

# RÈGLEMENT

## NATATION COURSE

JANVIER - JUIN 2026



[contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)

06 08 28 86 82

# CALENDRIER

JANVIER	FÉVRIER	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET
1 J	1 D MCA	1 D MCA	1 M	1 V GRAND PRIX BX	1 L	1 M
2 V	2 L	2 L	2 J	2 S stage U13	2 M	2 J
3 S	3 M	3 M	3 V	3 D La Teste	3 M	3 V CHPT'S LNA
4 D	4 M	4 M	4 S LNA CONFERENCE	4 L	4 J	4 S ÉTÉ
5 L	5 J	5 J	5 D La Teste	5 M	5 V	5 D LIMOGES
6 M	6 V	6 V		6 M	6 S CFD	6 L
7 M	7 S circuit 33 - Ambazac	7 S		7 M	7 J	7 D Meet. Maîtres Langon
8 J	8 D Meeting O'man	8 D circuit 33 - Pessac	8 M	8 V	8 L	8 M
9 V	9 L	9 L	9 J	9 S	9 M	9 J
10 S	10 M	10 M	10 V	10 D	10 M	10 V
11 D colloque ligue	11 M	11 M	11 S	11 L	11 J	11 S
12 L	12 J	12 J	12 D	12 M	12 V	12 D
13 M	13 V	13 V CHPT'S LNA	13 L	13 M	13 S LNATOUR	13 L
14 M	14 S	14 S PRINTEMPS	14 M	14 J	14 D coupe été avenir's	14 M
15 J	15 D	15 D TC - BRIVE	15 M	15 V	15 L	15 M
16 V	16 L	16 L	16 J	16 S	16 M	16 J
17 S	17 M	17 M	17 V	17 D	17 M	17 V
18 D MCA	18 M	18 M	18 S	18 L	18 J	18 S
19 L	19 J	19 J	19 D MCA / circuit 33	19 M	19 V	19 D
20 M	20 V	20 V	20 L	20 M	20 S championnats 33	20 L
21 N	21 S	21 S	21 M	21 J	21 D Championnats 33	21 M
22 J	22 D coupe printemps	22 D	22 M	22 V	22 L	22 M
23 V	23 L	23 L	23 J	23 S LNA CHALLENGE	23 M	23 J
24 S circuit 33	24 M	24 M	24 V	24 D circuit 33 - bx Gd Parc	24 M	24 V
25 D Eysines	25 M	25 M	25 S LNA CHALLENGE	25 L	25 J	25 S
26 L	26 J	26 J	26 D BORDEAUX	26 M	26 V	26 D
27 M	27 V	27 V	27 L	27 M	27 S CHPT'S LNA	27 L
28 M	28 S TROPHEE LNA	28 S LNA CHALLENGE	28 M	28 J	28 D U13 - VILLENAVE	28 M
29 J	29 D NC U13 La Teste	29 D	29 M	29 V	29 L	29 M
30 V	30 L	30 L	30 J	30 S	30 M	30 J
31 S LNATOUR				31 D MCA		31 V

## SOMMAIRE

### INFORMATIONS GENERALES :

- Engagements / tarifs / pénalités 1
- Formations "officiels" / feuille de jury / Quota officiels 2
- Les Organisations organisées par des clubs 3

### LES U11:

- Les U11 - introduction et récapitulatif des dates 4
- Le Meeting Club Avenir (MCA) : dates, programmes et règlements 5
- MCA - les cartes, badges et pass'nageurs 6
- Les finalités U11 7
- Coupe de Printemps 8
- Coupe d'été 9

### LES U13 :

- Les U13 - introduction, récapitulatif des dates et trophées 10
- Les trophées FFN et récompenses 11
- Stages et regroupements départementaux 12
- 5 circuits de travail - explications des circuits 1 à 5 13
- Interclubs U13 14
- Circuit 1 16
- Circuit 2 17
- Circuit 3 18
- Circuit 4 19
- Circuit 5 20
- Championnats Gironde été 21 - 22

### LES U15 - U18:

- Les U15 - U18 : introduction et récapitulatif des dates 15
- Circuit 1 16
- Circuit 2 17
- Circuit 3 18
- Circuit 4 19
- Circuit 5 20
- Championnats Gironde Eté 21 - 23

### TOUTES CATEGORIES :

- Le Record de l'heure 2026 24

### LES MAITRES :

- Championnat Gironde été 25

## LES COMPETITIONS

### ENGAGEMENTS :

Les compétitions organisées par le CD33 Natation sont publiées sur extranat.fr selon les règlements qui sont dans ce document. Les engagements se font exclusivement sur extranat.fr jusqu'au mercredi (23h59) précédent la compétition. Tout engagement réalisé après cette date fera l'objet d'une facturation de 10 €.

**Aucun engagement sera pris sur le bord du bassin le jour de la compétition.**

- Pour chaque compétition, le CD33 Natation met en ligne le Live avec le programme et la liste des nageurs engagés le jeudi matin précédent la compétition. Un mail est également envoyé à tous les clubs participants avec tous les éléments relatifs à la compétition.

Si un club souhaite nager à l'extérieur du département\*, il devra :

- En faire la demande au CD33 Natation pour avis favorable ou défavorable
- Avoir une réponse positive écrite du CD où il souhaite s'engager et transférer cette demande par mail à contact@ffnatation33.org

De manière générale, un club de Gironde ne pourra pas aller nager à l'extérieur, si le CD33 Natation organise une compétition départementale pour la catégorie concernée.

\*sont exclus de cette demande les meetings "clubs" (exemple LNA challenge à Poitiers, Bayonne, etc).

### TARIFS - PENALITES :

Les engagements des clubs de Gironde sur les compétitions organisées par le CD33 Natation rentrent dans "la participation forfaitaire des clubs" votée en AG. Pour les clubs hors Gironde souhaitant participer à une compétition départementale, le tarif de l'engagement est de **6 € / course et 10 € par relais**.

Sur chaque compétition les clubs devront respecter certaines règles. Le non respect de ces dernières entraîneront des pénalités (votées en AG) :

- Engagement en retard : 10 €
- Forfait non Déclaré (30' avant le début de chaque réunion) : 20 €
- Manque d'officiel : 40 €

## LES OFFICIELS

### FORMATIONS :

Le CD33 Natation met en place des formations

- chronométreurs (visio + 40 courses chronométrées + 10 courses Juge à l'arrivée)
- Starter
- Juge
- Juge arbitre

Le calendrier des formations se trouve [ICI](#)

Le suivi des personnes en formation est disponible :

- pour les chronométreurs [ICI](#) (les officiels qui ont fini leur formation ne figure plus sur cet onglet)
- pour les Judges [ICI](#)

### FEUILLE DE JURY :

Pour chaque compétition organisée par le CD33 Natation (et les MCA), il est demandé aux clubs de remplir la feuille de jury le vendredi avant 12h00, veille de la compétition.

#### RAPPEL :

- Les officiels doivent être [LICENCIES](#) pour prendre part au jury
- Aucun "examen chrono" ne sera pris sur le bord du bassin. Ils doivent être inscrits sur la feuille de jury

Cliquez [ICI](#) pour voir la feuille de jury

### QUOTA OFFICIELS / NAGEURS :

Sur chaque compétition départementale, le club doit engager des officiels par rapport aux nombre de nageurs engagés. Ce calcul se fait par réunion. Retrouvez [ICI](#) le quota selon le type de compétition (Interclubs, pré saison, circuit, etc.)

## LES ORGANISATIONS "CLUBS"

### MEETING ORNON NATATION :

Organisé par le club **Ornon Natation** à la piscine Olympique de Villenave d'Ornon  
Contact : [asso.ornon.natation@gmail.com](mailto:asso.ornon.natation@gmail.com)

- Dimanche 8 février 2026
- Catégories : U11 - U13 - U15 - U18

### LNA CHALLENGE - LA TESTE :

Organisé par le club de l'AS La Teste Natation.  
Contact : [astnatation.secretariat@gmail.com](mailto:astnatation.secretariat@gmail.com)



- Samedi 28 mars 2026
- Catégorie : U11 - U13

### LNA CONFÉRENCE - LA TESTE :

Organisé par le club de l'AS La Teste Natation.  
Contact : [astnatation.secretariat@gmail.com](mailto:astnatation.secretariat@gmail.com)



- Samedi 4 et Dimanche 5 avril 2026
- Catégorie : U15 - U18

### CHALLENGE AIMÉ BROUSTE - LNA CHALLENGE :

Organisé par le club des Girondins de Bordeaux. Piscine du Grand parc à Bordeaux  
Contact : [contact@girondins-natation.com](mailto:contact@girondins-natation.com)



- Samedi 25 et dimanche 26 Avril 2026
- Catégories : U11 - U13

### MEETING JEAN BOITEUX - LNA TOUR :

Organisé par le club des Girondins de Bordeaux.  
Contact : [contact@girondins-natation.com](mailto:contact@girondins-natation.com)



- Vendredi 1er, samedi 2 et dimanche 3 mai 2026
- Catégories : U15 - U18

## **LES U11**

- Nageurs nés en 2015 et après :
  - U11 = 2015 - 11 ans
  - U10 = 2016 - 10 ans
  - U9 = 2017 et avant - 9 ans

Le règlement sportif 2026 des avenirs a été construit en prenant en compte la saison sportive 2025. Les programmes de cette catégorie sont basés sur le circuit MCA. Dans les pages suivantes, vous trouverez toutes les explications sur ce circuit, qui a pour objectifs d'intégrer progressivement les plus jeunes nageurs des clubs à la compétition tout en élevant progressivement le niveau de performance sur certaines dates clés dans la saison sportive. La formation des nageurs est au centre de ce dispositif où la qualification à diverses échelons n'est pas la finalité.

Les compétitions 2026 pour la catégorie U11 organisées et/ou coordonnées par le CD33:

- MCA 1 : Dimanche 18 janvier 2026
- MCA 2 : Dimanche 1er février 2026
- MCA 3 : Dimanche 1er mars 2026
- **Coupe de Printemps** : Dimanche 22 mars 2026
- MCA 4 : Dimanche 19 avril 2026
- MCA 5 : Dimanche 31 mai 2026
- **Coupe été** : Dimanche 14 juin 2026

**Les nageurs de la catégorie U11 doivent nager en maillot de bain. Le port d'une combinaison ou d'un jammer entraînera une disqualification. Se reporter à l'annuel règlement 2026.**

## MEETING CLUB AVENIRS - MCA

### CATÉGORIE : U11

MCA 1	18/01/2026	AMBARES - ?
MCA 2	01/02/2026	? - ?
MCA 3	01/03/2026	EYSINES - TALENCE
MCA 4	19/04/2026	PESSAC
MCA 5	31/05/2026	BORDEAUX (GRAND PARC)

## REGLEMENT :

- Organisation "clubs" coordonnée et soutenue par le CD33 Natation
- **2 engagements individuels** par nageur
- Relais mixte : Libre 2/2 ou 1/3
- Tarif : 2,50 € / nageur (à régler à l'organisateur)
- Les clubs participants se doivent de fournir des officiels (comme sur les compétitions du CD33)
- La répartition des clubs par site est disponible sur [le lien "MCA 2026"](#)
- Règlement world aquatics pour les 50, 100 et 100 4 Nages
  - **ATTENTION : les enfants ayant nagé le 100 4 Nages uniquement en 2024, devront le renager en 2026**
- Sur chaque MCA : UN podium 2015, UN podium 2016, UN podium 2017 et moins, UNE médaille à TOUS les 2018, 2019
- Le relais proposé à chaque MCA est à l'initiative du/des clubs organisateurs et doit être autre chose qu'un 4x50 NL ou 4 nages. Seront privilégiés des relais "battements", "crawl polo avec un ballon", "tapis", etc...
- Une réunion technique avec entraîneurs et juges arbitres sera organisée avant chaque MCA

## PROGRAMMES :

MCA 1	50 (25 DOS - 25 BRASSE) - 50 BRASSE - 25 PAP - 100 DOS - RELAIS
MCA 2	50 (25 PAP - 25 DOS) - 50 PAP - 25 NL - 100 BRASSE - RELAIS
MCA 3	50 (25 BRASSE - 25 NL) - 50 DOS - 100 4 NAGES - 25 BRASSE - RELAIS
MCA 4	50 (25 BRASSE - 25 NL) - 50 NL - 25 DOS - 100 PAP - RELAIS
MCA 5	50 PAP - 50 DOS - 50 BRASSE - 100 NL - 100 4 NAGES

- Les programmes sont disponibles sur [le lien "MCA 2026"](#)
- Certaines épreuves sont supports des trophées nationaux FFN :
  - **Trophée 4 nageurs pour les 10 ans et moins** : les quatre 25 mètres
  - **Trophée 4 nageurs pour les 11 ans** : les quatre 50 mètres
  - **Trophée nageur complet pour les 10 ans et moins** : Un 25 m de spé + 200 NL
  - **Trophée nageur complet pour les 11 ans** : Un 50 m de spé + 100 4 N + 400 NL

## EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat. La date limite est fixée au **mercredi précédent la compétition (23h59)**

## MEETING CLUB AVENIRS MCA

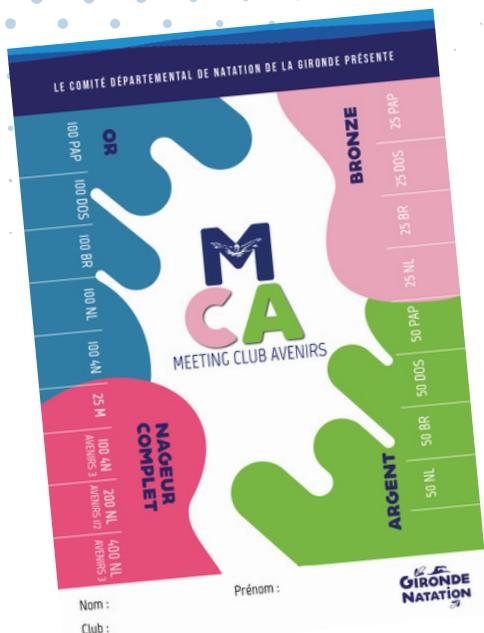
### SUITE

## RECOMPENSES :

- 3 Podiums sur chaque épreuves (2015 - 2016 - 2017 et moins) - à la charge de l'organisateur des MCA
- Une médaille pour tous les 2018 et 2019 à chaque participation
- Chaque vainqueur de série se voit remettre une carte MCA (voir ci dessous)

## LES CARTES "MCA" :

- Chaque gagnant d'une série se verra remettre UNE carte "MCA"
- Sur chaque "Coupe", les nageurs pourront échanger les cartes contre des goodies (magnets, autocollants, bonnets, serviettes, etc)



## PASS'NAGEUR :

Le Pass'nageur est un outil qui va permettre aux nageurs et aux entraîneurs le suivi des épreuves pour l'obtention de badges.

Lors de sa 1ère participation à un MCA, chaque nageur se verra remettre un : Pass'nageur

- La pass'nageur est individuel : Il pourra indiquer "nom", "prénom" et "club"
- Toutes les épreuves citées ci-dessus sont mentionnées sur le pass'

Comment utiliser le pass'nageur :

- A la fin de chaque compétition, l'entraîneur poinçonne les épreuves nagées sur chaque pass' de ses nageurs.

Lorsqu'un badge est obtenu, l'entraîneur remet le badge au nageur.

## LES BADGES :

- Pour gagner un badge le nageur devra avoir réalisé les épreuves suivantes (sans être disqualifié)
  - **Bronze** : 25 Pap / 25 Dos / 25 Brasse / 25 NI
  - **Argent** : 50 Pap / 50 Dos / 50 Brasse / 50 NI
  - **OR** : 100 Pap / 100 Dos / 100 Brasse / 100 NI / 100 4 Nages
  - **Nageur complet (Avenir 2)** : 200 NL / Un 25 m de spé
  - **Nageur complet (Avenir 3)** : 400 NL / 100 4 N / Un 25 m de spé
- Les badges seront remis aux organisateurs des MCA et seront à la disposition des entraîneurs.



## **LES FINALITÉS U11**

<b>COUPE PRINTEMPS</b>	<b>DIMANCHE 22 MARS</b>	<b>EYSINES</b>
<b>COUPE ETE</b>	<b>DIMANCHE 14 JUIN</b>	<b>PESSAC</b>

## **LES COUPES (2015-2016) :**

- Le niveau départemental, est le 2ème niveau de compétition, après les organisations clubs (MCA)
- Les coupes départementales viennent finir un trimestre de travail pour les nageurs nés en 2015 et 2016
  - Coupe printemps : Mars après MCA 1, 2, 3
  - Coupe Été : juin après MCA 4, 5
- Pour les nageurs qui ont validé un **100 4 Nages en 2025 ou 2026**
- De nouvelles épreuves en plus des épreuves traditionnelles que l'on retrouve sur les MCA : 200 NL , 400 NL,
- Compétition individuelle avec une notion "club"
- Lors de chaque "coupe" , une coupe est remise en jeu. Le club qui gagne la coupe doit la ramener sur la prochaine coupe suivante.
- Sur chaque épreuve le meilleur et la meilleure nageu.r.se de chaque club marque des points sur chaque épreuve avec le barème suivant : 20 pts pour le 1er du classement, 18 points pour le 2ème, 16 points pour le 3ème, 15, 14, 13, 12, etc
- Le 1er relais de chaque club marque des points avec le même barème

<b>COUPE DE PRINTEMPS</b>	
<b>DIMANCHE 22 MARS</b>	<b>EYSINES</b>
<b>CATÉGORIE : U11</b>	<b>25 METRES - 6 COULOIRS</b>

## **REGLEMENT :**

- Compétition réservée aux nageurs nés en 2015 et 2016
- Pour se qualifier à cette compétition, les nageurs devront avoir nagé un 100 4 nages sur une compétition officielle. Les performances N-1 (à partir du 1/01/2025) sont prises en compte
- Les nageurs nés en 2016 doivent obligatoirement être capable de nager le 200 NL (en moins de 4'30) et être engagé à cette épreuve pour participer à la compétition
- 3 engagements dans la journée + 2 relais
- Relais "surprise" : (ils devront être engagés sur extranat)
  - Le tirage au sort se fera juste avant la course
  - **Après-midi** : 4x50 4 nages => chaque nageur de l'équipe tire au sort sa nage
- Composition des relais : 2 filles / 2 garçons. Possibilité de faire des relais 1 fille - 3 garçons (ou inversement) mais ils seront "hors concours"
- L'épreuve du 200 NL est réservée aux nageurs nés en 2016
- L'épreuve du 400 NL est réservée aux nageurs nés en 2015
- Les forfaits doivent être réalisés 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé.
- Pour respecter le timing de la compétition, le 200nl et le 400nl pourront être doublés.

## **PROGRAMME :**

<b>MATIN</b>	<b>APRES-MIDI</b>
4 X 50 NL - Mixte	Relais surprise : 4 x 50 4 Nages - Mixte
200 NL Dames - U10	200 NL Messieurs - U10
400 NL Messieurs - U11	400 NL Dames - U11
50 Papillon D & M	50 Brasse M & D
50 Dos D & M	100 NL M & D

## **RECOMPENSES :**

- Podiums sur chaque épreuve (2015 et 2016)
- Le classement de la coupe de printemps se fera sur toutes les épreuves (épreuves individuelles et relais) => pour les modalités de classement, se rendre à la page 7.

## **EXTRANAT:**

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 18 mars** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

<b>COUPE D'ETE</b>	
<b>DIMANCHE 14 JUIN</b>	<b>PESSAC</b>
<b>CATÉGORIE : U11</b>	<b>25 METRES - 8 COULOIRS</b>

## **REGLEMENT :**

- Cette compétition est réservée aux nageurs nés en 2015 et 2016.
- Pour se qualifier à cette compétition, les nageurs devront avoir nagé un 100 4 nages sur une compétition officielle. Les performances N-1 (à partir du 1/01/2025) sont prises en compte.
- **Les nageurs qui s'engagent à cette compétition sont obligés de nager les 4 épreuves individuelles du programme.**
- **Les nageurs qui ne sont pas en capacité de nager une des épreuves du programme ne doivent pas participer à cette compétition.**
- Composition des relais : 2 filles / 2 garçons. Possibilité de faire des relais 1 fille - 3 garçons (ou inversement) mais ils seront "hors concours".
- Les forfaits doivent être réalisés 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé.
- Un défilé déguisé sera organisé en début d'après midi. Le thème : "Tous à la plage "

## **PROGRAMME :**

<b>MATIN</b>	<b>APRES-MIDI</b>
100 4 nages Dames	100 4 Nages Messieurs
50 Pap Messieurs	50 Pap Dames
50 Dos Dames	50 Dos Messieurs
50 Brasse Messieurs	50 Brasse Dames
4 x 50 4 Nages - Mixte	4 x 50 NL - Mixte

## **RECOMPENSES :**

- Podiums sur chaque épreuves (2015 - 2016)
- Classement coupe d'été : Le 1er / ere de chaque club marque des points (20, 18, 16, 15, 14 etc)

## **EXTRANAT:**

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 10 juin** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

## **LES U13**

- Nageurs nés en 2013 et 2014

- U13 = 2013
  - U12 = 2014

Les règlements sportifs 2026 ont été construits pour permettre aux nageurs de cette catégorie de continuer leur parcours de formation. Le CD33 natation s'appuie sur les trophées FFN U13 du **nageur complet** et **4 nageurs** pour construire les programmes. Les contenus se veulent diversifiés et innovants avec beaucoup de relais et de challenges.

Les championnats départementaux été et automne seront les compétitions références pour se qualifier aux échéances régionales, voir nationale (automne).

Les compétitions 2026 pour la catégorie U13 organisées par le CD33 Natation :

- Circuit 1 : Samedi 24 et Dimanche 25 janvier 2026
- Circuit 2 : Samedi 7 février 2026
- Circuit 3 : Dimanche 8 mars 2026
- Interclubs U13 : Dimanche 29 mars 2026
- Circuit 4 : Dimanche 19 avril 2026
- Circuit 5 : Dimanche 24 mai & lundi 25 mai 2026
- Championnats Départementaux été : Samedi 20 et Dimanche 21 juin 2026

**Les nageurs de la catégorie U13 doivent nager en maillot de bain. Le port d'une combinaison ou d'un jammer entraînera une disqualification. Se reporter à l'annuel règlement 2026.**

## **LES U13**

### **LES TROPHEES FFN - U13 :**

Ils sont à réaliser entre le 1er janvier et le 24 novembre 2025,

Pour les nageurs U12 (2014) :

- Nageur complet : **800 NL - 200 4 Nages - un 50 mètres de spécialité**
- 4 nageurs : **100 Papillon - 100 dos - 100 brasse - 100 NL**

Pour les nageurs U13 (2013) :

- Nageur complet : **800 NL - 400 4 Nages - un 50 mètres de spécialité**
- 4 nageurs : **200 Papillon - 200 dos - 200 brasse - 200 NL**

### **LES RECOMPENSES DES TROPHEES :**

Chaque nageur qui validera un trophée FFN (nageur complet et/ou 4 nageurs), se verra remettre le badge correspondant à son trophée. Le suivi et la distribution des badges sont gérés par les entraîneurs.

Les badges :



## **STAGES & REGROUPEMENTS DÉPARTEMENTAUX**

Le CD33 Natation souhaite accompagner les U13 dans leur parcours de formation de nageur. C'est pourquoi, en plus de l'organisation de compétition pour cette catégorie, l'organisation d'un ou plusieurs stages est prévu dans la saison sportive 2026.

Objectif de la saison pour le département de la Gironde :

**Qualifier une équipe à la finale de la Coupe de France des départements qui se déroulera fin décembre 2026.**

Pour ce faire, le CD33 Natation organisera :

- Un stage départemental “élargi” préparatif à la CFD:
  - Du vendredi 1er mai au dimanche 3 mai 2026
  - Arcachon / La Teste de Buch
  - Encadrement à valider

Les critères de qualifications et de sélections pour les stages et sélections sont du ressort de la commission sportive et seront présentés au fil de la saison sportive.

## **LES DATES CLÉS :**

- Début/Mi Avril : Diffusion de la liste des nageurs sélectionnés pour le stage de début mai
- Vendredi 1er mai au dimanche 3 mai : Stage départemental
- Mi mai 2026 : Diffusion de la liste des nageurs sélectionnés pour la CFD
- Samedi 6 et dimanche 7 juin : Coupe de France des départements à Périgueux
- Fin Décembre 2026 : Finale nationale CFD

## **5 CIRCUITS DE TRAVAIL**

Le CD33 propose aux clubs de Gironde 5 compétitions intitulées "Circuit" qui se dérouleront :

- Circuit 1 : Samedi 24 et Dimanche 25 janvier 2026
- Circuit 2 : Samedi 7 février 2026
- Circuit 3 : Dimanche 8 mars 2026
- Circuit 4 : Dimanche 19 avril 2026
- Circuit 5 : Dimanche 24 et Lundi 25 mai 2026

Ils ont été articulés de façon à ce que les nageurs puissent se classer sur les deux trophées proposés par la FFN :

- Trophée nageur complet
- Trophée 4 nageurs

De façon variés, les nageurs de vos clubs pourront s'engager sur les épreuves des trophées et ainsi compléter les épreuves pour se classer sur les deux trophées. Ci-dessous, vous trouverez un schéma récapitulatif. Les nageurs qui n'ont pas le niveau pour se classer sur les trophées, sont intégrés aux compétitions où ils pourront également performer et progresser.

CIRCUIT 1	CIRCUIT 2	CIRCUIT 3	CIRCUIT 4	CIRCUIT 5
	400 NL 400 4 NAGES	400 NL 1500 NL	50/100 PAP 50/100 DOS 50/100 BRASSE 50/100 NL	50 / 100 PAP 50 / 100 DOS 50 / 100 BRASSE 50 / 100 NL
50/100/200 PAP 50/100/200 DOS 50/100/200 BRASSE 50/100/200 / 400 NL 200 4 NAGES	800 NL	50/100/200 PAP 50/100/200 DOS 50/100/200 BRASSE 50/100/200 NL 200 4 NAGES 400 NL		50 / 100 PAP 50 / 100 DOS 50 / 100 BRASSE 50 / 100 NL

### TROPHEE NAGEUR COMPLET - U13

**800 NL      400 4 N      UN 50 M**

### TROPHEE 4 NAGEURS - U13

**200 PAP    200 DOS    200 BR    200 NL**

### TROPHEE NAGEUR COMPLET - U12

**800 NL      200 4 N      UN 50 M**

### TROPHEE 4 NAGEURS - U12

**100 PAP    100 DOS    100 BR    100 NL**

<b>INTERCLUBS U13 24 / 33 / 47</b>	
<b>DIMANCHE 29 MARS</b>	<b>LA TESTE DE BUCH</b>
<b>CATÉGORIE : U13</b>	<b>25 M - 6 COULOIRS</b>

## **REGLEMENT :**

- Compétition nationale (voir annuel règlement 2026)
- Une équipe = 4 filles OU 4 garçons (**pas possible d'engager des équipes mixtes**)
- Chaque nageur de l'équipe participe :
  - aux 2 relais
  - à deux 100 mètres différents (Attention, chaque 100 m doit être nagé par 2 nageurs différents)
- Pour le relais 4 x 100 4 N, chaque nageur nageur 100 4 Nages
- 1 remplaçant.e par équipe (2 épreuves) : ils doivent être inscrits ICI
- **Les clubs du CD33 n'ont pas à régler les frais d'engagements demandés sur extranat**

## **PROGRAMME :**

<b>MATIN</b>	<b>APRES-MIDI</b>
4 X 50 NL Dames	4 x 50 NL Messieurs
4 x 100 4 nages Ind. Messieurs	4 x 100 4 Nages Ind. Dames
100 Papillon Dames	100 Papillon Messieurs
100 Brasse Messieurs	100 Brasse Dames
100 NL Dames	100 NL Messieurs
100 Dos Messieurs	100 Dos Dames

## **RECOMPENSES :**

- Médailles et coupes aux 3 premier.e.s équipes

## **EXTRANAT:**

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 25 mars** (23h59)

## **LES U15 - U18**

- Nageurs nés à partir de 2012
  - U14 = 2012 - 14 ans
  - U15 = 2011 - 15 ans
  - U16 = 2010 - 16 ans
  - U17 = 2009 - 17 ans
  - U18 = 2008 - 18 ans
  - U18 + = 2007 et avant - 19 ans et +

Les règlements sportifs 2026 pour cette catégorie ont été construits de façon à faire nager les nageurs de niveau départemental tout au long de la saison sportive. Toutes les épreuves du programme seront proposées au moins 1 fois entre janvier et les championnats régionaux été.

Les compétitions 2026 pour la catégorie U15-U18 organisées par le CD33 Natation :

- Circuit 1 : Samedi 24 et Dimanche 25 janvier 2026
- Circuit 2 : Samedi 7 février 2026
- Circuit 3 : Dimanche 8 mars 2026
- Circuit 4 : Dimanche 19 avril 2026
- Circuit 5 : Dimanche 24 et Lundi 25 mai 2026
- Championnats Départementaux été : Samedi 20 et Dimanche 21 juin 2025

CIRCUIT 1	
<b>SAMEDI 25 JANVIER</b> <b>DIMANCHE 26 JANVIER</b>	<b>EYSINES</b>
<b>CATÉGORIE : U13-U15-U18</b>	<b>25 M - 6 COULOIRS</b>

## REGLEMENT :

- 6 engagements individuels sur l'ensemble du week-end
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé
- Composition des relais : au moins une fille ou un garçon dans l'équipe

## PROGRAMME :

SAMEDI	
MATIN	APRES-MIDI
4 x 50 NL - Mixte	50 Pap M-D
100 Pap D-M	200 Dos M-D
50 Dos D-M	100 Brasse M-D
200 Brasse D-M	200 NL - M - D

DIMANCHE	
MATIN	APRES-MIDI
4x50 4 Nages - Mixte	400 NL M-D
200 Pap D-M	50 Brasse M-D
50 NL D-M	100 NL M-D
100 Dos D-M	200 4 Nages M-D

## RECOMPENSES :

- Pas de récompenses

## EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 21 janvier** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

CIRCUIT 2	
SAMEDI 7 FÉVRIER	AMBARÈS ET LAGRAVE
CATÉGORIE : U13-U15-U18	25 M - 5 COULOIRS

## REGLEMENT :

- 3 engagements individuels sur l'ensemble de la journée
  - U12 : n'ont pas le droit de nager le 1500 et le 400 4 nages
  - U13 : n'ont pas le droit de nager le 1500
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé

## PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI
400 NL - Dames	400 NL - Messieurs
400 4 Nages Messieurs	4004 Nages - Dames
800 NL - Dames	800 NL - Messieurs
1500 NL - Messieurs	1500 NL - Dames

## RECOMPENSES :

- Pas de récompenses

## EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 4 février** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

<b>CIRCUIT 3</b>	
<b>DIMANCHE 8 MARS</b>	<b>PESSAC</b>
<b>CATÉGORIE : U13-U15-U18</b>	<b>25 M - 8 COULOIRS</b>

## REGLEMENT :

- 3 engagements individuels par nageurs
- **CETTE COMPETITION EST ACCESSIBLE UNIQUEMENT :**
  - Aux nageurs qui ne sont pas qualifiés aux championnats LNA Printemps
  - Aux nageurs qui sont qualifiés sur UNE SEULE course aux Championnats LNA Printemps
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé

## PROGRAMME :

<b>DIMANCHE</b>	
<b>MATIN</b>	<b>APRES-MIDI</b>
4x50 NL - Mixte	4 x 50 4 Nages - Mixte
100 Pap D-M	50 Dos M-D
200 Dos D-M	200 Pap M-D
50 Brasse D-M	100 Brasse M-D
400 NL D-M	200 NL M-D
50 Pap D - M	100 Dos M-D
200 Brasse D - M	200 4 nages M-D
100 NL D - M	50 NL M-D

## RECOMPENSES :

- Pas de récompenses

## EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 4 mars** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

CIRCUIT 4	
DIMANCHE 19 AVRIL (AM)	PESSAC
CATÉGORIE : U13-U15-U18	25 M - 8 COULOIRS

## REGLEMENT :

- Compétition par équipe de 6 nageurs avec :
  - Un minimum de deux U13 (1 fille et 1 garçon)
  - 3 filles / 3 garçons
  - Possibilité de faire des équipes “inter clubs”
- Chaque nageur nage : 1 épreuve individuelle et 2 relais
- Les 6 épreuves individuelles doivent être nagées
- Le 6 x 100 4 Nages est un 100 4 Nages individuel
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé

## PROGRAMME :

APRES-MIDI
6x50 NL - Mixte
50 Pap D-M
100 Dos D-M
50 Brasse D-M
100 Pap D-M
50 Dos D-M
100 Brasse D-M
6 x 100 4 Nages Ind. Mixte

## RECOMPENSES :

- Récompenses aux trois meilleures équipes

## EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 15 avril** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

## CIRCUIT 5

<b>DIMANCHE 24 MAI (A-M)</b>	<b>GRAND PARC (BDX)</b>
<b>LUNDI 25 MAI</b>	<b>25 M - 8 COULOIRS</b>

### REGLEMENT :

- 5 engagements individuels sur l'ensemble de la compétition. Si le timing ne passe pas : 4 engagements
- Pour les épreuves de 50 mètres :
  - Séries toutes catégories
  - Finale A : Toutes catégories
  - Finale B : U15
  - Finale C : U13
- Pour les épreuves de 100 mètres :
  - Séries toutes catégories
  - Finale A : Toutes catégories
  - Finale B : U13
- Un nageur U13 ou U15 pourra nager en Finale A
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé

### PROGRAMME :

DIMANCHE APRES MIDI	LUNDI MATIN	LUNDI APRES MIDI
50 Pap D-M - Séries	100 NL D-M - Séries	100 Pap D-M - Séries
100 Dos D-M - Séries	50 Dos D-M - Séries	50 NL D-M Séries
50 Brasse D-M - Séries	100 Brasse D-M Séries	100 4 Nages D-M Séries
Finales 50 Pap : TC / U15 / U13	Finales 100 NL : TC / U13	Finales 100 Pap : TC / U13
Finales 100 Dos : TC / U13	Finales 50 Dos : TC / U15 / U13	Finales 50 NL : TC / U15 / U13
Finales 50 Brasse : TC / U15 / U13	Finales 100 Brasse : TC / U13	Finales 100 4 nages : TC / U13

### RECOMPENSES :

- Classements aux temps et par catégories sur l'ensemble des finales :
  - 3 premiers U18 et +
  - 3 premiers U15
  - 3 premiers U13

### EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 20 mai** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

## CHAMPIONNATS DE GIRONDE ÉTÉ (PAGE 1/2)

<b>SAMEDI 20</b>	
<b>DIMANCHE 21 JUIN</b>	
<b>CATÉGORIE : U13-U15-U18</b>	<b>25 M - 6 COULOIRS</b>

### REGLEMENT :

- Les nageurs devront avoir réalisé les performances de.s grille.s de qualification depuis le **1/01/2025** :
- U12 : n'ont pas le droit de nager le 1500 et le 400 4 nages
- U13 : n'ont pas le droit de nager le 1500
- 6 engagements maximum sur toute la compétition
  - 4 engagements rentrant dans la grille de temps + 2 épreuves complémentaires dans la compétition
  - Le 1500 nl et le 800 nl ne peuvent pas faire partie des épreuves complémentaires
- Forfait à déclarer 30' avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé

### PROGRAMME :

SAMEDI	
MATIN	APRES-MIDI
50 Brasse M & D	50 NL D & M
400 NL Dames	400 NL Messieurs
1500 NL Messieurs	1500 NL Dames
PODIUMS	PODIUMS
200 NL M & D	200 Papillon D & M
100 Papillon M & D	100 Dos D & M
200 4 Nages Messieurs	200 4 Nages Dames
PODIUMS	PODIUMS
DIMANCHE	
MATIN	APRES-MIDI
50 Papillon M & D	50 Dos D & M
200 Dos M & D	200 Brasse D & M
800 NL Dames	800 NL Messieurs
PODIUMS	PODIUMS
100 brasse M & D	100 NL D & M
400 4 Nages Messieurs	400 4 Nages Dames
PODIUMS	PODIUMS

### RECOMPENSES :

- Podiums : U13 / U15 / U18 et +

### EXTRANAT:

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **mercredi 17 juin** (23h59)
- Tout engagement après cette date sera facturé **10 € par épreuve**

## **CHAMPIONNATS DE GIRONDE ÉTÉ (PAGE 2/2)**

**SAMEDI 20  
DIMANCHE 21 JUIN**

**CATÉGORIE : U13-U15-U18**

**25 M - 6 COULOIRS**

### **GRILLE DE QUALIFICATION :**

FILLES		EPREUVES	GARCONS	
U12 2014	U13 2013		U12 2014	U13 2013
0.45	0.42	50 NL	0.40	0.45
1.34	1.31	100 NL	1.29	1.34
3.28	3.22	200 NL	3.17	3.28
7.30	7.00	400 NL	6.53	7.30
14.45	13.30	800 NL	13.05	14.45
0.51	0.49	50 DOS	0.47	0.51
1.48	1.43	100 DOS	1.41	1.48
3.45	3.35	200 DOS	3.30	3.45
0.52	0.49	50 BRASSE	0.48	0.52
1.55	1.51	100 BRASSE	1.46	1.55
4.15	4.05	200 BRASSE	4.00	4.15
0.50	0.47	50 PAPILLON	0.45	0.50
1.53	1.46	100 PAPILLON	1.44	1.53
4.10	4.00	200 PAPILLON	3.55	4.10
3.42	3.37	200 4 NAGES	3.32	3.42
7.22	7.16	400 4 NAGES	7.11	7.22

## **CHAMPIONNATS DE GIRONDE ÉTÉ (PAGE 2/2)**

**SAMEDI 20  
DIMANCHE 21 JUIN**

**CATÉGORIE : U15-U18**

**25 M - 6 COULOIRS**

### **GRILLE DE TEMPS JUNIORS / SENIORS : V2**

<b>EPREUVES</b>	<b>FILLES</b>					
	<b>U14</b>	<b>U15</b>	<b>U16</b>	<b>U17</b>	<b>U18</b>	<b>U18 +</b>
50 NL	0.39	0.37	0.3550	0.35	0.3350	0.33
100 NL	1.26	1.21	1.17	1.16	1.15	1.1350
200 NL	3.16	3.07	2.50	2.4550	2.4250	2.3950
400 NL	6.45	6.35	6.25	6.17	6.10	6.00
800 NL	12.00	11.30	11.00	10.40	10.20	10.00
1500 NL	6 meilleurs temps seront retenus à l'issue des engagements des clubs					
50 DOS	0.46	0.4350	0.42	0.41	0.4050	0.3950
100 DOS	1.40	1.35	1.31	1.2850	1.2650	1.24
200 DOS	3.27	3.21	3.15	3.07	3.04	3.01
50 BRASSE	0.48	0.47	0.46	0.4550	0.45	0.4450
100 BRASSE	1.48	1.46	1.4250	1.4050	1.39	1.39
200 BRASSE	3.56	3.48	3.39	3.35	3.32	3.28
50 PAPILLON	0.4350	0.41	0.39	0.3850	0.3750	0.3650
100 PAPILLON	1.40	1.36	1.3350	1.30	1.27	1.22
200 PAPILLON	3.45	3.33	3.20	3.16	3.13	3.09
200 4 NAGES	3.30	3.20	3.14	3.09	3.0650	3.0350
400 4 NAGES	7	6.45	6.30	6.20	6.10	6

<b>EPREUVES</b>	<b>GARCONS</b>					
	<b>U14</b>	<b>U15</b>	<b>U16</b>	<b>U17</b>	<b>U18</b>	<b>U18 +</b>
50 NL	0.3750	0.35	0.3350	0.3150	0.3050	0.30
100 NL	1.24	1.19	1.14	1.10	1.08	1.07
200 NL	3.09	2.57	2.44	2.335	2.31	2.2850
400 NL	6.40	6.25	6.12	6.08	6	5.50
800 NL	11.45	11.15	10.50	10.30	10.10	9.50
1500 NL	6 meilleurs temps seront retenus à l'issue des engagements des clubs					
50 DOS	0.44	0.4150	0.3950	0.37	0.3650	0.3550
100 DOS	1.37	1.31	1.26	1.2250	1.21	1.20
200 DOS	3.24	3.17	3.10	3.06	2.55	2.45
50 BRASSE	0.47	0.45	0.44	0.41	0.4050	0.40
100 BRASSE	1.43	1.40	1.3650	1.34	1.3150	1.28
200 BRASSE	3.52	3.45	3.39	3.21	3.16	3.12
50 PAPILLON	0.43	0.40	0.37	0.35	0.34	0.3250
100 PAPILLON	1.33	1.28	1.2450	1.2150	1.1950	1.1700
200 PAPILLON	3.35	3.20	3.09	2.56	2.54	2.51
200 4 NAGES	3.22	3.15	3.08	3.03	2.58	2.56
400 4 NAGES	6.55	6.40	6.27	6.17	6.05	5.50

RECORD DE L'HEURE 2026	
TOUT AU LONG DE L'ANNEE	
CATÉGORIE : TOUTES CATEGORIES	25 M - 50 M

## PRINCIPE :

Le CD33 Natation propose en partenariat avec ces clubs locaux affiliés à la FFN d'organiser une ou plusieurs étapes du record de l'heure. **Le principe est de nager la plus grande distance en une heure.**

## REGLEMENT :

- Réservé aux nageurs licenciés à la FFN
- 10 € l'engagement
- Le style de nage est libre
- Les nageurs peuvent avoir une gourde et s'arrêter pour boire
- Les nageurs peuvent sortir de l'eau pendant l'heure et y retourner ensuite
- La distance totale sera ramenée au dernier 25 mètres nagé

## PROGRAMME D'UNE ETAPPE :

RECORD DE L'HEURE
Echauffement libre : 30'
Epreuve d'une heure
Podiums - Remise des diplomes

## ORGANISATEURS :

Les clubs souhaitant organiser une étape doivent envoyer un mail à [contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)

un calendrier sera diffusé aux clubs et une communication sera assurée par le CD33 natation via les réseaux sociaux.

L'intégralité des engagements reviennent aux clubs organisateurs

Le CD33 Natation fournit les médailles et diplômes aux organisateurs

Le suivi des distances et les classements sont réalisés par le CD33 natation.

Une cérémonie en fin d'année sera organisée par le CD33 Natation avec les clubs organisateurs et les meilleurs nageurs de l'année.

## MEETING LANGON - ÉTÉ

DIMANCHE 7 JUIN	LANGON - BASSIN EXTERIEUR
CATÉGORIE : MAITRES	25 M - 5 COULOIRS

L'organisation de cette compétition est déléguée au club des Masters Langon Sud Gironde  
Contact : [contact@masters-natation-langon.fr](mailto:contact@masters-natation-langon.fr)

## REGLEMENT :

- en cours de construction

## PROGRAMME :

MATIN	APRES-MIDI

## CLASSEMENT :

## RECOMPENSES :

## EXTRANAT & TARIFS :

- Les engagements se font exclusivement sur extranat.
- La date limite est fixée au **jeudi 4 juin** (23h59)
- le montant "hors équipe" est de 6€ en individuel, les relais sont gratuits