond d'avoir la possibilité de renforcer leur préparation.

La période préconisée est l'automne.

VII^{ÈME} COUPE DE FRANCE DES RÉGIONS EAU LIBRE

Catégories de J1 (14-15ans) et J2 (16-17 ans)

- Épreuve support : 5km en ligne des Championnats de France Eau Libre
- Équipe composée de 4 nageurs : (2 filles et 2 garçons) :
 - 1 fille de 14 ou 15 ans (J1)
 - 1 fille de 16 ou 17 ans (J2)
 - 1 garçon de 14 ou 15 ans (J1)
 - 1 garçon de 16 ou 17 ans (J2)
- Les nageurs devront être engagés individuellement sur l'épreuve par leur club, via la procédure d'engagement en vigueur pour les Championnats de France Eau Libre.
- Les compositions nominatives des équipes déterminées par les Ligues devront être communiquées au Département Eau Libre par mail au plus tard 4 jours avant l'épreuve (florian.lucas@ffnatation.fr).
- Les régions pourront engager plusieurs équipes mais seule la meilleure équipe sera classée.
- Le classement de l'équipe se fera par addition des points obtenus par les 4 nageurs, dans leur classement respectif de sexe et de catégorie du 5km en ligne.

Attention en cas de disqualification ou d'abandon d'un ou plusieurs nageurs, l'équipe ne sera pas classée.

RÈGLEMENT EAU LIBRE

Récompenses

Une coupe sera remise aux trois premières équipes.

Bonifications

Les nageurs qui entreront dans le classement de la coupe des régions se verront attribuer 50 points de bonification pour le classement national annuel des nageurs eau libre.

Classements aux points pour la coupe des régions (J1 et J2 ont la même table de points)

1 ^{er}	100		6 ^e	45		11 ^e	20		16 ^e	15		21 ^e	10		26 ^e	5
2 ^e	80		7 ^e	40		12 ^e	19		17 ^e	14		22 ^e	9		27 ^e	4
3 ^e	70		8 ^e	35		13 ^e	18		18 ^e	13		23 ^e	8		28 ^e	3
4 ^e	60		9 ^e	30		14 ^e	17		19 ^e	12		24 ^e	7		29 ^e	2
5 ^e	50		10 ^e	25		15 ^e	16		20 ^e	11		25 ^e	6		DNF	0

XXI^{ème} COUPE DE FRANCE EAU LIBRE

Les coefficients

- Coefficient 3 (points X3) :

Championnats de France. Les Championnats de France doivent rester la compétition majeure du calendrier. C'est lors de cette compétition que nous sélectionnons le plus souvent les nageurs qui représenteront l'Équipe de France lors des compétitions internationales. Il est donc logique de valoriser au maximum cette compétition qui demande à ses organisateurs des contraintes spécifiques.

- Coefficient 2 (points X2) :

- La Finale de la Coupe de France
- Les étapes de la tournée estivale FFN Eau Libre « EDF Aqua Challenge » inscrites au calendrier de la Coupe de France 2019.

- Coefficient 1 (points X1) :

Les autres Étapes de Coupe de France.

Engagements

Ils devront être faits sur la plateforme FFN - Eau Libre (<https://www.ffneaulibre.fr/>)

Épreuve Grand Public

Les distances inférieures à 2000m sont à privilégier pour le grand public. Le port de la combinaison «néoprène triathlon» est autorisé quelle que soit la température de l'eau, et l'organisateur peut la rendre obligatoire pour des raisons de sécurité. L'épreuve Grand Public est une épreuve d'animation, elle ne donne pas de points pour le classement de la Coupe de France.

Épreuve Élite

Cette épreuve est ouverte aux licenciés FFN et licenciés FFN - Eau Libre. Les non-licenciés devront s'acquiescer d'une licence FFN – Eau Libre au moment de leur inscription.

Maillots et combinaisons autorisés en fonction de la température de l'eau : application du règlement FINA (voir première page du règlement FFN Eau Libre).

Attribution des points

Un nageur ne peut disputer qu'une seule course inscrite au calendrier de la Coupe de France dans une même journée.

Chaque nageur cumulera les points obtenus sur les étapes auxquelles il a participé ; un maximum de 15 cotations sera pris en compte.

RÈGLEMENT EAU LIBRE

Les Jeunes (11-13 ans) ne sont autorisés à participer qu'aux épreuves de 5km et moins. Les points seront affectés du coefficient lié à l'étape.

En cas d'égalité au total général à l'issue de la finale, les ex æquo seront départagés au total de points obtenus sur les deux épreuves de la finale. En cas de nouvelle égalité, le nombre de victoires sur l'ensemble des étapes de Coupe de France sera pris en compte pour les départager.

Procédure expérimentale pour les épreuves sur l'Atlantique, la Manche et la Mer du Nord

Compte tenu des marées, à titre expérimental et par dérogation au règlement FINA Eau Libre, les organisateurs sont autorisés à modifier leur réglementation concernant les départs et les arrivées :

- Les départs pourront avoir lieu hors de l'eau, à une distance ne dépassant pas 10 mètres de la zone aquatique, la ligne de départ devant être matérialisée soit par un traçage au sol, soit par des plots ou de la rubalise.
- Les arrivées pourront également se faire hors de l'eau à une distance inférieure à 10 mètres de la rive. La ligne d'arrivée devra être matérialisée par un traçage au sol, un portique, ou un tapis incluant un système de chronométrage automatique pour les nageurs équipés d'un transpondeur. La zone d'arrivée devra être matérialisée, dans l'eau par un entonnoir balisé par des lignes de bouées, suivi pour la partie terrestre de lignes de barrières se rétrécissant jusqu'à la ligne d'arrivée.
- Les organisateurs pourront proposer sur leurs épreuves un ou plusieurs passages hors de l'eau (15m maximum). La longueur cumulée du passage ou des passages successifs hors de l'eau ne devra pas être supérieure à 1% de la distance totale de l'épreuve.
- La distance annoncée dans le règlement et le programme devra être la distance nagée, la distance non nagée s'ajoutant à la distance nagée.

ATTRIBUTION DES POINTS : COUPE DE FRANCE EAU LIBRE 2019

	Distance < 2km	Distance = 2km et < 3km	Distance = 3km et < 5km	Distance = 5km et < 10km	Distance = 10 km et plus
1 ^{er}	1000	1500	2000	3500	4500
2 ^e	900	1400	1900	3400	4400
3 ^e	850	1350	1850	3350	4350
4 ^e	800	1300	1800	3300	4300
5 ^e	750	1250	1750	3250	4250
6 ^e	700	1200	1700	3200	4200
7 ^e	650	1150	1650	3150	4150
8 ^e	600	1100	1600	3100	4100
9 ^e	550	1050	1550	3050	4050
10 ^e	500	1000	1500	3000	4000
11 ^e	499	950	1450	2950	3950
12 ^e	498	900	1400	2900	3900
13 ^e	497	850	1350	2850	3850
14 ^e	496	800	1300	2800	3800
15 ^e	495	750	1250	2750	3750
16 ^e	494	700	1200	2700	3700
17 ^e	493	650	1150	2650	3650
18 ^e	492	600	1100	2600	3600
19 ^e	491	550	1050	2550	3550
20 ^e	490	500	1000	2500	3500
21 ^e	489	499	950	2450	3450
22 ^e	488	498	900	2400	3400
23 ^e	487	497	850	2350	3350
24 ^e	486	496	800	2300	3300
25 ^e	485	495	750	2250	3250
26 ^e	484	494	700	2200	3200
27 ^e	483	493	650	2150	3150

RÈGLEMENT EAU LIBRE

28 ^e	482	492	600	2100	3100
29 ^e	481	491	550	2050	3050
30 ^e	480	490	500	2000	3000
31 ^e	479	489	499	1950	2950
32 ^e	478	488	498	1900	2900
33 ^e	477	487	497	1850	2850
34 ^e	476	486	496	1800	2800
35 ^e	475	485	495	1750	2750
36 ^e	474	484	494	1700	2700
37 ^e	473	483	493	1650	2650
38 ^e	472	482	492	1600	2600
39 ^e	471	481	491	1550	2550
40 ^e	470	480	490	1500	2500
41 ^e	469	479	489	1450	2450
42 ^e	468	478	488	1400	2400
43 ^e	467	477	487	1350	2350
44 ^e	466	476	486	1300	2300
45 ^e	465	475	485	1250	2250
46 ^e	464	474	484	1200	2200
47 ^e	463	473	483	1150	2150
48 ^e	462	472	482	1100	2100
49 ^e	461	471	481	1050	2050
50 ^e	460	470	480	1000	2000
51 ^e	459	469	479	950	1950
52 ^e	458	468	478	900	1900
53 ^e	457	467	477	850	1850
54 ^e	456	466	476	800	1800
55 ^e	455	465	475	750	1750
56 ^e	454	464	474	700	1700
57 ^e	453	463	473	650	1650
58 ^e	452	462	472	600	1600
59 ^e	451	461	471	550	1550
60 ^e	450	460	470	500	1500
61 ^e	449	459	469	499	1450
62 ^e	448	458	468	498	1400
63 ^e	447	457	467	497	1350
64 ^e	446	456	466	496	1300
65 ^e	445	455	465	495	1250
66 ^e	444	454	464	494	1200
67 ^e	443	453	463	493	1150
68 ^e	442	452	462	492	1100
69 ^e	441	451	461	491	1050
70 ^e	440	450	460	490	1000
71 ^e	439	449	459	489	950
72 ^e	438	448	458	488	900
73 ^e	437	447	457	487	850
74 ^e	436	446	456	486	800
75 ^e	435	445	455	485	750
76 ^e	434	444	454	484	700
77 ^e	433	443	453	483	650
78 ^e	432	442	452	482	600
79 ^e	431	441	451	481	550
80 ^e	430	440	450	480	500

RÈGLEMENT EAU LIBRE

Récompenses

Les trois premiers et les trois premières du classement général toutes catégories, du classement Jeunes (15 ans et moins), du classement Cadets (16-17 ans), du classement Maîtres C1 (25-44 ans) et du classement Maîtres C2 (45 ans et +) Messieurs et Dames recevront une médaille.

Les quinze premiers et les quinze premières du classement toutes catégories Messieurs et Dames recevront un prix.

ATTRIBUTION DES PRIX : DAMES ET MESSIEURS Toutes Catégories

1 ^{er}	1.500 €	6 ^e	450 €	11 ^e	140 €
2 ^e	1.050 €	7 ^e	375 €	12 ^e	130 €
3 ^e	750 €	8 ^e	300 €	13 ^e	120 €
4 ^e	600 €	9 ^e	225 €	14 ^e	110 €
5 ^e	525 €	10 ^e	150 €	15 ^e	100 €

CLASSEMENT NATIONAL DES NAGEURS

Un classement national des nageurs en eau libre sera établi selon le barème en annexe. Le nageur marque des points à chaque niveau de compétition auquel il a participé..

Pour les Championnats de France, les Championnats d'Europe, les Championnats du Monde, il est possible de marquer des points sur plusieurs épreuves individuelles.

Pour les épreuves par équipe des Championnats Nationaux et Internationaux chaque membre de l'équipe marque 50% des points équivalent à la place obtenue dans la compétition d'appartenance.

CLASSEMENT NATIONAL DES CLUBS

Il s'établit par addition des points marqués par chaque nageur au classement national individuel.

Le classement définitif du barème sera proposé une fois la saison d'eau libre 2018 écoulée. Pour l'établir, la Commission Eau Libre fédérale souhaite en effet étudier les chiffres de la participation aux différentes compétitions inscrites au calendrier fédéral en 2018.

BARÈME POUR LE CLASSEMENT NATIONAL DES NAGEURS ET DES CLUBS 2018 (APPELÉ À ÉVOLUER POUR 2019)

Place	Coupe de France	Championnat Régional EL et Indoor Coupe Régionale	Championnats de France EL et 5km Indoor	COMEN	Championnats d'Europe Juniors	Championnats du Monde Juniors Universiades // Jeux Med	Championnats d'Europe	Championnats du Monde	Jeux Olympiques
1	3.000	200	4.000	3.000	4.000	6.000	8.000	16.000	30.000
2	2.850	190	3.800	2.850	3.800	5.700	7.600	15.200	28.500
3	2.700	180	3.600	2.700	3.600	5.400	7.200	14.400	27.000
4	2.550	170	3.400	2.550	3.400	5.100	6.800	13.600	25.500
5	2.400	160	3.200	2.400	3.200	4.800	6.400	12.800	24.000
6	2.250	150	3.000	2.250	3.000	4.500	6.000	12.000	22.500
7	2.100	140	2.800	2.100	2.800	4.200	5.600	11.200	21.000
8	1.950	130	2.600	1.950	2.600	3.900	5.200	10.400	19.500
9	1.800	120	2.400	1.800	2.400	3.600	4.800	9.600	18.000
10	1.650	110	2.200	1.650	2.200	3.300	4.400	8.800	16.500
11	1.500	100	2.000	1.500	2.000	3.000	4.000	8.000	15.000
12	1.350	90	1.800	1.350	1.800	2.700	3.600	7.200	13.500

RÈGLEMENT EAU LIBRE

13	1.200	80	1.600		1.200	1.600	2.400	3.200	6.400	12.000
14	1.050	70	1.400		1.050	1.400	2.100	2.800	5.600	10.500
15	900	60	1.200		900	1.200	1.800	2.400	4.800	9.000
16	750	50	1.000		750	1.000	1.500	2.000	4.000	7.500
17	600	40	800		600	800	1.200	1.600	3.200	6.000
18	450	30	600		450	600	900	1.200	2.400	4.500
19	300	20	400		300	400	600	800	1.600	3.000
20	150	10	200		150	200	300	400	800	1.500
21	50	9	100		100	150	250	350	700	1300
22	45	8	90		100	150	250	350	700	1300
23	40	7	80		100	150	250	350	700	1300
24	35	6	70		100	150	250	350	700	1300
25	30	5	60		100	150	250	350	700	1300
26	25	4	50		100	150	250	350	700	1300
27	20	3	40		100	150	250	350	700	1300
28	15	2	30		100	150	250	350	700	1300
29	10	1	20		100	150	250	350	700	1300
30	10	1	10		100	150	250	350	700	1300
31 et +	10	1	10		100	150	250	350	700	1300
19	300	20	400		300	400	600	800	1.600	3.000
20	150	10	200		150	200	300	400	800	1.500
21	50	9	100		100	150	250	350	700	1300
22	45	8	90		100	150	250	350	700	1300
23	40	7	80		100	150	250	350	700	1300
24	35	6	70		100	150	250	350	700	1300
25	30	5	60		100	150	250	350	700	1300
26	25	4	50		100	150	250	350	700	1300
27	20	3	40		100	150	250	350	700	1300
28	15	2	30		100	150	250	350	700	1300
29	10	1	20		100	150	250	350	700	1300
30	10	1	10		100	150	250	350	700	1300
31 et +	10	1	10		100	150	250	350	700	1300

Tous les nageurs qui entrent dans le classement de la coupe des Régions marqueront 50 points supplémentaires.

RÈGLEMENT EAU LIBRE

PROGRAMME RÉGIONAL

Pour l'ensemble des championnats régionaux, les dates et les lieux devront parvenir au département Eau libre au minimum 15 jours avant l'épreuve et les résultats immédiatement après l'épreuve.

5KM INDOOR REGIONAL

Il doit être programmé en bassin de 50 m ou 25 m au plus tard le dimanche 16 décembre 2018 inclus. Le chronométrage automatique n'est pas obligatoire pour que le temps réalisé soit qualificatif aux championnats de France, toutefois seules les performances réalisées en bassin de 50 m avec chronométrage automatique pourront éventuellement être reconnues Record de France et/ou meilleure performance française.

Il peut être organisé en association avec une autre région, voire au niveau interrégional.

Pour faciliter l'organisation, les premières séries peuvent être nagées à 2 nageurs par ligne d'eau et/ou être mixtes.

Les résultats devront être adressés à la Fédération le lendemain de l'épreuve pour validation des critères de qualification aux Championnats de France du 5km Indoor (sophie.lardillat@ffnatation.fr et florian.lucas@ffnatation.fr).

RECORD RÉGIONAL DE L'HEURE EAU LIBRE

Chaque région sera en charge de la mise en place de ces propres records et de leurs conditions de validation.

CHAMPIONNAT RÉGIONAL EAU LIBRE

Il se déroule sur une seule journée et sur une seule distance déterminée par chaque région. Même s'il peut attribuer des titres par catégories d'âge, c'est le classement toutes catégories qui servira à l'attribution de points pour le classement national des nageurs et des clubs. Les résultats devront être adressés à la Fédération dans la semaine suivant l'épreuve pour pouvoir prétendre à attribution des bonifications (sophie.lardillat@ffnatation.fr). L'organisation conjointe d'une épreuve grand public au format de celle des étapes de la Coupe de France est fortement recommandée.

COUPE RÉGIONALE EAU LIBRE

Son objectif est de regrouper en son sein toutes les épreuves d'eau libre d'une même région afin d'éditer et de récompenser les classements régionaux qui en découlent.

Les résultats devront être adressés à la Fédération avant le 15 septembre pour pouvoir prétendre à attribution des bonifications.

ANNEXE - NAGE HIVERNALE

La FFN et sa Commission Eau Libre s'est donnée pour objectif de développer la nage hivernale en France.

Quelques éléments de contexte :

- Une discipline en plein essor : il est important de se positionner pour garantir la sécurité des pratiquants.
- Manne de licenciés potentiels
- La FINA réfléchit sur l'intégration de cette discipline au programme des Jeux Olympiques d'hiver. (Avis sollicité par un membre de la FINA auprès de Stéphane Lecat lors de la Coupe du Monde Eau Libre de Doha).

La volonté de la FFN est de créer à terme un circuit d'épreuves et un championnat de France de nage hivernale sur l'hexagone, ouverts à tous.

Les épreuves de nage hivernale peuvent se dérouler en eau libre ou dans un espace banalisé (bassin de 25m ou 50m).

La température de l'eau la plus haute possible pour une compétition FFN de nage hivernale est de 10°C.

Les nageurs nagent uniquement avec un maillot classique (homologué FINA piscine), un bonnet de bain et des lunettes.

La combinaison est strictement interdite.

Epreuves individuelles (âge minimal 18ans, pas de temps limite) :

25 m papillon, brasse et nage libre

50 m brasse et nage libre

100 m brasse et nage libre

Epreuves individuelles dites d'endurance (âge minimal 18 ans) :

200 m nage libre (temps limite 10')

450 m ou 500 m nage libre (temps limite 15')

1000 m nage libre (temps limite 30')

Relais :

4x25 m brasse ou 4x25 m nage libre

4x50 m brasse ou 4x50 m nage libre

4x250 m nage libre

Epreuves nationales :

Tout club désirant organiser une épreuve de nage hivernale doit en aviser la Commission Eau Libre FFN (copie à leurs Comités Départementaux et Régionaux) avant le 15 novembre 2018.

Championnats de France 2019 de nage hivernale

Date (janvier) et lieu à déterminer (Megève ? Granville ?)

Besoins en logistique, sécurité et réchauffement des nageurs, pour le bon déroulement d'une compétition de nage hivernale :

- Un site qui servira de « centre de compétition »
- Des vestiaires, une chambre d'appel, une pièce pour le jury et les bénévoles : chauffés
- Des échelles pour descendre dans l'eau à chaque extrémité du bassin (plongeon interdit)
- Système de chronométrage et chronométreurs
- Thermomètres électroniques
- Deux plongeurs prêts à intervenir autour du plan d'eau
- Un médecin dans un poste médical avancé avec un défibrillateur
- Un poste de secours et une ambulance à disposition
- Un sauna/hammam, d'une température minimum de 35°C, à proximité de la sortie de l'eau, avec des serviettes humides chaudes
- Deux jacuzzis ou « Hot Tub » d'une température minimum de 35°C
- Des boissons chaudes à volonté pour les nageurs

