

Règlements Sportifs 2024-2025

NATATION ARTISTIQUE





→ LA LICENCE	4
◇ Récapitulatif des licences	4
→ LE PARCOURS SPORTIF	5
◇ Poussin(e)s, Avenir, Jeunes	5
◇ Juniors, Seniors	6
◇ Récapitulatif du parcours sportif	6
→ LE SYNCHRONAT	7
◇ Présentation	7
◇ Épreuves	7
◇ Equivalence	8
◇ Caractéristiques	8
◇ Engagements	9
◇ Organisation territoriale	9
→ LES COMPÉTITIONS	10
◇ Conditions d'engagement dans les épreuves	10
◇ Catégories d'âge	10
◇ Temps de ballets	10
◇ Année charnière	11
◇ Exception de non participation en catégorie jeune	11
◇ Exemption des championnats régionaux	11
◇ Participation des nageuses du CNE/CNR	11
◇ Participation des athlètes étrangers	11
◇ Dispositifs Ile de la Réunion	12
◇ Dispositifs territoires Ultra-Marins	12
◇ Dispositifs Ligue Corse	12
◇ Dispositifs CNAHN et CNE	12
◇ Sélections collectifs des Équipes de France	12
◇ Résultats	13
◇ Demande de dérogation pour quotas manquants à titre exceptionnel	13
◇ Officiels et licenciés	13
◇ Principes de qualification	13
◇ Positionnement refusé	13
→ ACCÈS AUX DIFFÉRENTS CHAMPIONNATS	14
◇ Accès aux Championnats N2	14
◇ Accès aux Championnats de France d'hiver Jeune & Junior	14
◇ Accès aux Championnats de France d'été Avenir	15
◇ Accès aux Championnats de France d'été N1 & Élite Jeune	15
◇ Accès aux Championnats de France d'été N1 & Élite Junior	16
◇ Accès aux Championnats de France d'été Senior	16



➔	LE PROGRAMME « POUSSINS/POUSSINES »	17
➔	LA CATÉGORIE AVENIR	18
	◇ Championnat Régional Avenir	19
	◇ Championnat Nationale 2 Avenir	20
	◇ Championnats de France d'été Avenir	21
➔	LA CATÉGORIE JEUNE	22
	◇ Journées d'Automne Jeune	23
	◇ Épreuve qualificative du Championnat de France d'hiver Jeune	24
	◇ Championnat de France d'hiver Jeune	25
	◇ Championnat Régional Jeune	26
	◇ Championnat Nationale 2 Jeune	27
	◇ Championnat de France d'été Nationale 1 Jeune	28
	◇ Championnat de France d'été Élite Open Jeune	29
➔	LA CATÉGORIE JUNIOR	30
	◇ Journées d'Automne Junior	31
	◇ Épreuve qualificative du Championnat de France d'hiver Junior	32
	◇ Championnat de France d'hiver Junior	33
	◇ Championnat Régional Junior	34
	◇ Championnat Nationale 2 Junior	35
	◇ Championnat de France d'été Nationale 1 Junior	36
	◇ Championnat de France d'été Élite Open Junior	37
➔	LA CATÉGORIE SENIOR	38
	◇ Championnat Régional Senior	39
	◇ Championnat Nationale 2 Senior	39
	◇ Championnat de France d'été Senior	40
➔	LES AUTRES COMPÉTITIONS ET PROGRAMMES	41
	◇ Challenge Régional et Challenge Interrégional	41
	◇ Swim Artistic Show	42
	◇ Autres compétitions	42
➔	PROCÉDURES D'ENGAGEMENTS SUR LES DIFFÉRENTES COMPÉTITIONS	43
	ANNEXES	
➔	◇ Annexe 1 : Figures imposées Avenirs et Jeunes	44
➔	◇ Annexe 2 : Eléments solos techniques Juniors	45
➔	◇ Annexe 2 : Eléments duos techniques Juniors	46
➔	◇ Annexe 2 : Eléments duos mixtes techniques Juniors	47
➔	◇ Annexe 2 : Eléments équipes techniques Juniors	48
➔	◇ Annexe 3 : Nombre d'éléments pour les ballets Avenirs et Jeunes	49
➔	◇ Annexe 3 : Nombre d'éléments pour les ballets Juniors et Seniors	50
➔	◇ Annexe 3 bis : Nombre d'éléments pour les ballets Challenge	51
➔	◇ Annexe 4 : Eléments obligatoires pour les ballets acrobatiques	52
➔	◇ Annexe 5 : Eléments obligatoires pour les ballets combines	53
➔	◇ Annexe 6 : Calendrier Sportif	54



RECAPITULATIF DES LICENCES

	COMPETITION 10 ans et moins	COMPETITION 11 ans et plus	NATATION POUR TOUS 16 ans et plus	NATATION POUR TOUS 15 ans et moins
POUSSINS/ POUSSINES 2016 et plus	<ul style="list-style-type: none"> • SYNCHRO NAT ARGENT & OR • CHALLENGE • CHAMPIONNATS REGIONAUX • CHAMPIONNATS N2 • CHAMPIONNATS DE France 			<ul style="list-style-type: none"> • SYNCHRO DECOUVERTE • PROGRAMME POUSSINS/ES • SWIM ARTISTIC SHOW
AVENIRS 2013 et après	<ul style="list-style-type: none"> • SYNCHRO NAT ARGENT & OR • CHALLENGE • CHAMPIONNATS REGIONAUX • CHAMPIONNATS N2 • CHAMPIONNATS DE France 	<ul style="list-style-type: none"> • SYNCHRO NAT ARGENT & OR • CHALLENGE • CHAMPIONNATS REGIONAUX • CHAMPIONNATS N2 • CHAMPIONNATS DE France 		<ul style="list-style-type: none"> • SYNCHRO DECOUVERTE • SWIM ARTISTIC SHOW
JEUNES FILLES 2013 à 2010 JEUNES GARÇONS 2013 à 2009		<ul style="list-style-type: none"> • SYNCHRO NAT ARGENT & OR • CHALLENGE • CHAMPIONNATS REGIONAUX • CHAMPIONNATS N2, N1, ELITE 	<ul style="list-style-type: none"> • SYNCHRO DECOUVERTE • SWIM ARTISTIC SHOW 	
JUNIORS FILLES 2010 à 2006 JUNIORS GARÇONS 2010 à 2005		<ul style="list-style-type: none"> • SYNCHRO NAT ARGENT & OR • CHALLENGE • CHAMPIONNATS REGIONAUX • CHAMPIONNATS N2, N1, ELITE 	<ul style="list-style-type: none"> • SYNCHRO DECOUVERTE • SWIM ARTISTIC SHOW 	
SENIORS 2010 et avant		<ul style="list-style-type: none"> • SYNCHRO NAT ARGENT & OR • CHALLENGE • CHAMPIONNATS REGIONAUX • CHAMPIONNATS N2 • CHAMPIONNATS DE France 	<ul style="list-style-type: none"> • SYNCHRO DECOUVERTE • SWIM ARTISTIC SHOW 	

J'ai 9 et moins • 2016 et après • Je suis « **POUSSIN(E)** »

Je peux nager

- ◆ Le savoir nager en sécurité (SNS)
- ◆ La compétition Poussine sous condition d'avoir le SNS
- ◆ Le Synchro Découverte sous condition d'avoir le SNS
- ◆ Le niveau Synchro d'Argent sous condition d'avoir le Synchro Découverte
- ◆ Le niveau Synchro d'Or sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Challenge Régional et N2 sous condition d'avoir le SNS
- ◆ Le Championnat Régional Avenir sous condition d'avoir le Synchro Découverte
- ◆ Le Championnat Interrégional N2 Avenir sous condition d'avoir le Synchro Découverte
- ◆ Le Championnat de France Avenir sous condition d'avoir le Synchro Découverte
- ◆ Le Swim Artistic Show

J'ai 12 ans et moins • 2013 et après • Je suis « **AVENIR** »

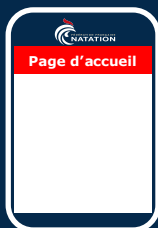
Je peux nager

- ◆ Le savoir nager en sécurité (SNS) pour les 2016 et après
- ◆ Le Synchro Découverte
- ◆ Le niveau Synchro d'Argent sous condition d'avoir le Synchro Découverte
- ◆ Le niveau Synchro d'Or sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Challenge Régional et N2
- ◆ Le Championnat Régional Avenir sous condition d'avoir le Synchro Découverte
- ◆ Le Championnat Interrégional N2 Avenir sous condition d'avoir le Synchro Découverte
- ◆ Le Championnat de France Avenir sous condition d'avoir le Synchro Découverte
- ◆ Le Championnat Régional Jeune si j'ai 12 ans et sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat Interrégional N2 Jeune si j'ai 12 ans et sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat de France N1 Jeune si j'ai 12 ans et sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat de France Élite Jeune si j'ai 12 ans et sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Swim Artistic Show

J'ai 12, 13, 14 ou 15 ans (et 16 ans pour les garçons) • 2013, 2012, 2011, 2010 (et 2009 pour les garçons) • Je suis « **JEUNE** »

Je peux nager

- ◆ Le Synchro Découverte
- ◆ Le Synchro d'Argent sous condition d'avoir le Synchro Découverte
- ◆ Le Synchro d'Or sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Challenge Régional et N2
- ◆ Le Championnat Régional Jeune sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat Interrégional N2 Jeune sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat de France N1 Jeune sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat de France Élite Jeune sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat Régional Junior si j'ai 15 ans et sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat Interrégional N2 Junior si j'ai 15 ans et sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat de France N1 Junior si j'ai 15 ans et sous condition d'avoir le Synchro d'Or
- ◆ Le Championnat de France Élite Junior si j'ai 15 ans et sous condition d'avoir le Synchro d'Or
- ◆ Le Championnat Régional Senior si j'ai 15 ans et sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat Interrégional N2 Senior si j'ai 15 ans et sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat de France Senior si j'ai 15 ans et sous condition d'avoir le Synchro d'Or.
- ◆ Le Swim Artistic Show



LE PARCOURS SPORTIF



J'ai 15, 16, 17, 18 ou 19 ans (et 20 ans pour les garçons) • 2010, 2009, 2008, 2007, 2006, (et 2005 pour les garçons) • Je suis « JUNIOR »

Je peux nager

- ◆ Le Synchro Découverte
- ◆ Le Synchro d'Argent sous condition d'avoir le Synchro Découverte
- ◆ Le Synchro d'Or sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Challenge Régional et N2
- ◆ Le Championnat Régional Junior sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat Interrégional N2 Junior sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat de France N1 Junior sous condition d'avoir le Synchro d'Or
- ◆ Le Championnat de France Élite Junior sous condition d'avoir le Synchro d'Or
- ◆ Le Championnat Régional Senior sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat Interrégional N2 Senior sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat de France Senior sous condition d'avoir le Synchro d'Or
- ◆ Le Swim Artistic Show

J'ai 15 ans et plus • 2010 et avant • Je suis « SENIOR »

Je peux nager

- ◆ Le Synchro Découverte
- ◆ Le Synchro d'Argent sous condition d'avoir le Synchro Découverte
- ◆ Le Synchro d'Or sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Challenge Régional et N2
- ◆ Le Championnat Régional Senior sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat Interrégional N2 Senior sous condition d'avoir le Synchro d'Argent
- ◆ Le Championnat de France Senior sous condition d'avoir le Synchro d'Or
- ◆ Le Swim Artistic Show

RECAPITULATIF DU PARCOURS SPORTIF

AGE	ANNÉES D'ÂGE	Poussin(e)	Synchronat	Challenge Régional & N2	Régionaux & N2 et Chpts de France Avenir	Régionaux N2, N1 & Élite Jeune	Régionaux N2, N1 & Élite Junior	Régionaux, N2 et Chpts Senior
9 ans et -	2016 et après	X	X	X	X			
11 ans et -	2014 et après		X	X	X			
12 ans	2013		X	X	X	X		
13 ans	2012		X	X		X		
14 ans	2011		X	X		X		
15 ans et +	2010 et avant		X	X		X	X	X
16 ans et +	2009 et avant		X	X		Garçons	X	X

Tou(te)s les nageuses/nageurs né(e)s en 2016 et après, doivent être titulaires du savoir nager en sécurité (SNS) pour participer à toutes les compétitions.

PRÉSENTATION

Le Synchronat se poursuit pendant toute la carrière de la nageuse et du nageur. Ce programme permet d'acquérir les bases et les niveaux requis pour les compétitions en natation artistique sans qu'il y ait forcément d'objectif de compétition dans le programme lui-même.

Le Synchronat comprend trois niveaux obligatoires :

- **Synchro Découverte** qui est un niveau de sensibilisation et d'encouragement à la poursuite de l'activité
- **Synchro d'Argent**
- **Synchro d'Or**

Toutes les épreuves sont acquises de façon définitive.

Toute nageuse/nageur qui souhaite obtenir le niveau Synchro d'Or devra, au préalable, obtenir les niveaux sous-jacents, à savoir les niveaux Synchro Découverte et Synchro d'Argent.

ÉPREUVES

Chaque niveau comprend 3 types d'épreuves dont le détail est proposé dans les fiches «ÉPREUVES Synchronat» :

- **Épreuve n° 1 : Parcours à sec** : proposé à chaque niveau et contenant des éléments incontournables liés aux objectifs visés en fin de Synchronat.
- **Épreuve n° 2 : Propulsion technique** : comportant les appuis de base en déplacement.
- **Épreuve n° 3 : Technique** : composée de mouvements de base et de figures en rapport avec le niveau de compétition correspondant.

Pour le niveau Synchro d'Argent trois catégories sont proposées, la nageuse/le nageur ne devra en valider qu'une seule pour valider son épreuve « technique » niveau Synchro d'Argent.

- ♦ soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Avenir pour les nageuses/nageurs né(e)s en 2013 et après;
- ♦ soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Jeune pour les nageuses/nageurs né(e)s en 2010 (2009 nageurs seulement) à 2013;
- ♦ soit, une épreuve en corrélation avec les éléments techniques de la catégorie Junior pour les nageuses/nageurs né(e)s en 2010 et avant,

Pour le niveau Synchro d'Or, deux catégories sont proposées, la nageuse/le nageur ne devra en valider qu'une seule pour valider son épreuve « technique » niveau Synchro d'Or.

- ♦ soit, une épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Jeune pour les nageuses/nageurs né(es) en 2010 et après (2009 et après nageurs seulement);
- ♦ soit, une épreuve en corrélation avec les éléments techniques de la catégorie Junior pour les nageuses/nageurs né(es) en 2010 et avant).

Le choix de l'organisation de cette dernière épreuve pour le synchro d'argent et le synchro d'or est laissé à l'initiative des Ligues.





Si la Ligue décide de ne pas organiser d'épreuve en corrélation avec les éléments techniques, les nageuses/nageurs de la catégorie Junior passeront l'épreuve en corrélation avec les figures imposées de la catégorie Jeune.

IMPORTANT: les nageuses/nageurs né(e)s en années charnières pourront choisir leur catégorie.

La validation de l'épreuve est définitive et la nageuse/le nageur ayant validé la technique en corrélation avec une catégorie d'âge ne devra pas repasser la technique en corrélation avec la catégorie d'âge supérieure.

À l'issue de la validation de ces trois épreuves individuelles, la nageuse/le nageur aura obtenu le niveau du Synchronat correspondant et pourra alors s'engager dans le niveau supérieur.

ÉQUIVALENCE

Le résultat obtenu aux figures imposées, selon la catégorie, servira d'équivalence pour obtenir l'épreuve n°3 Technique d'un niveau synchronat.

Les nageuses/nageurs ayant obtenu :

- un minimum de 57 points en figures imposées en N2 Avenir ou championnat de France Avenir, obtiendront l'épreuve n°3 Technique du niveau Synchro Argent.
- un minimum de 62 points en figures imposées en N2 Jeune ou championnat de France Jeune, obtiendront l'épreuve n°3 Technique du niveau Synchro d'Or.

Les nageuses/nageurs devront passer l'épreuve n° 1 : Parcours à sec et l'épreuve n° 2 : Propulsion technique pour obtenir un niveau synchronat complet.

En cas d'arrêt de pratique, la nageuse/le nageur gardera le bénéfice des épreuves déjà validées.

L'équivalence pour le niveau Synchro Découverte peut être effectuée et validée par deux officiels A de Natation Artistique au minimum de deux clubs différents, désignés par le Responsable des Officiels Natation Artistique en accord avec le Président de la Commission Régionale Natation Artistique. La demande est à effectuer par mail auprès de la Ligue.

L'équivalence pour les niveaux Synchro d'Argent et Synchro d'Or peut être effectuée et validée, sur proposition de la DTN, par deux officiels A de Natation Artistique au minimum de deux clubs différents, désignés par le Responsable des Officiels Natation Artistique en accord avec le Président de la Commission Régionale Natation Artistique. La demande est à effectuer par mail auprès du département natation artistique de la FFN (natation.artistique@ffnatation.fr) avec copie à la Ligue.

CARACTÉRISTIQUES

Une nageuse/un nageur ayant validé un niveau pourra intégrer la compétition de référence et pourra également poursuivre sa progression à un niveau supérieur au cours de la saison.

Toutes les nageuses/nageurs ayant obtenu une épreuve dans un niveau donné gardent le bénéfice de cette épreuve.

L'obtention du niveau « Synchro Découverte » est obligatoire pour participer aux différentes compétitions Avenir,

L'obtention du niveau « Synchro d'Argent » est obligatoire pour participer aux différentes compétitions Jeune et aux régionaux et N2 Junior et Senior.

L'obtention du niveau « Synchro d'Or » est obligatoire pour participer aux Championnats de France N1 et Élite Junior et Senior.



ENGAGEMENTS

Conditions générales :

Les engagements se feront selon les conditions prévues par les Ligues organisatrices. Le Synchronat est créé dans Extranat par la Ligue organisatrice ou par un Responsable Natation Artistique désigné par celle-ci. L'organisateur pourra alors importer les engagements dans Xo. La Ligue organisatrice de la compétition vérifie l'exactitude des engagements.

Engagement dans les différents niveaux :

L'engagement dans les différentes épreuves d'un niveau se fait dans un ordre indifférent. Une nageuse/un nageur peut s'engager plusieurs fois sur la même épreuve au cours de la saison.

L'engagement au niveau supérieur n'est possible que lorsque le niveau inférieur est acquis dans son ensemble.

Le passage dans le niveau supérieur pourra se faire au cours d'une même session si le niveau inférieur est acquis. La décision reste à l'initiative de la Ligue. Un club peut ainsi engager ses nageuses/nageurs, ayant validé la totalité des épreuves requises, à un niveau de compétition donné au cours de la saison.

L'accès aux différentes compétitions peut se faire à n'importe quel moment de la saison à partir du moment où les engagements Extranat ne sont pas clos.

ORGANISATION TERRITORIALE

- ◆ Club (sous couvert d'un juge nommé par la Ligue) ou départemental pour le Synchro Découverte. Les Départements qui ne sont pas en mesure d'organiser une session Synchro Découverte peuvent se rattacher à un autre Département, sous réserve de l'accord de la Ligue.
- ◆ Régional
- ◆ Interrégional

Cependant, pour le niveau Synchro d'Or, l'échelon Régional au minimum est demandé.

Spécificité des Ultra-Marins : Chaque ligue peut organiser les compétitions du Synchronat.

MISE A JOUR DES DIFFERENTS NIVEAUX DANS EXTRANAT

Chaque ligue enregistre les différents niveaux dans Extranat.

LES COMPÉTITIONS

Les règlements FFN pourront faire l'objet de quelques ajustements suivant les recommandations de World Aquatics.

CONDITIONS D'ENGAGEMENT DANS LES ÉPREUVES

- Nul ne peut officier ou pratiquer dans un club FFN sans être licencié.
- Pour participer aux compétitions, les licences doivent être oblitérées.
- Tou(te)s les nageuses/nageurs né(e)s en 2016 et après, doivent être titulaires du savoir nager en sécurité (SNS).
- Une ou des nageuses peut(vent) être positionnée(s), de manière exceptionnelle, sur proposition du DTN ou de ses représentants et après validation du Cercle de Compétences concerné.

CATÉGORIES D'ÂGE

- Poussin(e)s : 9 ans et moins (2016 et après)
- Avenir(s) : 12 ans et moins (2013 et après)
- Jeunes : 12 - 15 ans pour les filles (2013, 2012, 2011 et 2010);
12 - 16 ans pour les garçons (2013, 2012, 2011, 2010 et 2009)
- Juniors : 15 - 19 ans pour les filles (2010, 2009, 2008, 2007 et 2006);
15 - 20 ans pour les garçons (2010, 2009, 2008, 2007, 2006 et 2005)
- Seniors : 15 ans et plus (2010 et avant)

TEMPS DE BALLETS Une tolérance de cinq (05) secondes, en plus ou en moins, est autorisée par rapport à la durée des ballets.

AVENIRS		JEUNES	
SOLO LIBRE 2'00 (+ ou - 05 sec)			
DUO LIBRE 2'30 (+ ou - 05 sec)			
DUO LIBRE MIXTE 2'30 (+ ou - 05 sec)			
ÉQUIPE LIBRE 3'00 (+ ou - 05 sec)			
BALLET ACROBATIQUE 2'30 (+ ou - 05 sec)			
		BALLET COMBINÉ (en jeunes seulement) 3'00 (+ ou - 05 sec)	

JUNIORS ET SENIORS			
SOLO TECHNIQUE 2'00 (+ ou - 05 sec)		SOLO LIBRE 2'15 (+ ou - 05 sec)	
DUO TECHNIQUE 2'20 (+ ou - 05 sec)		DUO LIBRE 2'45 (+ ou - 05 sec)	
DUO TECHNIQUE MIXTE 2'20 (+ ou - 05 sec)		DUO LIBRE MIXTE 2'45 (+ ou - 05 sec)	
ÉQUIPE TECHNIQUE 2'50 (+ ou - 05 sec)		ÉQUIPE LIBRE 3'30 (+ ou - 05 sec)	
BALLET ACROBATIQUE 3'00(+ ou - 05 sec)			
		BALLET COMBINÉ (en seniors seulement) 3'00 (+ ou - 05 sec)	

ÉLÉMENTS DE BALLETS :

- voir Annexes 2 et 3 p 45 à 50



ANNÉE CHARNIERE

Les nageuses/nageurs né(e)s en "année charnière" peuvent nager la même épreuve dans différentes catégories.

Attention, concernant le solo au championnat de France Senior, un(e) seul(e) nageuse ou nageur, par interrégion, ayant participé en solo aux championnats de France Jeune ou Junior pourra participer. Tous les autres nageuses/nageurs qualifiés ne doivent pas avoir nagé en solo aux championnats de France N1 et/ou Elite Jeune ou Junior.

EXCEPTION DE NON PARTICIPATION EN CATÉGORIE JEUNE

Les nageuses et nageurs de la catégorie Jeune ne peuvent pas être engagés dans l'épreuve du ballet acrobatique et celle du ballet combiné sur un même niveau de compétition : régionale, N2, championnat de France (N1 et élite).

EXEMPTION DES CHAMPIONNATS RÉGIONAUX

Pour les catégories Junior et Senior, il est recommandé aux Ligues de regrouper les compétitions Régionales et N2. Plusieurs classements devront être établis (Régionaux et N2).

- les ballets ayant participé aux Championnats d'Été Élite Jeune, Élite Junior et Championnat de France Senior 2024,
- les ballets jeunes et juniors ayant obtenu les points de qualification pour les Championnats de France d'hiver 2024 et ceux ayant participé au Championnat de France d'hiver 2024,
- les solos libres jeunes et juniors ayant obtenu les points de qualification pour la phase qualificative 2024 et ceux ayant participé à la phase qualificative 2024,
- les solos libres seniors.

Les régions qui ne sont pas en mesure d'organiser une compétition Régionale peuvent se rattacher à une autre région, sous réserve de l'accord des deux Ligues concernées.

PARTICIPATION DES NAGEUSES DU CNE / CNR

Des nageuses du Centre National d'Entraînement n'appartenant pas à un même club pourront nager lors des championnats de France Elite sous la bannière CNE / CNR. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.

PARTICIPATION DES ÉTRANGERS

La participation des étrangers se fait avec l'accord de la FFN et l'autorisation de la fédération étrangère. Elle fait l'objet d'une réglementation particulière en accord avec la réglementation World Aquatics.

En cas de participation de nations ou clubs étrangers

Si plus de trois ballets de nations étrangères différentes sont présents en finale, un podium international pourra être organisé. Dans le cas contraire et sous condition d'être classés dans les trois premiers, ils seront intégrés au podium national et recevront une récompense.

Les Championnats de France d'été Élite sont ouverts aux nations ou clubs étrangers dans la limite de : deux solos, deux duos, une équipe et un ballet acrobatique. Au moins un juge doit être engagé par ballet collectif. Un solo et/ou un duo supplémentaires pourront être accordés en cas de sélection.

Participation des étrangères/étrangers licenciés(es) dans un club français

Les athlètes non sélectionnables en Equipe de France et régulièrement licencié(e)s dans un club français, peuvent participer aux compétitions organisées par la FFN ou ses structures décentralisées dans les mêmes conditions que les athlètes français(es).

Elles/Ils sont également soumis(es) aux mêmes règles de niveau de compétition et de catégorie. En ce qui concerne les solos, ils seront considérés hors quota. En duos et en équipes, les ballets comprenant un effectif de plus de la moitié d'athlètes non sélectionnables en Equipe de France ne peuvent pas se voir délivrer le titre de «Champion de France». En solo, également une nageuse étrangère/un nageur étranger ne peut pas avoir de titre de Champion(ne) de France. Un double classement sera établi.



DISPOSITIF ILE DE LA RÉUNION

Pour les Championnats de France d'hiver :

Envoi de vidéos des épreuves avant les Journées d'Automne pour évaluation par un jury.

Pour les Championnats de France d'été :

La Ligue Régionale organise une compétition sur place avec la présence d'un juge A désigné par la FFN et des officiels de la Ligue. Tous les clubs de la Ligue peuvent y participer. Toutes les épreuves des différentes catégories sont proposées lors de cette compétition.

Le juge arbitre A désigné par la FFN valide les résultats et les qualifications dès la fin de la compétition.

En duo et épreuves collectives, sous réserve de faire les points de qualification en catégories avenir et jeune, le 1er de chaque épreuve est qualifié pour les Championnats de France d'été Élite. Le ballet classé deuxième est qualifié pour la N1. Les ballets suivants ont la possibilité d'aller aux N2 en métropole. Pour se qualifier aux N1, ils doivent réaliser les points de qualification. Ils doivent également rentrer dans les quotas de l'interrégion sans prendre de place à cette interrégion.

Cependant, un club qualifié en élite aura la possibilité de présenter en double classement un ballet en N1.

DISPOSITIF TERRITOIRES ULTRA-MARINS

Pour les Championnats de France d'hiver :

Envoi de vidéos des épreuves avant les Journées d'Automne pour évaluation par un jury.

Pour les Championnats de France d'été :

Même procédé, si ce sont des solos et des duos seulement. Pour les épreuves d'équipe, le ou les clubs doivent participer aux N2 en métropole. Pour se qualifier, ils doivent rentrer dans les quotas de l'interrégion sans prendre de place à cette interrégion.

DISPOSITIF LIGUE CORSE

En duo et épreuves collectives, les clubs de la Ligue Corse ne prennent pas de place dans les quotas à l'interrégion Sud-Est.

Sous réserve de faire les points de qualification, si un club de la Ligue Corse se classe premier ou deuxième et si le club suivant ou précédent appartient à l'interrégion Sud-Est, alors ces deux clubs sont directement qualifiés pour les Championnats de France Élite.

Pour se qualifier aux N1, les clubs de la Ligue Corse doivent rentrer dans les quotas de l'interrégion Sud-Est sans prendre de place à cette interrégion.

DISPOSITIF CENTRES NATIONAUX D'ACCÈS AU HAUT NIVEAU (CNAHN), ET ATHLÈTES CENTRE NATIONAL RELÈVE (CNR)

Un centre national d'accès au haut-niveau sera automatiquement positionné en finales directes pour les épreuves des Championnats de France d'hiver Jeune et Junior pour les épreuves de solos, duos libres mixtes et équipe libre (en junior) et des Championnats Élite Jeune et Élite Junior pour les autres épreuves, sans passer par la N1, à raison de deux places en solo et duo et d'une place en épreuves collectives par centre national d'accès au haut-niveau. Ces ballets se rajouteront aux quotas des finales directes. Lors des épreuves collectives, ils passeront à la suite.

Les nageuses/nageurs appartenant au centre national d'entraînement (CNE) et au centre national relève (CNR) seront également intégré(e)s hors quota.

SÉLECTIONS COLLECTIFS DES ÉQUIPES DE FRANCE

Dans le cadre des compétitions nationales, des épreuves de présélections ou de sélections pour les collectifs des Équipes de France peuvent être incluses dans le programme des Championnats de France. Les règlements et les conditions d'accès sont définis par la DTN dans les modalités de sélection.



RÉSULTATS

Les résultats sont vérifiés par le Juge-Arbitre et transmis via XO sous 48 heures. Ils seront accessibles sur le site FFNATATION.FR.

Les résultats PDF des compétitions N2 devront être également envoyés au département Natation Artistique de la Fédération Française de Natation (natation.artistique@ffnatation.fr) dans les 24 heures suivant la compétition.

DEMANDE DE DÉROGATION POUR QUOTAS MANQUANTS A TITRE EXCEPTIONNEL

A TITRE EXCEPTIONNEL, pour toutes les catégories d'âge, le Juge-Arbitre des N2 a la possibilité de proposer, à une commission d'études (Direction Technique Nationale et Juges Internationaux) une vidéo du ballet ayant obtenu les points de qualification pour les Championnats de France, mais n'étant pas qualifié en raison des quotas attribués. Cette vidéo doit être envoyée par le Juge-Arbitre dans les 48 heures suivant la fin de la compétition à la Fédération Française de Natation.

OFFICIELS ET LICENCIÉS

La composition des jurys sera conforme à la circulaire des officiels de Natation Artistique. Les personnes convoquées par la FFN, quelle que soit leur mission, ne représentent pas leur club. Pour tous les championnats de France, tout club participant doit obligatoirement engager, via Extranat une personne licenciée afin d'aider sur différentes missions proposées par le Juge-Arbitre de la compétition.

Pour les Championnats de France d'hiver et d'été Jeunes N1 et Élite, les clubs engageant dix nageuses/nageurs au moins devront engager un officiel A (à jour de son recyclage) ou A en examen. Cet officiel devra être engagé sur Extranat.

Dans le cas contraire, une pénalité financière sera appliquée (voir Règlements financiers).

Un jury d'appel sera constitué pour chaque compétition Régionale, Interrégionale, Nationale.

Lors des compétitions nationales, le délégué du Président de la FFN désigne le jury d'appel en conformité avec le règlement intérieur de la FFN et en assure la présidence.

PRINCIPES DE QUALIFICATION

1. La qualification aux compétitions Interrégionales N2 pour les ballets non dispensés prend en compte :

- un minimum de points à réaliser en figures imposées au championnat régional lorsqu'il s'agit d'épreuves impliquant la participation en figures imposées.
- La participation du ballet au championnat régional lorsqu'il s'agit d'épreuves n'impliquant pas la participation en figures imposées.

2. La qualification aux Championnats de France prend en compte :

- un positionnement d'après les résultats de la saison précédente (qualification N-1) ou de l'année en cours (qualification lors des Championnats de France d'hiver pour les solos libres, duos libres mixtes et équipes libres Jeunes et pour les solos techniques, duos mixtes techniques et équipes techniques Juniors).

ATTENTION : Le dispositif de qualification sur la saison précédente : « avoir été classé dans le top 6 et avoir réalisé les points dans toutes les épreuves », ne concerne pas les CNAHN en catégories Jeune et Junior. Ces derniers ont automatiquement deux places en solo et duo et une place en épreuve collective.

- un quota de places.

POSITIONNEMENT REFUSÉ

Si un club refuse le positionnement de son ballet en Élite dans une catégorie donnée, il ne sera pas automatiquement repositionné en N1 mais devra y gagner sa sélection en passant par la N2. Cependant s'il réalise au Championnat N2 la place de qualification d'Élite, il devra obligatoirement nager en Élite.

ACCÈS AUX DIFFÉRENTS CHAMPIONNATS

Les règlements FFN pourront faire l'objet de quelques ajustements suivant les recommandations de World Aquatics.

ACCÈS AUX CHAMPIONNATS N2

POINTS EN IMPOSÉES						
	AVENIR				JEUNE	
	2013	2014	2015	2016 et après	2010 - 2011	2012 - 2013
SOLO LIBRE	56	55	54	Solos en N2 seulement 53	60	58
DUO LIBRE	57				59	
DUO MIXTE LIBRE	57				59	
ÉQUIPE LIBRE	55				57	

ACCÈS AUX CHAMPIONNATS DE FRANCE D'HIVER JEUNE & JUNIOR

Le dispositif de qualification « Elite 2024 » ne concerne pas les CNAHN. Ces derniers ont automatiquement deux places en solo et duo et une place en épreuve collective.

		SOLO LIBRE JEUNE	DUO MIXTE LIBRE JEUNE	EQUIPE LIBRE JEUNE	SOLO TECHNIQUE JUNIOR	DUO MIXTE TECHNIQUE JUNIOR	ÉQUIPE TECHNIQUE JUNIOR
QUOTAS	Points en imposées	67	65	63			
	ILE DE FRANCE	4	Suivant les points	1	4	Suivant résultats	1
	NORD EST	4		1	4		1
	OUEST	4		1	4		1
	SUD EST	4		1	4		1
	SUD OUEST	5		2	5		2
	CORSE	2		Suivant résultats	1		Suivant résultats
	LA REUNION	2			2		
Accès à l'épreuve qualificative		A partir de la 2ème place de chaque IR + Réunion			A partir de la 2ème place de chaque IR + Réunion		
Places à l'épreuve qualificative		20 + garçons			19 + garçons		
Accès en finale		<ul style="list-style-type: none"> 1 Elite 2024 8 CNAHN le premier de chaque IR 3 premiers de l'épreuve qualificative Corse : suivant résultats aux JA 	<ul style="list-style-type: none"> 1 Elite 2024 CNAHN Suivant résultats en IR 	<ul style="list-style-type: none"> 2 Elites 2024 Quotas IR 4 CNAHN 	<ul style="list-style-type: none"> 2 Elites 2024 8 CNAHN le premier de chaque IR 3 premiers de l'épreuve qualificative Corse : suivant résultats aux JA 	<ul style="list-style-type: none"> 1 Elites 2024 CNAHN Suivant résultats en IR 	<ul style="list-style-type: none"> 3 Elites 2024 Quotas IR 4 CNAHN
Places en finale		19 + garçons	FINALE DIRECTE	12	18 + garçons	FINALE DIRECTE	13
Accès en Élite dans l'année		6 premiers	3 premiers	6 premières	6 premiers	3 premiers	6 premières

ACCÈS AUX CHAMPIONNATS DE FRANCE D'ÉTÉ - CATÉGORIE AVENIR

		SOLO LIBRE 2013	SOLO LIBRE 2014	SOLO LIBRE 2015	DUO LIBRE	DUO LIBRE MIXTE	ÉQUIPE LIBRE	BALLET ACROBATIQUE
Points en imposées		61	60	59	59	59	57	
QUOTAS	ILE DE FRANCE	3	3	2	4	Suivant résultats	4	4
	NORD EST	3	3	2	4		4	4
	OUEST	3	3	2	4		4	4
	SUD EST	3	3	2	4		4	4
	SUD OUEST	4	4	3	5		5	5
	CORSE	1	2	2	Suivant résultats aux N2	Suivant résultats aux N2		
	LA REUNION	1	1	1				
Accès en finale		● <i>quota de chaque N2</i>			● <i>quota de chaque N2</i> ● <i>6 premiers du Chpt 2024</i>			
Places en finale		18 + garçons	19 + garçons	14+ garçons	27	FINALE DIRECTE	27	27

- En raison des quotas supplémentaires attribués à chaque IR pour l'accès au championnat de France, les demandes de dérogation pour quotas manquants ne pourront se faire qu'à titre exceptionnel.

ACCÈS AUX CHAMPIONNATS DE FRANCE D'ÉTÉ N1 & ÉLITE - CATÉGORIE JEUNE

Le dispositif de qualification « Elite 2024 » ne concerne pas les CNAHN. Ces derniers ont automatiquement deux places en solo et duo et une place en épreuve collective.

		SOLO LIBRE	DUO LIBRE	DUO LIBRE MIXTE	ÉQUIPE LIBRE	COMBINÉ	BALLET ACROBATIQUE
Points en imposées N1		63	61	61	59	Attention, un même athlète n'est pas autorisé à nager les deux épreuves sur 1 même niveau	
Points en imposées Elite		67	65	65	63		
QUOTAS	ILE DE FRANCE	4 dont 1 place 2012	5	Suivant points	5	4	4
	NORD EST	4 dont 1 place 2012	5		5	4	4
	OUEST	4 dont 1 place 2012	5		5	4	4
	SUD EST	4 dont 1 place 2012	5		5	4	4
	SUD OUEST	4 dont 1 place 2012	6		6	5	5
	CORSE	1	1		1	1	1
	LA REUNION	1	2		2	1	1
N1	Accès en finale	FINALE DIRECTE	• A partir de la 2ème place des N2 de chaque IR • Corse et Réunion : suivant résultats aux N2	FINALE DIRECTE	• A partir de la 2ème place des N2 de chaque IR • Corse et Réunion : suivant résultats aux N2		
	Places en finale		22		22	16	16
ÉLITE	Accès en finale	• 6 premiers du Chpt Hiver • 6 premiers des N1	• le premier de chaque N2 • 8 CNAHN • 3 premiers des N1 • 1 Corse & 1 Réunion	• 3 premiers du Chpt Hiver • 3 premiers des N1 • Suivant résultats	• le premier de chaque N2 • 6 premiers du Chpt Hiver • 3 premiers des N1 • 1 Corse & 1 Réunion	• le premier de chaque N2 • 3 Elites 2024 • 4 CHAHN • 3 premiers des N1 • 1 Corse & 1 Réunion	• le premier de chaque N2 • 5 Elites 2024 • 4 CHAHN • 3 premiers des N1 • 1 Corse & 1 Réunion
	Places en finale	12 + garçons	18	FINALE DIRECTE	16	17	19

- En raison des quotas supplémentaires attribués à chaque IR pour l'accès au championnat de France N1, les demandes de dérogation pour quotas manquants ne pourront se faire qu'à titre exceptionnel.

ACCÈS AUX CHAMPIONNATS DE FRANCE D'ÉTÉ N1 & ÉLITE - CATÉGORIE JUNIOR

Le dispositif de qualification « Elite 2024 » ne concerne pas les CNAHN. Ces derniers ont automatiquement deux places en solo et duo et une place en épreuve collective.

		SOLO TECHNIQUE	SOLO LIBRE	DUO TECHNIQUE	DUO LIBRE	DUO TECHNIQUE	DUO LIBRE MIXTE	ÉQUIPE TECHNIQUE	ÉQUIPE LIBRE	BALLET ACROBATIQUE
QUOTAS	ILE DE FRANCE	4 dont 1 place 2008/2009	5 dont 1 place 2008/2009	5	5	Suivant résultats	Suivant résultats	5	5	5
	NORD EST	4 dont 1 place 2008/2009	5 dont 1 place 2008/2009	5	5			5	5	5
	OUEST	4 dont 1 place 2008/2009	5 dont 1 place 2008/2009	5	5			5	5	5
	SUD EST	4 dont 1 place 2008/2009	5 dont 1 place 2008/2009	5	5			5	5	5
	SUD OUEST	4 dont 1 place 2008/2009	6 dont 1 place 2008/2009	6	6			6	6	6
	CORSE	1	1	1	1	1	1	1	1	
	LA REUNION	1	2	2	2	1	1	2	1	1
N1	Accès en finale	FINALE DIRECTE	● A partir de la 2ème place des N2 ● Corse et Réunion : suivant résultats aux N2			FINALE DIRECTE		● A partir de la 2ème place des N2 ● Corse et Réunion : suivant résultats aux N2		
	Places en finale	22 + garçons	22 + garçons	22	22			21	21	21
ÉLITE	Accès en finale	● 6 premiers du Chpt Hiver ● 6 premiers des N1	● 8 CNAHN ● 3 Elites 2024 ● Le premier de chaque N2 ● 3 premiers des N1 ● 1 Corse & 1 Réunion	● 8 CNAHN ● 3 Elites 2024 ● Le premier de chaque N2 ● 3 premiers des N1 ● 1 Corse & 1 Réunion	● 8 CNAHN ● 2 Elites 2024 ● Le premier de chaque N2 ● 3 premiers des N1 ● 1 Corse & 1 Réunion	● 6 premiers du Chpt Hiver ● CNAHN ● 3 premiers des N1 ● Suivant résultats	● 1 Elite 2024 ● CNAHN ● 3 premiers des N1 ● Suivant résultats en IR	● 6 premiers du Chpt Hiver ● Le premier de chaque N2 ● 3 premiers des N1 ● 1 Corse & 1 Réunion	● 4 CNAHN ● 2 Elites 2024 ● Le premier de chaque N2 ● 3 premiers des N1 ● 1 Corse	● 4 CNAHN ● 4 Elites 2024 ● Le premier de chaque N2 ● 3 premiers des N1 ● 1 Corse
	Places en finale	12+ garçons	21 + garçons	21	20	FINALE DIRECTE		16	15	17

- En raison des quotas supplémentaires attribués à chaque IR pour l'accès au championnat de France, les demandes de dérogation pour quotas manquants ne pourront se faire qu'à titre exceptionnel.

ACCÈS AUX CHAMPIONNATS DE FRANCE D'ÉTÉ - CATÉGORIE SENIOR

		SOLO LIBRE	DUO LIBRE	DUO LIBRE MIXTE	ÉQUIPE LIBRE	BALLET ACROBATIQUE	COMBINÉ
QUOTAS	ILE DE FRANCE	3	3	Suivant résultats	3	3	3
	NORD EST	3	3		3	3	3
	OUEST	3	3		3	3	3
	SUD EST	3	3		3	3	3
	SUD OUEST	3	3		3	3	3
	CORSE	1	Suivant résultats		Suivant résultats		
	LA REUNION	2					
Accès en finale		● <i>quota de chaque N2</i> ● <i>6 premiers du Chpt 2024</i>					
Places en finale		24	21	FINALE DIRECTE	21	21	21



PUBLIC CONCERNÉ	
9 ans et moins (2016 et après)	
OBJECTIF	
Proposer un programme avec des contenus adaptés au jeune public pour les préparer au système compétitif	
CONDITIONS D'ACCÈS	
<ul style="list-style-type: none"> Être titulaire du savoir nager en sécurité (SNS) 	
ÉPREUVES	
FIGURES IMPOSÉES	ÉPREUVE LIBRE
<p>2 figures obligatoires</p> <ul style="list-style-type: none"> Perilleux arrière groupé Ballet leg <p>Ces figures seront réalisées avec ou sans aides extérieures (bidons, frites, haltères)</p>	<p>Ballet avec des éléments imposés</p> <p>Kick, Battements costaux, Voilier, 1 Cercle, 1 Ligne</p> <p>Distance : 25 m minimum Durée : 1'30 (+ ou - 15 sec)</p>
CLASSEMENTS & PODIUMS	
<ul style="list-style-type: none"> Chaque organisateur pourra s'approprier cette épreuve et proposer le jugement et le classement de son choix. Récompense : au choix de l'organisateur (médailles et/ou récompenses à tous les participants et/ou distribution de diplômes). 	

Les règlements FFN pourront faire l'objet de quelques ajustements suivant les recommandations de World Aquatics.



LE PUBLIC CONCERNÉ	
12 ans et moins (2013 et après).	
COMPÉTITIONS	
<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Championnat Régional Avenir ⇒ Championnat National 2 Avenir ⇒ Championnat de France Été Avenir 	
CONDITIONS D'ACCÈS	
<ul style="list-style-type: none"> • Pour les 2016 et après : être titulaire du savoir nager en toute sécurité (SNS) • Avoir validé le niveau Synchro Découverte • Avoir obtenu les points requis en figures imposées pour accéder au Championnat N2 et avoir obtenu les places et les points requis en figures imposées pour accéder au Championnat de France en solos, duos, duos mixtes et équipes • Avoir nagé le ballet acrobatique en Championnat régional pour accéder au Championnat N2 et avoir obtenu les places requises pour accéder au Championnat de France 	
ÉPREUVES	
Cf Annexes 1 et 3	
FIGURES IMPOSÉES suivant règlement World Aquatics	SOLOS LIBRES 2'00 (+ ou - 05 sec)
DUOS LIBRES 2'30 (+ ou - 05 sec)	DUOS MIXTES LIBRES 2'30 (+ ou - 05 sec)
ÉQUIPES LIBRES 3'00 (+ ou - 05 sec)	BALLETS ACROBATIQUES 2'30 (+ ou - 05 sec)
<ul style="list-style-type: none"> • Les ballets libres et les ballets acrobatiques ont un effectif de quatre (4) à huit (8) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçant(e)s. • Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées en catégorie Avenir. Les degrés de difficultés des autres acrobaties sont limités. 	
CLASSEMENTS ET PODIUMS	
<ul style="list-style-type: none"> • 100% Figures imposées + 100% Épreuves libres • Solos : un podium est organisé pour chaque année d'âge (2013, 2014 et 2015). • 100% Figures imposées : un podium général est organisé et un titre en figures imposées Avenir est attribué. • D'autres podiums peuvent être organisés pour les nageuses/nageurs plus jeunes. • 100% ballets acrobatiques 	



Le Championnat Régional est qualificatif pour le Championnat National 2.

- Ils peut servir de compétition préparatoire pour les ballets qualifiés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.
- Les nageuses et nageurs né(e)s après 2016 peuvent participer en solo en regional et N2 seulement.

ÉPREUVES

Cf Annexes 1 et 3

FIGURES IMPOSÉES

FIGURES OBLIGATOIRES		GROUPE OPTIONNEL 1		
1. Ballet leg tendu direct (106)		3. Ariane carpé avant (359)		
2. Barracuda (301)		4. Tour (348)		
SOLOS LIBRES	DUOS LIBRES	DUOS LIBRES MIXTES	EQUIPES LIBRES	BALLETS ACROBATIQUES

ACCÈS AU CHAMPIONNAT NATIONAL 2 AVENIR

SOLOS LIBRES 2016	• si 53 points en imposes (en N2 seulement)
SOLOS LIBRES 2015	• si 54 points en imposées
SOLOS LIBRES 2014	• si 55 points en imposées
SOLOS LIBRES 2013	• si 56 points en imposées
DUOS LIBRES	• si 57 points en imposées
DUOS LIBRES MIXTES	• si 57 points en imposées
ÉQUIPES LIBRES	• si 55 points en imposées
BALLETS ACROBATIQUES	• si participation en ballet acrobatique



Le Championnat National 2 est qualificatif pour le Championnat de France Avenir.

- Il peut servir de compétition préparatoire pour les ballets qualifiés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.
- Les nageuses et nageurs né(e)s 2016 et après peuvent participer en solo en regional et N2 seulement.
- RAPPEL : En raison des quotas supplémentaires attribués à chaque IR pour l'accès au championnat de France, les demandes de dérogation pour quotas manquants ne pourront se faire qu'à titre exceptionnel.

ÉPREUVES Cf Annexes 1 et 3

FIGURES IMPOSÉES : 2 figures obligatoires + 1 groupe optionnel

FIGURES OBLIGATOIRES 1. Ballet leg tendu direct (106) 2. Barracuda (301)		GROUPE OPTIONNEL 1 3. Ariane carpé avant (359) 4. Tour (348)		
		GROUPE OPTIONNEL 2 3. Goutte d'eau vrille 180° (363) 4. Espadon (401)		
SOLOS LIBRES	DUOS LIBRES	DUOS LIBRES MIXTES	EQUIPES LIBRES	BALLETS ACROBATIQUES

ACCÈS AU CHAMPIONNAT DE FRANCE AVENIR

SOLOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) premiers 2013 des IR IDF, NE, O, SE, les quatre (4) premiers de l'IR SO, le premier (1) de la Corse et de la Réunion, si 61 points en imposées. • les trois (3) premiers 2014 des IR IDF, NE, O, SE, les quatre (4) premiers de l'IR SO, les deux (2) premiers de la Corse et le premier (1) de la Réunion, si 60 points en imposées. • les deux (2) premiers 2015 des IR IDF, NE, O, SE et de la Corse, les trois (3) premiers de l'IR SO et le premier (1) de la Réunion, si 59 points en imposées. • solos garçons, mêmes conditions.
DUOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none"> • les quatre (4) premiers des IR IDF, NE, O, SE, les cinq (5) premiers de l'IR SO, si 59 points en imposées. • les six (6) premiers du championnat de France 2024. • la Corse et la Réunion suivant les résultats.
DUOS LIBRES MIXTES	<ul style="list-style-type: none"> • les duos mixtes ayant 59 points en imposées. • les six (6) premiers du championnat de France 2024.
ÉQUIPES LIBRES	<ul style="list-style-type: none"> • les quatre (4) premiers des IR IDF, NE, O, SE, les cinq (5) premiers de l'IR SO, si 57 points en imposées. • les six (6) premiers du championnat de France 2024. • la Corse et la Réunion suivant les résultats.
BALLETS ACROBATIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • les quatre (4) premiers des IR IDF, NE, O, SE, les cinq (5) premiers de l'IR SO. • les six (6) premiers du championnat de France 2024. • la Corse et la Réunion suivant les résultats.

CHAMPIONNAT DE FRANCE ÉTÉ AVENIR

- Les nageuses et nageurs né(e)s 2016 et après peuvent participer en solo en regional et N2 seulement.
- **RAPPEL** : En raison des quotas supplémentaires attribués à chaque IR pour l'accès au championnat de France, les demandes de dérogation pour quotas manquants ne pourront se faire qu'à titre exceptionnel.

Page d'accueil

ÉPREUVES

Cf Annexes 1 et 3

FIGURES IMPOSÉES : 2 figures obligatoires + 1 groupe optionnel

FIGURES OBLIGATOIRES
1. Ballet leg tendu direct (106)
2. Barracuda (301)

GROUPE OPTIONNEL 1

- 3. Ariane carpé avant (359)
- 4. Tour (348)

GROUPE OPTIONNEL 2

- 3. Goutte d'eau vrille 180° (363)
- 4. Espadon (401)

GROUPE OPTIONNEL 3

- 3. Coup de pied à la lune (311)
- 4. Cygne vrille 180° (277d)

SOLOS LIBRES 2013

**18
+
garçons**

- les trois (3) premiers 2013 des IR IDF, NE, O, SE, les quatre (4) premiers de l'IR SO, le premier (1) de la Corse et de la Réunion, si 61 points en imposées.
- solos garçons, mêmes conditions.

SOLOS LIBRES 2014

**19
+
garçons**

- les trois (3) premiers 2014 des IR IDF, NE, O, SE, les quatre (4) premiers de l'IR SO, les deux (2) premiers de la Corse et le premier (1) de la Réunion, si 60 points en imposées.
- solos garçons, mêmes conditions.

SOLOS LIBRES 2015

**14
+
garçons**

- les deux (2) premiers 2015 des IR IDF, NE, O, SE et de la Corse, les trois (3) premiers de l'IR SO et le premier (1) de la Réunion, si 59 points en imposées.
- solos garçons, mêmes conditions.

DUOS LIBRES

27

- les quatre (4) premiers des IR IDF, NE, O, SE, les cinq (5) premiers de l'IR SO, si 59 points en imposées.
- les six (6) premiers du championnat de France 2024.
- la Corse et la Réunion suivant les résultats.

DUOS LIBRES MIXTES

- les duos mixtes ayant 59 points en imposées.
- les six (6) premiers du championnat de France 2024.

ÉQUIPES LIBRES

27

- les quatre (4) premiers des IR IDF, NE, O, SE, les cinq (5) premiers de l'IR SO, si 57 points en imposées.
- les six (6) premiers du championnat de France 2024.
- la Corse et la Réunion suivant les résultats.

BALLETS ACROBATIQUES

27

- les quatre (4) premiers des IR IDF, NE, O, SE, les cinq (5) premiers de l'IR SO.
- les six (6) premiers du championnat de France 2024.
- la Corse et la Réunion suivant les résultats.

Les nombres de ballets indiqués ne tiennent pas compte des quotas supplémentaires.

ACCÈS AU CHAMPIONNAT ETE AVENIR 2025-2026

- En duo, duo mixte et épreuves collectives, être classé dans le top 3 et avoir réalisé les points.

Les règlements FFN pourront faire l'objet de quelques ajustements suivant les recommandations de World Aquatics.

LE PUBLIC CONCERNÉ

Filles : 12, 13, 14, 15 ans (2013, 2012, 2011 et 2010)
Garçons : 12, 13, 14, 15, 16 ans (2013, 2012, 2011, 2010 et 2009)

COMPÉTITIONS

- ⇒ Journées d'Automne
- ⇒ Épreuve qualificative du Championnat de France Hiver Jeune
- ⇒ Championnat de France Hiver Jeune
- ⇒ Championnat Régional Jeune
- ⇒ Championnat National 2 Jeune
- ⇒ Championnat de France Été National 1 Jeune
- ⇒ Championnat de France Été Élite Jeune Open

CONDITIONS D'ACCÈS

- Avoir validé le niveau Synchro d'Argent
- Avoir obtenu les points requis en figures imposées pour accéder au Championnat N2 et avoir obtenu les places et les points requis en figures imposées pour accéder au Championnat de France en solos, duos, duos mixtes et équipes.
- Avoir nagé le ballet acrobatique et en ballet combiné en Championnat régional pour accéder au Championnat N2 et avoir obtenu les places requises pour accéder au Championnat de France.

ÉPREUVES

Cf Annexes 1 et 3

FIGURES IMPOSÉES suivant règlement World Aquatics	SOLOS LIBRES 2'00 (+ ou - 05 sec)
DUOS LIBRES 2'30 (+ ou - 05 sec)	DUOS MIXTES LIBRES 2'30 (+ ou - 05 sec)
ÉQUIPES LIBRES 3'00 (+ ou - 05 sec)	BALLETS ACROBATIQUES 2'30 (+ ou - 05 sec)

Les ballets libres et les ballets acrobatiques ont un effectif de quatre (4) à huit (8) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçant(e)s.

COMBINÉS

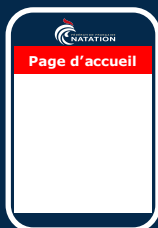
3'00 (+ ou - 05 sec)

Les ballets combinés ont un effectif de quatre (4) à dix (10) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçant(e)s.

CLASSEMENTS ET PODIUMS

- 100% Figures imposées + 100% Épreuves libres
- Solos libres : au championnat de France N1 Jeune, 1 place supplémentaire est attribuée à chaque IR, réservée aux nageuses/nageurs né(e)s en 2012 quelque soit leur classement en N2. Un podium est organisé.
- 100% Figures imposées : un podium général est organisé et un titre en figures imposées Jeune est attribué.
- Un deuxième podium est organisé pour les nageuses/nageurs plus jeunes (né(e)s en 2013 et 2012).
- 100% ballets combinés et ballets acrobatiques

Rappel : Les nageuses et nageurs de la catégorie Jeune ne peuvent pas être engagés dans l'épreuve du ballet acrobatique et celle du ballet combiné sur un même niveau de compétition : régional, N2, championnat de France (N1 et élite).





Les journées d'Automne Jeune sont sélectives à l'épreuve qualificative et au Championnat de France d'hiver Jeune.

- Les ballets déjà qualifiés aux Championnats de France d'hiver lors de la saison N-1 ainsi que les ballets des CNAHN et CNR peuvent participer à cette compétition sans pour autant remettre en cause leur qualification. Ces nageuses/nageurs feront l'objet d'un double classement.
- L'interrégion peut décider des récompenses attribuées.
- A l'issue des Journées d'Automne, les ballets n'accédant pas à l'épreuve qualificative ou au Championnat de France d'hiver dans une épreuve donnée pourront nager cette épreuve directement aux N2 2025 sans passer par les Régionaux.

ÉPREUVES Cf Annexes 1 et 3

FIGURES IMPOSÉES : Section A

GROUPE 1		GROUPE 2	
1. Poisson volant, vrille 360° (307e)		1. Barracuda grand écart aérien, vrille ascendante 180° (308h)	
2. Cyclone ouvert 180° (437)		2. Espadon jambes tendues rotation ariane (407)	
SOLOS LIBRES		DUOS LIBRES MIXTES	EQUIPES LIBRES

ACCÈS À L'ÉPREUVE QUALIFICATIVE DU CHAMPIONNAT DE FRANCE D'HIVER JEUNE

SOLOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) de la 2ème à la 4ème place des IR IDF, NE, O, SE, les quatre (4) de la 2ème à la 5ème place de l'IR SO, si 67 points en imposées et les deux (2) premiers de la Réunion. • la Corse suivant les résultats aux JA. • solos garçons, mêmes conditions.
--------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ACCÈS AU CHAMPIONNAT DE FRANCE D'HIVER JEUNE

SOLOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none"> • le premier de chaque IR, si 67 points en imposées. • la Corse suivant les résultats aux JA. • solos garçons, mêmes conditions.
DUOS MIXTES LIBRES	<ul style="list-style-type: none"> • les duos mixtes ayant 65 points en imposées.
EQUIPES LIBRES	<ul style="list-style-type: none"> • la première (1) des IR IDF, NE, O, SE, les deux (2) premières de l'IR SO, si 63 points en imposées. • la Corse et la Réunion suivant les résultats.



- Un(e) (ou des) nageuse(s)/nageur(s) peut (peuvent) être positionné(es) sur proposition du DTN ou de ses représentants et après validation du Cercle de Compétences concerné.
- A l'issue de l'Epreuve Qualificative, les solos libres n'accédant pas au Championnat de France d'hiver pourront être nagés directement aux N2 2025 sans passer par les Régionaux.

ÉPREUVES

Cf Annexes 1 et 3

FIGURES IMPOSEES : 2 groupes tirés au sort parmi les groupes 1, 2 et 5

GROUPE 1	GROUPE 2	GROUPE 5
1. Poisson volant, vrille 360° (307e) 2. Cyclone ouvert 180° (437)	1. Barracuda grand écart aérien, vrille ascendante 180° (308h) 2. Espadon jambes tendues rotation ariane (407)	1. Flamenco jambe plié, vrille combinée (360°+360°) (140j) 2. Promenade arrière fermée 360 (421)

SOLOS LIBRES	20 + garçons <ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) de la 2ème à la 4ème place des IR IDF, NE, O, SE, les quatre (4) de la 2ème à la 5ème place de l'IR SO, si 67 points en imposées et les (2) premiers de la Réunion. • la Corse suivant les résultats aux JA. • solos garçons, mêmes conditions.
Pas de podium organisé pour la phase qualificative	

ACCÈS AU CHAMPIONNAT DE FRANCE D'HIVER JEUNE

- les trois (3) premiers solos libres si 67 points en imposées.

- Un(e) (ou des) nageuse(s)/nageurs peut (peuvent) être positionné(es) sur proposition du DTN ou de ses représentants et après validation du Cercle de Compétences concerné.
- Possibilité de ne faire que les figures imposées pour les nageuses/nageurs de la catégorie Jeune retenu(e)s à l'issue du classement en figures imposées aux différents championnats nationaux 2024 ainsi qu'aux athlètes positionnés dans le Projet de Performance Fédéral et ceux proposés sur liste ministérielle.

La diffusion de la liste sera communiquée en début de saison sportive. Les engagements préliminaires devront parvenir à la Fédération avant la date limite du 30 octobre 2024. Ce pré-engagement est obligatoire.

- Le dispositif de qualification « parmi les six (6) premiers du championnat Elite 2024 » ne concerne pas les CNAHN. Ces derniers ont automatiquement deux places en solo et duo et une place en épreuve collective.
- A l'issue du championnat de France d'Hiver, les ballets non qualifiés au Championnat de France Élite Jeune pourront nager directement aux N2 2025 sans passer par les Régionaux.

ÉPREUVES

FIGURES IMPOSÉES : 2 groupes tirés au sort parmi les groupes 1, 2 et 5

GROUPE 1		GROUPE 2		GROUPE 5	
1. Poisson volant, vrille 360° (307e) 2. Cyclone ouvert 180° (437)		1. Barracuda grand écart aérien, vrille ascendante 180° (308h) 2. Espadon jambes tendues rotation ariane (407)		1. Flamenco jambe plié, vrille combinée (360°+360°) (140j) 2. Promenade arrière fermée à 360° (421)	
SOLOS LIBRES		DUOS LIBRES MIXTES		EQUIPES LIBRES	
SOLOS LIBRES	19 + garçons	<ul style="list-style-type: none">• un (1) du championnat Elite 2024 ayant obtenu 67 points en imposées.• le premier (1) de chaque journée d’Automne, si 67 points en imposées.• les trois (3) premiers de l’épreuve qualificative, si 67 points en imposées.• huit (8) places CNAHN (2 par CNAHN).• Corse suivant les résultats aux JA.• solos garçons, mêmes conditions.			
DUOS MIXTES LIBRES		<ul style="list-style-type: none">• un (1) du championnat Elite 2024 ayant obtenu 65 points en imposées.• CNAHN• les duos mixtes ayant 65 points en imposes aux JA.			
EQUIPES LIBRES	12	<ul style="list-style-type: none">• deux (2) du championnat Elite 2024 ayant obtenu 65 points en imposées.• la première (1) des journées d’Automne des IR IDF, NE, O, SE et les deux (2) premières de l’IR SO, si 63 points en imposées.• quatre (4) places CNAHN (1 par CNAHN).• la Corse et la Réunion suivant les résultats aux JA.			

CONDITIONS D'ACCÈS AU CHAMPIONNAT DE FRANCE D'ÉTÉ ÉLITE JEUNE

SOLOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none">• les six (6) premiers.• solos garçons.
DUOS MIXTES LIBRES	<ul style="list-style-type: none">• les trois (3) premiers.
EQUIPES LIBRES	<ul style="list-style-type: none">• les six (6) premières.

Les nombres de ballets indiqués ne tiennent pas compte des quotas supplémentaires ni des dérogations DTN.



Le Championnat Régional est qualificatif pour le Championnat National 2.

- Il peut servir de compétition préparatoire pour les ballets qualifiés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.
- Rappel : Les nageuses et nageurs de la catégorie Jeune ne peuvent pas être engagés dans l'épreuve du ballet acrobatique et celle du ballet combiné sur un même niveau de compétition.

ÉPREUVES

Cf Annexes 1 et 3

FIGURES IMPOSÉES : 2 groupes tirés au sort parmi les groupes 1, 2 et 5

GROUPE 1		GROUPE 2		GROUPE 5	
1. Poisson volant, vrille 360° (307e)		1. Barracuda grand écart aérien, vrille ascendante 180° (308h)		1. Flamenco jambe plié, vrille combinée (360°+360°) (140j)	
2. Cyclone ouvert 180° (437)		2. Espadon jambes tendues rotation ariane (407)		2. Promenade arrière fermée à 360° (421)	
SOLOS LIBRES	DUOS LIBRES	DUOS LIBRES MIXTES	EQUIPES LIBRES	COMBINES	BALLETS ACROBATIQUES

ACCÈS AU CHAMPIONNAT NATIONAL 2 JEUNE

SOLOS LIBRES 2012 et 2013	• si 58 points en imposées
SOLOS LIBRES 2010 et 2011	• si 60 points en imposées
DUOS LIBRES	• si 59 points en imposées
DUOS LIBRES MIXTES	• si 59 points en imposées
ÉQUIPES LIBRES	• si 57 points en imposées
BALLETS ACROBATIQUES	• si participation en ballet acrobatique
BALLETS COMBINÉS	• si participation en ballet combiné

CHAMPIONNAT NATIONAL 2 JEUNE

Le Championnat National 2 est qualificatif pour les Championnats de France National 1 et Élite Jeune.

- Il peut servir de compétition préparatoire pour les ballets déjà qualifiés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.
- **RAPPEL** : En raison des quotas supplémentaires attribués à chaque IR pour l'accès au championnat de France, les demandes de dérogation pour quotas manquants ne pourront se faire qu'à titre exceptionnel.
- Les ballets classés 1ers de chaque N2 n'obtenant pas les minima de points pour accéder au Championnat de France Élite mais obtenant ceux pour accéder au Championnat de France N1 seront qualifiés pour le Championnat de France N1. Ils se rajouteront au nombre de ballets qualifiés au Championnat de France N1.

ÉPREUVES Cf Annexes 1 et 3

FIGURES IMPOSÉES : 1 section tiré au sort parmi les sections A et C

SECTION A

GROUPE 1
1.Poisson volant, vrille 360° (307e)
2.Cyclone ouvert 180° (437)

GROUPE 2
1.Barracuda grand écart aérien, vrille ascendante 180° (308h)
2.Espadon jambes tendues rotation ariane (407)

SECTION C

GROUPE 5
1.Flamenco jambe plié, vrille combinée (360°+360°) (140j)
2.Promenade arrière fermée à 360° (421)

GROUPE 6
1.Ipanéma vrille 180° (440d)
2.Londres, vrille continue 720° (154f)

SOLOS LIBRES

DUOS LIBRES

DUOS LIBRES MIXTES

EQUIPES LIBRES

BALLETS COMBINES

BALLETS ACROBATIQUES

ACCÈS AU CHAMPIONNAT NATIONAL 1 JEUNE

SOLOS LIBRES
et
SOLOS LIBRES 2012

- les trois (3) premiers de chaque IR, si 63 points en imposées.
- le premier (1) 2012 de chaque IR, si 63 points en imposées, quelque soit son classement.
- le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion, si 63 points en imposées.
- solos garçons, mêmes conditions.

DUOS LIBRES

- les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 5ème place du SO, si 61 points en imposées.
- le deuxième de la Réunion, si 61 points en imposées.

DUOS MIXTES LIBRES

- les duos mixtes ayant 61 points en imposées.

ÉQUIPES LIBRES

- les quatre (4) classées de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classées de la 2ème à la 5ème place du SO, si 59 points en imposées.
- le deuxième de la Réunion, si 59 points en imposées.

BALLETS COMBINES

- les trois (3) classés à la 2ème et 4ème place des IR IDF, NE, O, SE, les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place du SO.
- la Corse et la Réunion suivant les résultats aux N2.

BALLETS ACROBATIQUES

- les trois (3) classés à la 2ème et 4ème place des IR IDF, NE, O, SE, les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place du SO.
- la Corse et la Réunion suivant les résultats aux N2.

ACCÈS AU CHAMPIONNAT ELITE JEUNE

DUOS LIBRES & DUOS
LIBRES MIXTES

- le premier (1) duo de chaque IR, de la Corse et la Réunion et les duos mixtes ayant 65 points en imposées.

ÉQUIPES LIBRES

- la première (1) de chaque IR, de la Corse et la Réunion si 63 points en imposées.

BALLETS COMBINES &
BALLETS ACROBATIQUES

- le premier (1) de chaque IR, de la Corse et la Réunion.

CHAMPIONNAT DE FRANCE D'ÉTÉ NATIONALE 1 JEUNE

Le Championnat de France Nationale 1 est qualificatif pour le Championnat de France Élite.

- **RAPPEL** : En raison des quotas supplémentaires attribués à chaque IR pour l'accès au championnat de France, les demandes de dérogation pour quotas manquants ne pourront se faire qu'à titre exceptionnel.

ÉPREUVES Cf Annexes 1 et 3	
FIGURES IMPOSÉES : 1 section tiré au sort parmi les sections A, B et C	
SECTION A	
GROUPE 1 1.Poisson volant, vrille 360° (307e) 2.Cyclone ouvert 180° (437)	GROUPE 2 1.Barracuda grand écart aérien, vrille ascendante 180° (308h) 2.Espadon jambes tendues rotation ariane (407)
SECTION B	
GROUPE 3 1. Marsouin fouetté, vrille continue 720° (356f) 2. Saturne (441)	GROUPE 4 1. Vénus (352) 2. Albatros vrille ascendante 360° (240i)
SECTION C	
GROUPE 5 1.Flamenco jambe plié, vrille combinée (360°+360°) (140j) 2.Promenade arrière fermée à 360° (421)	GROUPE 6 1.Ipanéma vrille 180° (440d) 2.Londres, vrille continue 720° (154f)

SOLOS LIBRES et SOLOS LIBRES 2012	22 + garçons	<ul style="list-style-type: none">• les trois (3) premiers de chaque IR, si 63 points en imposées.• un solo (1) 2012 de chaque IR, si 63 points en imposées, quelque soit son classement.• le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion, si 63 points en imposées.• solos garçons, mêmes conditions.
DUOS LIBRES	22	<ul style="list-style-type: none">• les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 5ème place du SO, si 61 points en imposées.• le deuxième de la Réunion, si 61 points en imposées.
DUOS LIBRES MIXTES		<ul style="list-style-type: none">• les duos mixtes ayant 61 points en imposées.
ÉQUIPES LIBRES	22	<ul style="list-style-type: none">• les quatre (4) classées de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classées de la 2ème à la 5ème place du SO, si 59 points en imposées.• le deuxième de la Réunion, si 59 points en imposées.
BALLETS COMBINES	16	<ul style="list-style-type: none">• les trois (3) classés à la 2ème et 4ème place des IR IDF, NE, O, SE, les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place du SO.• la Corse et la Réunion suivant les résultats aux N2.
BALLETS ACROBATIQUES	16	<ul style="list-style-type: none">• les trois (3) classés à la 2ème et 4ème place des IR IDF, NE, O, SE, les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place du SO.• la Corse et la Réunion suivant les résultats aux N2.

ACCÈS AU CHAMPIONNAT ÉLITE JEUNE	
SOLOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none">• les six (6) premiers.
DUOS LIBRES DUOS LIBRES MIXTES ÉQUIPES LIBRES BALLETS COMBINES BALLETS ACROBATIQUES	<ul style="list-style-type: none">• les trois (3) premiers.

Les nombres de ballets indiqués ne tiennent pas compte des quotas supplémentaires.

CHAMPIONNAT DE FRANCE D'ÉTÉ ÉLITE OPEN JEUNE

- Une (ou des) nageuse(s) peut (peuvent) être positionnée(s) sur proposition du DTN ou de ses représentants et après validation du Cercle de Compétences concerné.
- Le dispositif de qualification « les six (6) premiers du championnat Elite 2024 » ne concerne les CNAHN. Ces derniers ont automatiquement deux places en solo et duo et une place en épreuve collective.

ÉPREUVES Cf Annexes 1 et 3

FIGURES IMPOSÉES : 1 section tiré au sort parmi les sections A, B et C

SECTION A

GROUPE 1
1. Poisson volant, vrille 360° (307e)
2. Cyclone ouvert 180° (437)

GROUPE 2
1. Barracuda grand écart aérien, vrille ascendante 180° (308h)
2. Espadon jambes tendues rotation ariane (407)

SECTION B

GROUPE 3
1. Marsouin fouetté, vrille continue 720° (356f)
2. Saturne (441)

GROUPE 4
1. Vénus (352)
2. Albatros vrille ascendante 360° (240i)

SECTION C

GROUPE 5
1. Flamenco jambe plié, vrille combinée (360°+360°) (140j)
2. Promenade arrière fermée à 360° (421)

GROUPE 6
1. Ipanéma vrille 180° (440d)
2. Londres, vrille continue 720° (154f)

SOLOS LIBRES	12 + garçons	<ul style="list-style-type: none"> • les six (6) premiers du championnat d'hiver. • les six (6) premiers du championnat N1. • solos garçons, mêmes conditions.
DUOS LIBRES	18	<ul style="list-style-type: none"> • le premier de chaque N2, si 65 points en imposées. • huit (8) places CNAHN (2 par CNAHN). • les trois (3) premiers du championnat N1. • le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion.
DUOS LIBRES MIXTES		<ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) premières du championnat d'hiver. • les trois (3) premiers du championnat N1. • les duos mixtes ayant 65 points en imposées.
ÉQUIPES LIBRES	16	<ul style="list-style-type: none"> • la première de chaque N2, si 63 points en imposées. • les six (6) premières du championnat d'hiver. • les trois (3) premières du championnat N1. • la première (1) Corse et la première (1) de la Réunion.
BALLETS ACROBATIQUES	19	<ul style="list-style-type: none"> • le premier de chaque N2. • cinq (5) du championnat Elite 2024. • les trois (3) premiers du championnat N1. • quatre (4) places CNAHN (1 par CNAHN). • le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion.
BALLETS COMBINES	17	<ul style="list-style-type: none"> • le premier de chaque N2. • trois (3) du championnat Elite 2024. • les trois (3) premiers du championnat N1. • quatre (4) des CHAHN (un par CHAHN). • le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion.

Les nombres de ballets indiqués ne tiennent pas compte des quotas supplémentaires.

ACCÈS AUX CHAMPIONNATS HIVER OU ETE ELITE JEUNE 2025-2026

- Dans toutes les épreuves, être classé dans le top 6 et avoir réalisé les points.

Ce dispositif de qualification ne concerne pas les deux places en solo et duo et la place en épreuve collective pour les CNAHN.

LA CATÉGORIE JUNIOR

Les règlements FFN pourront faire l'objet de quelques ajustements suivant les recommandations de World Aquatics.



PUBLIC CONCERNÉ

Filles : 15, 16, 17, 18, 19 ans (2010, 2009, 2008, 2007 et 2006)

Garçons : 15, 16, 17, 18, 19, 20 ans (2010, 2009, 2008, 2007, 2006 et 2005)

COMPÉTITIONS

- ⇒ Journées d'Automne
- ⇒ Épreuve qualificative du Championnat de France Hiver Junior
- ⇒ Championnat de France Hiver Junior
- ⇒ Championnat Régional Junior
- ⇒ Championnat National 2 Junior
- ⇒ Championnat de France Été National 1 Junior
- ⇒ Championnat de France Été Élite Junior Open

CONDITIONS D'ACCÈS

- Avoir validé le niveau Synchro d'Argent pour participer aux Championnats Régionaux et N2
- Avoir validé le niveau Synchro d'Or pour participer aux Championnats de France
- Avoir nagé les épreuves aux régionaux (si sélectifs) pour les qualifier en N2
- Avoir obtenu les places requises pour chaque niveau de Championnats

ÉPREUVES

Cf Annexes 2 et 3

SOLOS TECHNIQUES 2'00 (+ ou - 05 sec)	SOLOS LIBRES 2'15 (+ ou - 05 sec)
DUOS TECHNIQUES 2'20 (+ ou - 05 sec)	DUOS LIBRES 2'45 (+ ou - 05 sec)
DUOS TECHNIQUES MIXTES 2'20 (+ ou - 05 sec)	DUOS LIBRES MIXTES 2'45 (+ ou - 05 sec)
ÉQUIPES TECHNIQUES 2'50 (+ ou - 05 sec)	ÉQUIPES LIBRES 3'30 (+ ou - 05 sec)

BALLETS ACROBATIQUES

3'00 (+ ou - 05 sec)

Les ballets acrobatiques ont un effectif de quatre (4) à huit (8) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçant(e)s.

CLASSEMENTS ET PODIUMS

- 100% chaque épreuve
- Solos libres et solos techniques : au championnat de France N1 Junior, 2 places supplémentaires (1 en technique et 1 en libre) sont attribuées à chaque IR, réservées aux nageuses/nageurs né(e)s en 2008 et 2009. Chaque athlète pourra présenter, un solo libre ou un solo technique ou les deux. Un podium est organisé.

Les journées d'Automne Jeune sont sélectives à l'épreuve qualificative et au Championnat de France d'hiver Junior.

- Les ballets déjà qualifiés aux Championnats de France d'hiver lors de la saison N-1 ainsi que les ballets des CNAHN et CNR peuvent participer à cette compétition sans pour autant remettre en cause leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.
- L'interrégion peut décider des récompenses attribuées.
- A l'issue des Journées d'Automne, les ballets n'accédant pas à l'épreuve qualificative ou au Championnat de France d'hiver dans une épreuve donnée pourront nager cette épreuve directement aux N2 2025 sans passer par les Régionaux.

ÉPREUVES Cf Annexes 2 et 3

SOLOS TECHNIQUES	DUOS MIXTES TECHNIQUES	ÉQUIPES TECHNIQUES
------------------	------------------------	--------------------

ACCÈS À L'ÉPREUVE QUALIFICATIVE DU CHAMPIONNAT DE FRANCE D'HIVER JUNIOR

SOLOS TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • trois (3) de la 2ème à la 4ème place des IR IDF, NE, O, SE et quatre (4) de la 2ème à la 5ème place de l'IR SO et le deuxième de la Réunion.
------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ACCÈS AU CHAMPIONNAT DE FRANCE D'HIVER JUNIOR

SOLOS TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • le premier de chaque IR. • la Corse et la Réunion suivant les résultats aux JA. • solos garçons, mêmes conditions.
DUOS MIXTES TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • les duos mixtes techniques suivant les résultats aux JA.
ÉQUIPES TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • la première (1) des IR IDF, NE, O, SE et les deux (2) premières de l'IR SO. • la Corse et la Réunion suivant les résultats.



- Un(e) (ou des) nageuse(s)/nageurs peut (peuvent) être positionné(es) sur proposition du DTN ou de ses représentants et après validation du Cercle de Compétences concerné.
- A l'issue de l'Epreuve Qualificative, les solos techniques n'accédant pas au Championnat de France d'hiver pourront être nagés directement aux N2 2025 sans passer par les Régionaux.

ÉPREUVES Cf Annexes 2 et 3

SOLOS TECHNIQUES

- trois (3) de la 2ème à la 4ème place des IR IDF, NE, O, SE et quatre (4) de la 2ème à la 5ème place de l'IR SO et le deuxième de la Réunion.

Pas de podium organisé pour la phase qualificative

ACCÈS AU CHAMPIONNAT DE FRANCE D'HIVER JUNIOR

- les trois (3) premiers solos techniques.



- Un(e) (ou des) nageuse(s)/nageurs peut (peuvent) être positionné(es) sur proposition du DTN ou de ses représentants et après validation du Cercle de Compétences concerné.
- Le dispositif de qualification « parmi les six (6) premiers du championnat Elite 2024 » ne concerne pas les CNAHN. Ces derniers ont automatiquement deux places en solo et duo et une place en épreuve collective.
- La diffusion de la liste sera communiquée en début de saison sportive. Les engagements préliminaires devront parvenir à la Fédération avant la date limite du 30 octobre 2024. Ce pré-engagement est obligatoire.
- A l'issue du Championnat de France d'Hiver, les ballets non qualifiés au Championnat de France Élite Junior pourront nager directement les N2 d'été 2025 sans passer par les Régionaux.

ÉPREUVES

ÉPREUVES		
SOLOS TECHNIQUES	DUOS MIXTES TECHNIQUES	EQUIPES TECHNIQUES
SOLOS TECHNIQUES	18 + garçons	<ul style="list-style-type: none"> • deux (2) du championnat Elite 2024. • le premier (1) de chaque journée d'Automne. • les trois (3) premiers de l'épreuve qualificative. • huit (8) places CNAHN (2 par CNAHN). • la Corse et la Réunion suivant les résultats aux JA. • solos garçons, mêmes conditions.
DUOS MIXTES TECHNIQUES		<ul style="list-style-type: none"> • un (1) du championnat du championnat Elite 2024. • CNAHN • les duos mixtes, suivant les résultats aux JA.
ÉQUIPES TECHNIQUES	13	<ul style="list-style-type: none"> • trois (3) du championnat Elite 2024. • la première (1) des journées d'Automne des IR IDF, NE, O, SE et les deux (2) premières de l'IR SO. • quatre (4) places CNAHN (1 par CNAHN). • la Corse et la Réunion suivant les résultats aux JA.

CONDITIONS D'ACCÈS AU CHAMPIONNAT DE FRANCE D'ÉTÉ ÉLITE JUNIOR

SOLOS TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • les six (6) premiers. • solos garçons.
DUOS MIXTES TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) premiers.
ÉQUIPES TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • les six (6) premières.

Les nombres de ballets indiqués ne tiennent pas compte des quotas supplémentaires ni des dérogations DTN.



Le Championnat Régional est qualificatif pour le Championnat National 2.

- Ils peut servir de compétition préparatoire pour les ballets qualifiés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.

Rappel : pour la catégorie Junior, il est recommandé aux Ligues de regrouper les compétitions Régionales et N2. Plusieurs classements devront être établis (Régionaux et N2).

ÉPREUVES

SOLOS TECHNIQUES	SOLOS LIBRES
DUOS TECHNIQUES	DUOS LIBRES
DUOS MIXTES TECHNIQUES	DUOS LIBRES MIXTES
ÉQUIPES TECHNIQUES	EQUIPES LIBRES

BALLETS ACROBATIQUES

ACCÈS AU CHAMPIONNAT NATIONALE 2 JUNIOR

SOLOS TECHNIQUES & SOLOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none"> • si participation.
DUOS TECHNIQUES & DUOS LIBRES	
DUOS MIXTES TECHNIQUES & DUOS MIXTES LIBRES	
ÉQUIPES TECHNIQUES & EQUIPES LIBRES	
BALLETS ACROBATIQUES	

CHAMPIONNAT NATIONAL 2 JUNIOR

Le Championnat National 2 est qualificatif pour le Championnat de France National 1 et le Championnat de France Élite.

- Il peut servir de compétition préparatoire pour les ballets déjà qualifiés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.
- Les ballets n'ayant pas validé le niveau Synchro d'Or et ne souhaitant pas une qualification pour les Championnats de France pourront bénéficier d'un double classement N2 et des récompenses adéquates.
- La composition des ballets (excepté les solos qui sont nominatifs) peut être modifiée d'un niveau de compétition à l'autre. Aussi, un ballet composé d'une ou plusieurs nageuses titulaires du synchro d'Argent n'empêchera pas la qualification de ce dernier aux Championnats de France où le Synchro d'Or est obligatoire lors des engagements.
- **RAPPEL :** En raison des quotas supplémentaires attribués à chaque IR pour l'accès au championnat de France, les demandes de dérogation pour quotas manquants ne pourront se faire qu'à titre exceptionnel.

EPREUVES Cf Annexes 2 et 3

SOLOS TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none">• les trois (3) premiers de chaque IR.• le premier (1) 2008/2009 de chaque IR quelque soit son classement.• le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion.• solos garçons, suivant résultats.	
SOLOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none">• trois (3) classés entre la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les quatre (4) classés entre la 2ème à la 6ème place du SO.• le premier 2008/2009 de chaque IR quelque soit son classement.• le deuxième de la Réunion.• solos garçons, suivant résultats.	
DUOS TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none">• les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 6ème place du SO.• le deuxième de la Réunion.	
DUOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none">• les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 6ème place du SO.• le deuxième de la Réunion.	
DUOS MIXTES TECHNIQUES & DUOS MIXTES LIBRES		<ul style="list-style-type: none">• suivant résultats.
ÉQUIPES TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none">• les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 6ème place du SO.• le deuxième de la Réunion.	
ÉQUIPES LIBRES	<ul style="list-style-type: none">• les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 6ème place du SO.	
BALLETS ACROBATIQUES	<ul style="list-style-type: none">• les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 6ème place du SO.	

ACCÈS AU CHAMPIONNAT ELITE JUNIOR

SOLOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none"> • le premier (1) de chaque IR.
DUOS TECHNIQUES & DUOS LIBRES	<ul style="list-style-type: none"> • le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion.
DUOS TECHNIQUES MIXTES & DUOS LIBRES MIXTES	<ul style="list-style-type: none"> • suivant résultats.
ÉQUIPES TECHNIQUES & ÉQUIPES LIBRES	<ul style="list-style-type: none"> • le premier (1) de chaque IR.
BALLETS ACROBATIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion.

CHAMPIONNAT DE FRANCE D'ÉTÉ NATIONAL 1 JUNIOR

Le Championnat de France National 1 est qualificatif pour le Championnat de France Élite.

- **RAPPEL :** En raison des quotas supplémentaires attribués à chaque IR pour l'accès au championnat de France, les demandes de dérogation pour quotas manquants ne pourront se faire qu'à titre exceptionnel.

ÉPREUVES Cf Annexes 2 et 3

SOLOS TECHNIQUES	22 + garçons	<ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) premiers de chaque IR. • le premier (1) 2008/2009 de chaque IR quelque soit son classement. • le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion. • solos garçons, suivant résultats.
SOLOS LIBRES	22 + garçons	<ul style="list-style-type: none"> • trois (3) classés entre la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les quatre (4) classés entre la 2ème à la 6ème place du SO. • le premier 2008/2009 de chaque IR quelque soit son classement. • le deuxième de la Réunion.
DUOS TECHNIQUES	22	<ul style="list-style-type: none"> • les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 6ème place du SO. • le deuxième de la Réunion.
DUOS LIBRES	22	<ul style="list-style-type: none"> • les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 6ème place du SO. • le deuxième de la Réunion.
DUOS MIXTES TECHNIQUES & DUOS MIXTES LIBRES		<ul style="list-style-type: none"> • suivant résultats.
ÉQUIPES TECHNIQUES	22	<ul style="list-style-type: none"> • les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 6ème place du SO. • le deuxième de la Réunion.
ÉQUIPES LIBRES	21	<ul style="list-style-type: none"> • les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 6ème place du SO.
BALLETS ACROBATIQUES	21	<ul style="list-style-type: none"> • les quatre (4) classés de la 2ème à la 5ème place des IR IDF, NE, O, SE et les cinq (5) classés de la 2ème à la 6ème place du SO.

ACCÈS AU CHAMPIONNAT ELITE JUNIOR

SOLOS TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • les six (6) premiers.
SOLOS LIBRES DUOS TECHNIQUES DUOS LIBRES DUOS MIXTES TECHNIQUES DUOS MIXTES LIBRES ÉQUIPES TECHNIQUES ÉQUIPES LIBRES BALLETS ACROBATIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) premiers.

Les nombres de ballets indiqués ne tiennent pas compte des quotas supplémentaires.

CHAMPIONNAT DE FRANCE D'ÉTÉ ÉLITE OPEN JUNIOR

- Une (ou des) nageuse(s) peut (peuvent) être positionnée(s) sur proposition du DTN ou de ses représentants et après validation du Cercle de Compétences concerné.
- Le dispositif de qualification « parmi les six (6) premiers du championnat Elite 2024 » ne concerne pas les CNAHN. Ces derniers ont automatiquement deux places en solo et duo et une place en épreuve collective.

ÉPREUVES Cf Annexes 2 et 3

SOLOS TECHNIQUES	12 + garçons	<ul style="list-style-type: none"> • les six (6) premiers du championnat d'hiver. • les six (6) premiers du championnat N1. • solos garçons, mêmes conditions.
SOLOS LIBRES	21 + garçons	<ul style="list-style-type: none"> • le premier de chaque N2, le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion. • trois (3) du championnat Elite 2024. • huit (8) places CNAHN (2 par CNAHN). • les trois (3) premiers du championnat N1.
DUOS TECHNIQUES	21	<ul style="list-style-type: none"> • le premier de chaque N2, le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion. • trois (3) du championnat Elite 2024. • huit (8) places CNAHN (2 par CNAHN). • les trois (3) premiers du championnat N1.
DUOS LIBRES	20	<ul style="list-style-type: none"> • le premier de chaque N2, le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion. • deux (2) du championnat Elite 2024. • huit (8) places CNAHN (2 par CNAHN). • les trois (3) premiers du championnat N1.
DUOS MIXTES TECHNIQUES		<ul style="list-style-type: none"> • les six (6) premiers du championnat de France d'hiver. • les trois (3) premiers du championnat N1. • les duos mixtes techniques suivant les résultats aux N2.
DUOS MIXTES LIBRES		<ul style="list-style-type: none"> • un (1) du championnat Elite 2024. • CNAHN • les trois (3) premiers du championnat N1. • les duos libres mixtes suivant les résultats aux N2.
ÉQUIPES TECHNIQUES	16	<ul style="list-style-type: none"> • la première de chaque N2, le premier (1) Corse et le premier (1) de la Réunion. • les six (6) premières du championnat d'hiver. • les trois (3) premières du championnat N1.
ÉQUIPES LIBRES	15	<ul style="list-style-type: none"> • le premier de chaque N2 et le premier (1) Corse. • deux (2) du championnat Elite 2024. • quatre (4) des CHAHN (un par CHAHN). • les trois (3) premiers du championnat N1.
BALLETS ACROBATIQUES	17	<ul style="list-style-type: none"> • le premier de chaque N2 et le premier (1) Corse. • quatre (4) du championnat Elite 2024. • quatre (4) des CHAHN (un par CHAHN). • les trois (3) premiers du championnat N1.

Les nombres de ballets indiqués ne tiennent pas compte des quotas supplémentaires.

ACCÈS AUX CHAMPIONNATS HIVER OU ETE ELITE JUNIOR 2025-2026

- Dans toutes les épreuves, être classé dans le top 6.
- Ce dispositif de qualification ne concerne pas les deux places en solo et duo et la place en épreuve collective pour les CNAHN.

Les règlements FFN pourront faire l'objet de quelques ajustements suivant les recommandations de World Aquatics.



PUBLIC CONCERNÉ	
SENIOR	15 ans et plus (2010 et avant)
COMPÉTITIONS	
⇒	Championnat Régional Senior
⇒	Championnat National 2 Senior
⇒	Championnat de France Été Senior
CONDITIONS D'ACCÈS	
<ul style="list-style-type: none"> Avoir validé le niveau Synchro d'Argent pour participer aux Championnats Régionaux et N2 Avoir validé le niveau Synchro d'Or pour participer aux Championnats de France Avoir nagé les épreuves aux régionaux (si sélectifs) pour les qualifier en N2 Avoir obtenu les places requises pour les Championnats de France 	

ÉPREUVES	
Cf Annexe 3	
SOLOS LIBRES 2'15 (+ ou - 05 sec)	Un(e) seul(e) nageuse ou nageur, par interrégion, ayant participé en solo aux championnats de France Jeune ou Junior pourra participer. Tous les autres nageuses/nageurs qualifiés ne doivent pas avoir nagé en solo aux championnats de France N1 et/ou Elite Jeune ou Junior.
DUOS LIBRES 2'45 (+ ou - 05 sec)	
DUOS LIBRES MIXTES 2'45 (+ ou - 05 sec)	
ÉQUIPES LIBRES 3'30 (+ ou - 05 sec)	
BALLETS ACROBATIQUES 3'00 (+ ou - 05 sec)	Les ballets acrobatiques ont un effectif de quatre (4) à huit (8) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçant(e)s.
BALLETS COMBINÉS 3'00 (+ ou - 05 sec)	Les ballets combinés ont un effectif de quatre (4) à dix (10) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçant(e)s.

CLASSEMENTS & PODIUMS	
<ul style="list-style-type: none"> 100% chaque épreuve Un podium général est organisé pour chaque épreuve. Un deuxième podium est organisé pour les ballets dont les titulaires sont majoritairement des nageuses/nageurs né(e)s en 2006 et avant (la moitié de l'effectif + 1) . 	

CHAMPIONNAT RÉGIONAL SENIOR

Le Championnat Régional est qualificatif pour le Championnat National 2.

- Ils peut servir de compétition préparatoire pour les ballets déjà qualifiés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.

Rappel : pour la catégorie Senior, il est recommandé aux Ligues de regrouper les compétitions Régionales et N2. Plusieurs classements devront être établis (Régionaux et N2).

CONTENU DES ÉPREUVES

Cf Annexe 3

DUOS LIBRES

DUOS LIBRES MIXTES

EQUIPES LIBRES

BALLETS COMBINÉS

BALLETS ACROBATIQUES

ACCÈS AU CHAMPIONNAT NATIONAL 2 SENIOR

Les ballets ayant participé au championnat régional, s'il est sélectif, sont qualifiés au national 2 senior.

CHAMPIONNAT NATIONAL 2 SENIOR

Le Championnat National 2 est qualificatif pour le Championnat de France.

- Il peut servir de compétition préparatoire pour les ballets déjà qualifiés, sans remettre en jeu leur qualification. Ces ballets feront l'objet d'un double classement.
- Les ballets n'ayant pas validé le niveau Synchro d'Or et ne souhaitant pas une qualification pour les Championnats de France pourront bénéficier d'un double classement N2 et des récompenses adéquates.
- La composition des ballets (excepté les solos qui sont nominatifs) peut être modifiée d'un niveau de compétition à l'autre. Aussi, un ballet composé d'une ou plusieurs nageuses titulaires du Synchro d'Argent n'empêchera pas la qualification de ce dernier aux Championnats de France où le Synchro d'Or est obligatoire lors des engagements.

ACCÈS AU CHAMPIONNAT DE FRANCE SENIOR

SOLOS LIBRES

- les trois (3) premiers de chaque IR, le premier (1) Corse et les deux (2) premiers de la Réunion.
- les six (6) premières du championnat 2024.

DUOS LIBRES

- les trois (3) premiers de chaque IR.
- les six (6) premières du championnat 2024.
- la Corse et la Réunion, suivant résultats.

DUOS LIBRES MIXTES

- les duos mixtes libres suivant résultats.
- trois (3) parmi les six (6) premières du championnat 2024.

ÉQUIPES LIBRES

- les trois (3) premiers de chaque IR.

BALLETS ACROBATIQUES

- les six (6) premières du championnat 2024.

BALLETS COMBINÉS

- la Corse et la Réunion, suivant résultats.



RÈGLES

- Le DTN peut proposer des positionnements hors quotas concernant les nageuses/nageurs des collectifs Équipes de France ou CNR ou CNE. De la même manière, il pourra étudier les candidatures de nageuses/nageurs ayant eu une carrière internationale.
- Les nombres de ballets indiqués ne tiennent pas compte des hors quotas, ni des dérogations DTN.
- Rappel : Un podium général est organisé pour chaque épreuve. Un deuxième podium est organisé pour les ballets dont les titulaires sont majoritairement des nageuses/nageurs né(e)s en 2006 et avant.

ÉPREUVES

Cf Annexe 3

SOLOS LIBRES	24 + garçons	<ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) premiers de chaque IR, le premier (1) Corse et les deux (2) premiers de la Réunion. • les six (6) premières du championnat 2024. • solos garçons
DUOS LIBRES	21	<ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) premiers de chaque IR. • les six (6) premières du championnat 2024. • la Corse et la Réunion, suivant résultats.
DUOS MIXTES LIBRES		<ul style="list-style-type: none"> • les duos mixtes libres suivant résultats. • les trois (3) premiers du championnat N1. • trois (3) parmi les six (6) premières du championnat 2024.
ÉQUIPES LIBRES	21	<ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) premiers de chaque IR. • les six (6) premières du championnat 2024. • la Corse et la Réunion, suivant résultats.
BALLETS ACROBATIQUES	21	<ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) premiers de chaque IR. • les six (6) premières du championnat 2024. • la Corse et la Réunion, suivant résultats.
BALLETS COMBINÉS	21	<ul style="list-style-type: none"> • les trois (3) premiers de chaque IR. • les six (6) premières du championnat 2024. • la Corse et la Réunion, suivant résultats.

ACCÈS AUX CHAMPIONNATS ETE SENIOR 2025-2026

- Dans toutes les épreuves, être classé dans le top 3.

CHALLENGE RÉGIONAL & CHALLENGE INTERRÉGIONAL

- Cette compétition est destinée aux nageuses/nageurs des clubs désirant pratiquer la Natation Artistique avec moins de contraintes techniques. Elle doit garder un aspect promotionnel et attractif de la discipline.
- La Ligue ou Interrégion propose parmi les différentes épreuves de ballets libres celle(s) adaptée(s) à ses besoins et aux attentes des populations de clubs, ainsi que les poules. Elle pourra aussi limiter le nombre de ballets par club.

RÈGLES

- Un(e) nageur(se) engagé(e) en Challenge peut participer conjointement dans la même saison aux épreuves du Synchronat, aux Championnats Régionaux et N2.
 - Les ballets non qualifiés en N2 et en N1 pourront nager au Challenge Interrégional.
 - Pour les ballets seniors, les nageuses/nageurs juniors peuvent nager les épreuves libres, même si elles/ils ont nagé dans la même épreuve en catégorie Junior.
 - Les équipes libres ont un effectif de quatre (4) à huit (8) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçant(e)s.
 - Les ballets combinés ont un effectif de quatre (4) à dix (10) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçant(e)s.
- Un club peut présenter plus d'une de chaque épreuve collective qualifiée s'il remplit les conditions suivantes : pour deux (2), une (1) doit être nagée à huit (8) en équipe et dix (10) en ballet combiné ; pour trois (3), deux (2) doivent être nagées à huit (8) en équipe et dix (10) en ballet combiné, etc.
- Il n'y a pas d'épreuve de figures imposées.

Deux poules en challenge interrégional :

- Une poule A avec des nageuses/nageurs qui n'ont pas participé aux Championnats Régionaux et/ou N2 dans la saison (possibilité d'avoir un collectif avec deux nageuses/nageurs au maximum qui ont fait les Championnats Régionaux et/ou les N2).
 - Une poule B avec des ballets qui ont participé aux Championnats Régionaux et/ou aux N2 non qualifiés en N1.
- Attention : Ces ballets sont directement qualifiés en challenge interrégional sans passer par le challenge régional et conservent leur chorégraphie initiale (coach card ne correspondant pas au challenge).
- Les durées de ballets pour la poule A sont réduites de 30 secondes dans chaque catégorie par rapport aux règlements

CONDITIONS D'ACCÈS

Pour les 2016 et après : être titulaire du savoir nager en sécurité (SNS)

ÉPREUVES Cf Annexe 3 bis

CATÉGORIES	ÉPREUVES	DURÉES POUR LA POULE A (facultatifs pour la poule B)
AVENIR : 12 ans et moins (2013 et après)	Solos libres	1'30 (+ou- 05 sec)
	Duos libres et duos libres mixtes	2'00 (+ou- 05 sec)
	Équipes libres	2'30 (+ou- 05 sec)
	Ballets combinés	2'30 (+ou- 05 sec)
JEUNE : 12, 13, 14, 15 ans (2013, 2012, 2011, 2010) et 16 ans pour les garçons (2009)	Solos libres	1'30 (+ou- 05 sec)
	Duos libres et duos libres mixtes	2'00 (+ou- 05 sec)
	Équipes libres	2'30 (+ou- 05 sec)
	Ballets combinés	2'30 (+ou- 05 sec)
JUNIOR : 15, 16, 17, 18, 19 ans (2010, 2009, 2008, 2007, 2006) et 20 ans pour les garçons (2005)	Solos libres	1'45 (+ou- 05 sec)
	Duos libres et duos libres mixtes	2'15 (+ou- 05 sec)
	Équipes libres	3'00 (+ou- 05 sec)
SENIOR : 15 ans et plus (2010 et avant)	Ballets combinés	2'30 (+ou- 05 sec)

CLASSEMENTS & PODIUMS

Résultats : 100% épreuve libre. Podiums à l'initiative de la Ligue et de l'Interrégion.

Deux classements et deux podiums dont :

- un classement pour la poule A
- un classement pour la poule B

SWIM ARTISTIC SHOW



Proposer une activité 100% attractive qui peut être organisée par des Clubs, des Départements, des Ligues ou des Inter-ligues

PUBLIC CONCERNÉ

CATÉGORIES LIBRES

(sur décisions des organisateurs en fonction des engagements et des différentes populations présentes)

CONDITIONS D'ACCÈS

- Ouvert à tous (pas de restriction, pas de pré-requis)

ÉPREUVES

- SIRENES & TRITONS (avec monopalmes)
- AQUA SHOW (avec ou sans matériel)
- INTER-GENERATIONS (avec ou sans monopalmes ou matériel)

DUREE : 4'00 MAXIMUM

CLASSEMENTS & PODIUMS

Pas de jury officiel (mais des propositions émises par la FFN via un guide)

Pas de pénalité, ni de disqualification.

Pas de classement, mais des prix.

AUTRES COMPÉTITIONS

Des compétitions autres sont autorisées et peuvent être organisées sur une initiative locale, Régionale, Interrégionale ou même privée (meeting, rencontres interclubs, rencontres inter centres nationaux d'accès au haut-niveau, compétitions préparatoires) afin de s'adapter aux besoins de préparation spécifique des nageuses/nageurs et clubs de ce niveau de compétition.

Les initiatives Départementales, Régionales et Interrégionales feront l'objet d'un règlement validé par les instances responsables de ces niveaux (Comités Départementaux et Ligues, Conseil de l'Interrégion...). L'ouverture aux autres régions ou niveaux est possible et spécifiée dans le règlement. Selon les cas, des classements différenciés sont préconisés.

Les initiatives privées ou initiées par un club feront l'objet d'une demande d'autorisation auprès du Cercle de compétence opérationnel (natation.artistique@ffnatation.fr), après avis de la Ligue d'appartenance au minimum trois mois avant la date de l'événement. Cette demande devra être accompagnée d'un complément d'informations (cf. annexe : date prévisionnelle, contenu, règlement, public visé, composition des jurys, déroulement des épreuves, plan des installations).



Les engagements se font obligatoirement via l'application Extranat

LES ENGAGEMENTS COMPRENNENT

- L'engagement des nageuses/nageurs en figures imposées et/ou en ballets.
- L'engagement des officiels conformément à la circulaire des officiels.

La base de données des juges est actualisable par les Ligues à partir de la structure Extranat de la Ligue.

ENGAGEMENTS PRÉVISIONNELS OBLIGATOIRES

Les engagements prévisionnels Hiver et Été concernent uniquement les ballets qualifiés en Élite. Ils devront, obligatoirement être communiqués au plus tard aux dates qui seront indiquées à réception d'un fichier partagé au Département Natation Artistique.

ENGAGEMENTS EXTRANAT

Pour pouvoir participer à une compétition, les engagements via Extranat sont OBLIGATOIRES.

Les dates sont affichées sur Extranat.

Tout engagement non confirmé sur Extranat pendant la période d'engagement sera considéré comme nul (édition du bordereau informatique non validé).

Ces modalités s'appliquent dès lors que le programme des compétitions permet le respect de ces procédures.

Il importe, donc, que les responsables des clubs chargés des engagements prennent connaissance régulièrement du calendrier publié et des dates limites d'engagement sur Extranat.

Il est souhaitable de s'engager dès l'ouverture des engagements et de rectifier ceux-ci, ensuite, si nécessaire.

Le paiement des engagements est accepté uniquement par CB jusqu'à 15 jours après la fin de la compétition. Passé ce délai, une pénalité forfaitaire sera appliquée. En cas de non-paiement, le club ne pourra pas engager ses nageuses/ nageurs à la prochaine compétition (cf Règlement financier)

FORFAIT

En cas de forfait après la clôture des engagements sur Extranat, une pénalité financière sera appliquée aux clubs concernés (se référer au Règlement financier de la discipline).

Pour les compétitions gérées par la Ligue et/ou l'Interrégion :
voir le règlement de la Ligue et/ou Interrégion

ANNEXE 1 - FIGURES IMPOSEES

Catégorie Avenir :

- Championnat Régional : 4 figures : Groupe obligatoire et groupe optionnel 1.
- Championnat National 2 : 4 figures : Groupe obligatoire et 1 groupe optionnel parmi les 1 et 2.
- Championnat de France : 4 figures : Groupe obligatoire et 1 groupe optionnel parmi les 3 groupes.

	Championnat Régional	Championnat National 2	Championnat de France
FIGURES OBLIGATOIRES			
1.(106) Ballet leg tendu direct 1.6	x	x	x
2.(301) Barracuda 1.8			
GROUPE OPTIONNEL 1			
3.(359) Ariane carpé avant 2.2	x	x	x
4. (348) Tour 1.9			
GROUPE OPTIONNEL 2			
3.(363) Goutte d'eau vrille 180° 1.8		x	x
4.(401) Espadon 2.1			
GROUPE OPTIONNEL 3			
3.(311) Coup de pied à la lune 1.6			x
4.(227d) Cygne vrille 180° 1.9			

Catégorie Jeune :

- Journée d'Automne : 4 figures : Section A
- Championnat d'Hiver : 2 groupes tirés au sort parmi les groupes 1 et 2 (section A) et le groupe 5 (section C)
- Championnat Régional : 2 groupes tirés au sort parmi les groupes 1 et 2 (section A) et le groupe 5 (section C)
- Championnat National 2 : 1 section tirée au sort parmi les sections A et C.
- Championnat National 1 et Elite : 1 section tirée au sort parmi les sections A, B et C.

	Journée d'Automne	Championnat d'Hiver	Championnat Régional	Championnat National 2	Championnat National 1	Championnat Elite
Section A						
GROUPE 1						
1.(307e) Poisson volant, vrille 360° 2.9	x	x	x	x	x	x
2.(437) Cyclone, , ouvert à 180° 2.6						
GROUPE 2						
3.(308h) Barracuda grand écart aérien, vrille ascendante 180° 2.9	x	x	x	x	x	x
4. (407) Espadon jambes tendues rotation Ariane 2.6						
Section B						
GROUPE 3						
1.(356f) Marsouin fouetté, vrille continue 720° 3.0					x	x
2.(441) Saturne 2.5						
GROUPE 4						
3.(352) Vénus 3.0					x	x
4.(240i) Albatros, vrille ascendante 360° 2.5						
Section C						
GROUPE 5						
1.(140j) Flamenco jambe plié, vrille combinée (360°+360°) 3.1		x	x	x	x	x
2.(421) Promenade arrière fermée à 360° 2.4						
GROUPE 6						
3.(440d) Ipanema, vrille 180° 3.1				x	x	x
4.(154f) Londres, vrille continue 720° 2.4						

SOLO TECHNIQUE - ÉLÉMENTS OBLIGATOIRES

ELEMENT 1

1A Poussée vrille continue 720° (DD: 2.7)

De la **position carpée arrière**, avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* est exécutée suivie d'une *vrille continue de 720°* (2 rotations).

1B Poussée vrille 360° (DD : 2.1)

De la **position carpée arrière**, avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* est exécutée suivie d'une *vrille 360°* (1 rotation).

ELEMENT 2

2A Vrille combinée de 1080° - vrille continue de 1080° (DD : 3.0)

De la **position verticale** une *vrille combinée de 1080°* (3 rotations + 3 rotations) est exécutée. En continuant dans la même direction et sans temps d'arrêt une *vrille continue de 1080°* (3 rotations) est exécutée.

2B Vrille combinée de 720° - vrille continue de 1080° (DD : 2.7)

De la **position verticale** une *vrille combinée de 720°* (2 rotations + 2 rotations) est exécutée. En continuant dans la même direction et sans temps d'arrêt une *vrille continue de 1080°* (3 rotations) est exécutée.

ELEMENT 3

3 Espadon jambes tendues, château (DD : 3.2)

De la **position allongée sur le ventre**, le dos se cambre tandis qu'une jambe tendue est levée pour décrire un arc de 180° au-dessus de la surface de l'eau jusqu'à la **position grand écart**. Une rotation des hanches de 180° est exécutée tandis que la jambe avant est levée rapidement pour prendre une **position queue de poisson**. En maintenant le corps vertical et en accélérant, le pied de la jambe horizontale effectue un arc de cercle de 180° à la surface de l'eau pour prendre une **position château**, avec un mouvement uniforme et en continuant dans le même sens, une rotation supplémentaire de 180° est exécutée. La jambe verticale est abaissée pour prendre une **position cambrée de surface** et dans un mouvement uniforme une *sortie dorsale cambrée* est exécutée.

ELEMENT 4

4A Queue de poisson 1/2 tour, vrille continue 720° (DD : 2.9)

De la **position carpée avant**, une rotation de 360° est exécutée tandis qu'une jambe est levée en **position queue de poisson**. En continuant dans la même direction, un *demi-tour* en position **queue de poisson** est exécuté. En continuant dans la même direction, une autre rotation de 360° est exécutée, tandis que la jambe horizontale est levée en **position verticale**. En continuant dans la même direction, une *vrille continue de 720°* (2 rotations) est exécutée.

4B Queue de poisson, vrille 720° (DD : 2.6)

De la **position carpée avant**, une rotation de 360° est exécutée tandis qu'une jambe est levée en **position queue de poisson**. En continuant dans la même direction, une autre rotation de 360° est exécutée, tandis que la jambe horizontale est levée en **position verticale**. En continuant dans la même direction, une *vrille continue de 720°* (2 rotations) est exécutée.

ELEMENT 5

5A Poussée grand-écart jambe pliée, rassemblé 360° (DD : 2.4)

De la **position carpée arrière immergée**, avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* jusqu'à la **position verticale** est exécutée. En maintenant le maximum de hauteur, les jambes sont rapidement ouvertes en **position grand écart aérien**. Rapidement, la jambe arrière est levée en verticale alors que la jambe avant est pliée pour prendre une **position verticale jambe pliée**. Une *vrille rapide de 360°* est exécutée tandis que la jambe pliée se tend pour prendre une **position verticale** aux chevilles. Une *descente verticale* au même rythme que la *poussée* est exécutée.

5B Poussée grand-écart jambe pliée (DD : 2.1)

De la **position carpée arrière immergée**, avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* jusqu'à la **position verticale** est exécutée. En maintenant le maximum de hauteur, les jambes sont rapidement ouvertes en **position grand écart aérien**. Rapidement, la jambe arrière est levée en verticale alors que la jambe avant est pliée pour prendre une **position verticale jambe pliée**. Une *descente verticale* est exécutée tandis que la jambe pliée se tend pour prendre une **position verticale** aux chevilles. Une *descente verticale* au même rythme que la *poussée* est exécutée.

ELEMENTS SUPPLEMENTAIRES :

6 Une (1) hybride libre doit être effectuée.

Elle peut être placée à n'importe quel endroit dans le ballet.

DUO TECHNIQUE - ÉLÉMENTS OBLIGATOIRES

ELEMENT 1

1A Promenade arrière fermée à 360° - vrille continue de 1080° (DD : 3.0)

De la **position allongée sur le dos**, une **position cambrée de surface** est exécutée. Une jambe est levée en un arc de 180° au-dessus de la surface de l'eau jusqu'à la **position grand écart**. Une rotation de 360° est exécutée, tandis que les jambes se ferment symétriquement jusqu'à la **position verticale**. En continuant dans la même direction, une *vrille continue de 1080°* (3 rotations) est exécutée.

1B Promenade arrière fermée à 180° - vrille continue de 720° (DD : 2.5)

De la **position allongée sur le dos**, une **position cambrée de surface** est exécutée. Une jambe est levée en un arc de 180° au-dessus de la surface de l'eau jusqu'à la **position grand écart**. Une **rotation de 180°** est exécutée, tandis que les jambes se ferment symétriquement jusqu'à la **position verticale**. En continuant dans la même direction, une *vrille continue de 720°* (2 rotations) est exécutée.

ELEMENT 2

2A Poussée grands-écarts alternés - vrille de 180° (DD : 2.8)

De la **position carpée arrière immergée**, avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* jusqu'à la **position verticale** est exécutée. En maintenant le maximum de hauteur, les jambes sont rapidement ouvertes alternativement en **deux positions grands écarts aériens**. Rapidement, les jambes se rejoignent en **position verticale**. Une *vrille rapide de 180°* est exécutée.

2B Poussée grand-écart - vrille de 180° (DD : 2.4)

De la **position carpée arrière immergée**, avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* jusqu'à la **position verticale** est exécutée. En maintenant le maximum de hauteur, les jambes sont rapidement ouvertes en **position grand écart aérien**. Rapidement, les jambes se rejoignent en **position verticale**. Une *vrille rapide de 180°* est exécutée.

ELEMENT 3

3 Déroulé flamenco jambe plié - verticale - demi-tour - ouverture 360° en écart - sortie promenade (DD : 3.1)

De la **position ballet leg de surface**, le tibia de la jambe horizontale est ramené le long de la surface de l'eau pour prendre une **position flamenco de surface**. En maintenant la jambe ballet leg à la verticale, les hanches sont levées tandis que le tronc se déroule et que la jambe pliée glisse le long de la surface jusqu'à la **position verticale jambe pliée**. La jambe pliée est tendue jusqu'à la **position verticale**. Un *demi-tour* est exécuté. En continuant dans la même direction et sans pause, une rotation supplémentaire de 360° est exécutée alors que les jambes s'ouvrent symétriquement en **position grand-écart**. Une *sortie promenade avant* est exécutée.

ELEMENT 4

4A Queue de poisson - château - vrille continue de 1080° (DD : 3.2.)

De la **position carpée avant**, une jambe est levée en **position queue de poisson**. La jambe horizontale est rapidement levée en un arc de 180° pour arriver en **position château**. Un *tour* rapide est exécuté tandis que la jambe horizontale est levée en **position verticale**. En continuant dans la même direction une *vrille continue de 1080°* (3 rotations) est exécutée.

4B Queue de poisson - château - vrille continue de 720° (DD : 2.7)

De la **position carpée avant**, une jambe est levée en **position queue de poisson**. La jambe horizontale est rapidement levée en un arc de 180° pour arriver en **position château**. Un *demi-tour* rapide est exécuté tandis que la jambe horizontale est levée en **position verticale**. En continuant dans la même direction une *vrille continue 720°* (2 rotations) est exécutée.

ELEMENT 5

5A Poussée spire jambe pliée - vrille de 360° (DD : 2.3)

De la **position carpée arrière immergée**, avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* jusqu'à la **position verticale** est exécutée. Une jambe est pliée en **position verticale jambe pliée** tandis qu'une *spire* est exécutée. En continuant dans la même direction et sans pause, une *vrille rapide de 360°* est exécutée tandis que la jambe pliée se tend pour prendre une **position verticale** aux chevilles. Une *descente verticale* au même rythme que la *poussée* est exécutée.

5B Poussée spire jambe pliée (DD : 2.1)

De la **position carpée arrière immergée**, avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* jusqu'à la **position verticale** est exécutée. Une jambe est pliée en **position verticale jambe pliée** tandis qu'une *spire* est exécutée. Sans pause, une *descente verticale* est exécutée tandis que la jambe pliée se tend pour prendre une **position verticale** aux chevilles. Une *descente verticale* au même rythme que la *poussée* est exécutée.

ELEMENTS SUPPLEMENTAIRES :

6 Une (1) hybride libre.

7 Une (1) acrobatie à deux.

Elles peuvent être placées à n'importe quel endroit dans le ballet.

DUO MIXTE TECHNIQUE - ÉLÉMENTS OBLIGATOIRES

ELEMENT 1

1A Poussée grand-écart demi-tour - vrille de 180° (DD : 2.7)

De la **position carpée arrière immergée**, avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* jusqu'à la **position verticale** est exécutée. En maintenant un maximum de hauteur, les jambes sont rapidement ouvertes en **position grand écart aérien**. Un *demi-tour* est exécuté tandis que les jambes sont fermées symétriquement jusqu'à la **position verticale**. En continuant dans la même direction, une *vrille rapide de 180°* est exécutée.

1B Poussée grand-écart demi-tour (DD : 2.5)

De la **position carpée arrière immergée**, avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* jusqu'à la **position verticale** est exécutée. En maintenant un maximum de hauteur, les jambes sont rapidement ouvertes en **position grand écart aérien**. Un *demi-tour* est exécuté tandis que les jambes sont fermées symétriquement jusqu'à la **position verticale**. Une *descente verticale* au même rythme que la poussée est exécutée.

ELEMENT 2

2A Carpé - rotation 360° verticale - tour jambe pliée - vrille continue de 720° (DD : 2.4)

De la **position carpée avant**, les jambes sont levées en **position verticale** tandis qu'une rotation de 360° est exécutée. En continuant dans la même direction, un *tour* est exécuté tandis qu'une jambe est baissée en **position verticale jambe pliée**. En continuant dans la même direction, une *vrille continue de 720°* (2 rotations) est exécutée tandis que la jambe pliée se tend pour prendre une **position verticale** lorsque les chevilles atteignent la surface et continue jusqu'à l'immersion.

2B Carpé - rotation 180° verticale -1/2 tour jambe pliée -vrille continue de 720° (DD :2.2)

De la **position carpée avant**, les jambes sont levées en **position verticale** tandis qu'une rotation de 180° est exécutée. En continuant dans la même direction, un *demi-tour* est exécuté tandis qu'une jambe est baissée en **position verticale jambe pliée**. En continuant dans la même direction, une *vrille continue de 720°* (2 rotations) est exécutée tandis que la jambe pliée se tend pour prendre une **position verticale** lorsque les chevilles atteignent la surface et continue jusqu'à l'immersion.

ELEMENT 3

3 Raie manta demi-tour (DD : 3.0)

Un ballet leg de surface est exécuté. Le tibia de la jambe horizontale est ramené le long de la surface de l'eau pour prendre une **position flamenco de surface**. En maintenant la jambe ballet leg à la verticale, les hanches sont levées tandis que le tronc se déroule et que la jambe pliée se tend genou à la surface pour prendre une **position queue de poisson**. Lever la jambe horizontale jusqu'à la **position verticale**, tandis qu'une *rotation de 180°* est exécutée. La direction de la rotation de 180° est avec la jambe horizontale à l'extérieur. (NB: un Flamenco jambe droite nécessite une rotation de 180 ° à gauche et un Flamenco jambe gauche requiert une rotation de 180° à droite). Abaisser les jambes rapidement et simultanément jusqu'à la **position cambrée de surface jambe pliée**. (NB : La position cambrée de surface jambe pliée peut être exécutée par l'une ou l'autre jambe). Tendre la jambe pliée jusqu'à la **position cambrée de surface** et dans un mouvement continu, exécuter une *sortie dorsale cambrée*.

ELEMENTS SUPPLEMENTAIRES :

- 4 Une (1) hybride libre.
- 5 Une (1) hybride obligatoire contenant seulement : une (1) poussée barracuda et deux (2) connexions différentes (ex : T8 C3 C4).
- 6-7 Deux (2) acrobaties différentes.

Déclaration supplémentaire obligatoire : trois (3) mouvements de surface connectés en déplacement (1m ou plus) ou en rotation (180° ou plus).

Ils peuvent être placées à n'importe quel endroit dans le ballet.

ELEMENT 1

1A Poisson volant vrille 180° (DD : 2.5)

De la **position carpée** arrière immergée avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* est exécutée jusqu'à la **position verticale** et sans perte de hauteur une jambe est rapidement abaissée en **position queue de poisson**. Sans pause, la jambe horizontale est rapidement relevée en **position verticale**, suivie d'une *vrille rapide* à 180°.

1B Poisson volant (DD : 2.3)

De la **position carpée** arrière immergée avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* est exécutée jusqu'à la **position verticale** et sans perte de hauteur une jambe est rapidement abaissée en **position queue de poisson**. Sans pause, la jambe horizontale est rapidement relevée en **position verticale**, suivie d'une *descente verticale*.

ELEMENT 2

2A Verticale – Tour jusqu'à la jambe pliée – Tour jusqu'à la verticale – Ouverture 180° - Sortie promenade (DD : 2.6)

En commençant en **position verticale**, un *tour* est exécuté tandis qu'une jambe est abaissée en **position verticale jambe pliée**. En continuant dans la même direction, un autre *tour* est exécuté, tandis que la jambe pliée se tend en **position verticale**. En continuant dans la même direction, un *demi-tour* est exécuté tandis que les jambes sont abaissées symétriquement en **position grand écart**. Une *sortie promenade avant* est exécutée.

2B Verticale – Demi-tour jusqu'à la jambe pliée – Demi-tour jusqu'à la verticale – Grand écart - Sortie promenade (DD : 2.3)

En commençant en **position verticale**, un *demi-tour* est exécuté tandis qu'une jambe est abaissée en **position verticale jambe pliée**. En continuant dans la même direction, un autre *demi-tour* est exécuté, tandis que la jambe pliée se tend en **position verticale**. Les jambes sont abaissées symétriquement en **position grand écart**. Une *sortie promenade avant* est exécutée.

ELEMENT 3

3A Deux rotations fouettées – Verticale – Vrille continue 720° (DD : 2.6)

A partir d'une **position queue de poisson**, 2 *rotations fouettées* (180°+180°) sont exécutées. La jambe horizontale est rapidement levée jusqu'à la **position verticale**. En continuant dans la même direction, une *vrille continue* 720° (2 rotations) est exécutée.

3B Deux rotations fouettées – Verticale –Vrille 360° (DD : 2.3)

A partir d'une **position queue de poisson**, 2 *rotations fouettées* (180°+180°) sont exécutées. La jambe horizontale est rapidement levée jusqu'à la **position verticale**. En continuant dans la même direction, une *vrille* 360° est exécutée.

ELEMENT 4

Papillon Hybride (DD : 2.9)

Le Papillon Hybride est à réaliser rapidement. À partir d'une **position carpée avant**, une jambe est levée en **position queue de poisson**. La jambe horizontale est levée en un arc de 180° tandis que la jambe verticale est baissée pour prendre une **position grand écart**. Sans pause, une rotation des hanches de 180° est exécutée alors que la jambe avant est levée pour prendre une **position en queue de poisson**. En continuant dans la même direction, une rotation de 180° est exécutée tandis que la jambe horizontale est levée en **position verticale**. Les jambes sont abaissées simultanément en **position cambrée de surface jambe pliée**. (Remarque : la position cambrée de surface jambe pliée peut être prise avec l'une ou l'autre jambe). La jambe fléchie est tendue jusqu'à la **position cambrée de surface** et d'un mouvement continu, une *sortie dorsale cambrée* est exécutée.

ELEMENT 5

5A Poussée grand écart jambe pliée Tour Hybride (DD : 2.4)

A partir d'une **position carpée arrière immergée** avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* est exécutée jusqu'à la **position verticale**. En maintenant une hauteur maximale, les jambes sont ouvertes rapidement jusqu'à la **position grand écart aérienne**, suivie d'une rotation rapide de 180° pour prendre une **position verticale jambe pliée aérienne** avec la jambe avant pliée. Une *descente verticale* rapide est exécutée alors que le genou plié se tend pour rejoindre la jambe verticale lorsque les chevilles atteignent la surface de l'eau, suivie d'une *descente verticale*.

5B Poussée grand écart jambe pliée Hybride (DD : 2.1)

A partir d'une **position carpée arrière immergée** avec les jambes perpendiculaires à la surface, une *poussée* est exécutée jusqu'à la **position verticale**. En maintenant une hauteur maximale, les jambes sont ouvertes rapidement jusqu'à la **position grand écart aérienne**, suivie d'un pli de la jambe avant et d'une levée rapide de la jambe arrière jusqu'à la **position verticale jambe pliée**. Une *descente verticale* rapide est exécutée alors que le genou plié est tendu pour rejoindre la jambe verticale lorsque les chevilles atteignent la surface de l'eau, suivie d'une *descente verticale*.

ELEMENTS SUPPLEMENTAIRES :

6 Deux (2) hybrides libres dont une doit contenir une (1) cascade

7 Une (1) acrobatie d'équipe (DD maximum : 3.00).

Elles peuvent être placées à n'importe quel endroit dans le ballet.

Un (1) cercle facultatif au maximum peut être effectué.

La direction des propulsions peut varier tant que tous les nageurs sont orientés dans la même direction. Les variations de propulsion et de direction ne sont autorisées que pendant les changements de formations sous-marins, les actions sous-marines, la réalisation et la fin d'un cercle.

ANNEXE 3 - NOMBRE D'ELEMENTS POUR LES BALLETS AVENIRS ET JEUNES

Définitions

Hybride : Combinaison de 5 mouvements ou plus. Tête sous les hanches.

Transition : Combinaison de 4 mouvements ou moins.

L'obligation de déclarer **au moins un élément de chaque famille de difficulté dans les ballets** (excepté les connexions en solo) est applicable **dans les épreuves libres seulement** (cf tableau des difficultés).

Les temps d'apnée seront à respecter.

Epreuves	Temps (+/- 5 sec)	Nombr e Elts	ELEMENTS
AVENIRS			
Solo libre	2'00	4	- 4 hybrides libres
Duo libre	2'30	5	- 4 hybrides libres - 1 acrobatie à deux
Duo mixte libre	2'30	5	- 3 hybrides libres - 2 acrobaties différentes à deux + minimum 3 mouvements de surface connectés en déplacement (1m ou plus) ou en rotation (180° ou plus)
Equipe libre	3'00	7	- 4 hybrides libres - 3 acrobaties d'équipe différentes (limitées pour la sécurité des athlètes) Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées
Ballet Acrobatique	2'30	4	- 4 acrobaties d'équipe (dont 1 de chaque groupe A, B et P + 1 au choix) (limitées pour la sécurité des athlètes) Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées
JEUNES			
Solo libre	2'00	5	- 5 hybrides libres
Duo libre	2'30	6	- 5 hybrides libres - 1 acrobatie à deux
Duo mixte libre	2'30	5	- 3 hybrides libres - 2 acrobaties différentes à deux + minimum 3 mouvements de surface connectés en déplacement (1m ou plus) ou en rotation (180° ou plus)
Equipe libre	3'00	8	- 5 hybrides libres - 3 acrobaties d'équipe différentes (limitées pour la sécurité des athlètes)
Ballet Acrobatique	2'30	5	- 5 acrobaties d'équipe (dont 1 de chaque groupe + 1 au choix) (limitées pour la sécurité des athlètes)
Ballet Combiné	3'00	9	- 4 acrobaties d'équipe différentes (limitées pour la sécurité des athlètes) - 1 hybride en solo avec DD, 1 hybride en duo avec DD et 2 hybrides en équipe avec DD (minimum 4 athlètes requis) - 1 hybride chorégraphique d'équipe sans DD (minimum 4 athlètes requis) Les différents éléments ne peuvent pas se produire simultanément (par exemple: une acrobatie en équipe en même temps que le début d'une hybride solo)

Définitions acrobaties différentes :

Groupe A : ne peut pas répéter la même position (P1 ou P2) à l'exception du bonus de troisième position.

Groupe B : ne pas répéter la même construction, ni le même type de connexion (entre le pilier et la voltige).

Groupe C : ne pas répéter la même construction.

Groupe P : ne pas répéter la même construction, ni le même type de connexions (entre le pilier et la voltige) et ne pas répéter la même position (P1 ou P2) à l'exception du bonus de troisième position.

Acrobaties limitées pour la sécurité des athlètes		Acrobaties degrés de difficulté DD	Plus notes de base (BM)	Total maximum des degrés de difficulté (DD)
AVENIRS	Groupe A	2.0	0.5	2.5
	Groupe B	2.1	0.5	2.6
	Groupe P	2.3	0.5	2.8
JEUNES	Groupe A	2.2	0.5	2.7
	Groupe B	2.3	0.5	2.8
	Groupe C	2.3	0.5	2.8
	Groupe P	2.5	0.5	3.0

ANNEXE 3 - NOMBRE D'ELEMENTS POUR LES BALLETS JUNIORS ET SENIORS

Définitions

Hybride : Combinaison de 5 mouvements ou plus. Tête sous les hanches.

Transition : Combinaison de 4 mouvements ou moins.

L'obligation de déclarer **au moins un élément de chaque famille de difficulté dans les ballets** (excepté les connexions en solo) est applicable **dans les épreuves libres seulement** (cf tableau des difficultés).

Les temps d'apnée seront à respecter.

Catégorie	Epreuves	Temps (+/- 5 sec)	Nombr e Elts	ELEMENTS
JUNIORS / SENIORS				
JUNIORS & SENIORS	Solo libre	2'15	6	- 6 hybrides libres
	Duo libre	2'45	8	- 6 hybrides libres - 2 acrobaties différentes à deux
	Duo mixte libre	2'45	7	- 4 hybrides libres - 3 acrobaties différentes à deux + minimum 4 mouvements de surface connectés en déplacement (1m ou plus) ou en rotation (180° ou plus)
	Equipe libre	3'30	9	- 6 hybrides libres - 3 acrobaties d'équipe différentes
	Ballet Acrobatique	3'00	7	- 7 acrobaties d'équipe différentes (dont 1 de chaque groupe et 2 acrobaties d'un même groupe maximum)
JUNIORS	Solo technique	2'00	6	- 5 éléments techniques obligatoires - 1 hybride libre
	Duo technique	2'20	7	- 5 éléments techniques obligatoires - 1 hybride libre - 1 acrobatie à deux
	Duo mixte technique	2'20	7	- 3 éléments techniques obligatoires - 1 hybride libre - 1 hybride obligatoire contenant seulement : 1 poussée barracuda et 2 connexions différentes (ex : T8-C3-C4) - 2 acrobaties différentes à deux + 3 mouvements de surface connectés en déplacement (1m ou plus) ou en rotation (180° ou plus)
	Equipe technique	2'50	8	- 5 éléments techniques obligatoires - 2 hybrides libres dont 1 doit contenir 1 cascade - 1 acrobatie d'équipe (DD maximum : 2.50 + BM : 0.5) Le ballet peut contenir 1 cercle maximum (facultatif)
SENIORS	Ballet Combiné	3'00	9	- 4 acrobaties d'équipe différentes (limitées pour la sécurité des athlètes) - 1 hybride en solo avec DD, 1 hybride en duo avec DD et 2 hybrides en équipe avec DD (minimum 4 athlètes requis) - 1 hybride chorégraphique d'équipe sans DD (minimum 4 athlètes requis) Les différents éléments ne peuvent pas se produire simultanément (par exemple: une acrobatie en équipe en même temps que le début d'une hybride solo)

Définitions acrobaties différentes :

Groupe A : ne peut pas répéter les mêmes positions (P1, P2) à l'exception du bonus de troisième position.

Groupe B : ne pas répéter les mêmes constructions et type de connexions (entre le pilier et la voltige).

Groupe C : ne pas répéter les mêmes constructions.

Groupe P : ne pas répéter les mêmes constructions et type de connexions (entre le pilier et la voltige), tout comme les mêmes positions (P1, P2) à l'exception du bonus de troisième position.

ANNEXE 3 BIS - NOMBRE D'ELEMENTS POUR LES BALLETS CHALLENGE

Définitions

Hybride : Combinaison de 5 mouvements ou plus. Tête sous les hanches.

Transition : Combinaison de 4 mouvements ou moins.

EPREUVES	Temps (+/- 5 sec)	Nombre Elts	ÉLÉMENTS
AVENIRS/JEUNES			
Solo libre	1'30	3	- 3 hybrides libres
Duo libre	2'00	4	- 3 hybrides libres - 1 acrobatie à deux
Duo mixte libre	2'00	4	- 3 hybrides libres - 1 acrobatie à deux - MOUV. SUPP : 2 mouvements de surface connecté en déplacement
Equipe libre	2'30	5	- 3 hybrides libres - 2 acrobaties d'équipe (limitées pour la sécurité des athlètes) parmi les groupes A, B et P (limités pour la sécurité des athlètes). Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées
Ballet Combiné	2'30	5	- 1 hybride en solo, - 1 hybride en duo - 2 hybrides en équipe (minimum 4 athlètes requis) - 1 acrobatie d'équipe (limitées pour la sécurité des athlètes) parmi les groupes A, B et P (limités pour la sécurité des athlètes). Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées
JUNIORS/SENIORS			
Solo libre	1'45	4	- 4 hybrides libres
Duo libre	2'15	5	- 4 hybrides libres - 1 acrobatie à deux
Duo mixte libre	2'15	5	- 4 hybrides libres - 1 acrobatie à deux - MOUV. SUPP : 2 mouvements de surface connecté en déplacement
Equipe libre	3'00	7	- 4 hybrides libres - 3 acrobaties d'équipe (limitées pour la sécurité des athlètes) parmi les groupes A, B et P (limités pour la sécurité des athlètes). Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées
Ballet Combiné	2'30	6	- 1 hybride en solo - 1 hybride en duo - 2 hybrides en équipe (minimum 4 athlètes requis) - 2 acrobaties d'équipe (limitées pour la sécurité des athlètes) parmi les groupes A, B et P (limités pour la sécurité des athlètes). Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées

REGLES GENERALES

- 1 Temps limite : Partie 7 14.1.
- 2 Le ballet peut commencer sur le bord ou dans l'eau, ou une combinaison des deux.
- 3 Les Eléments Acrobatiques Obligatoires (I) peuvent être exécutés dans n'importe quel ordre.
- 4 Deux acrobaties de chaque groupe (A, B, C ou P) au maximum peuvent être exécutées.
- 5 Toutes les acrobaties doivent être différentes, c'est à dire :
 - * Pour le groupe A : ne pas répéter la même position (P1 ou P2) à l'exception du bonus de troisième position.
 - * Pour le groupe B : ne pas répéter la même construction, ni le même type de connexion (entre le pilier et la voltige).
 - * Pour le groupe C : ne pas répéter la même construction.
 - * Pour le groupe P : ne pas répéter la même construction, ni le même type de connexions (entre le pilier et la voltige) et ne pas répéter la même position (P1 ou P2) à l'exception du bonus de troisième position.
- 6 Le ballet doit représenter un thème, qui doit être déclaré sur la Carte d'entraîneur (CC).
- 7 Comme dans tous les ballets, la Carte d'entraîneur (CC) doit préciser les Eléments Obligatoires, dans l'ordre de performance.

ÉLÉMENTS ACROBATIQUES OBLIGATOIRES

En Juniors et Seniors, sept (7) mouvements acrobatiques : un de chaque groupe acrobatique (A, B, C, P) et trois (3) autres au choix selon les règles générales.

Règlement français :

En Jeunes, cinq (5) mouvements acrobatiques : un de chaque groupe acrobatique (A, B, C, P) et un (1) autre au choix selon les règles générales (acrobaties limitées pour la sécurité des athlètes).

En Avenirs, quatre (4) mouvements acrobatiques : un de chaque groupe acrobatique (A, B, P) et un (1) autre au choix selon les règles générales (acrobaties limitées pour la sécurité des athlètes).

Acrobaties limitées pour la sécurité des athlètes		Acrobaties degrés de difficulté DD	Plus notes de base (BM)	Total maximum des degrés de difficulté (DD)
AVENIRS	Groupe A	2.0	0.5	2.5
	Groupe B	2.1	0.5	2.6
	Groupe P	2.3	0.5	2.8
JEUNES	Groupe A	2.2	0.5	2.7
	Groupe B	2.3	0.5	2.8
	Groupe C	2.3	0.5	2.8
	Groupe P	2.5	0.5	3.0

Mouvement acrobatique est un terme général pour les sauts, les éjectés, les portés, les piliers, les plateformes..., qui sont exécutées comme des prouesses de gymnastique spectaculaires et/ ou actions risquées et qui sont réalisés avec l'aide d'autres nageurs (ses).

REGLES GENERALES

- 1 Temps limite : Partie 7 14.1.
- 2 Le ballet peut commencer sur le bord ou dans l'eau, ou une combinaison des deux.
- 3 Toutes nouvelles parties doivent commencer dans l'eau.
- 4 Une nouvelle partie doit commencer à proximité de la partie précédente.
- 5 Le ballet doit représenter un thème, qui doit être déclaré sur la Carte d'entraîneur (CC).
- 6 Comme dans tous les ballets, la Carte d'entraîneur (CC) doit préciser les Éléments Obligatoires, dans l'ordre de performance.

ÉLÉMENTS OBLIGATOIRES

- 1 Au moins deux (2) parties doivent avoir moins de trois (3) athlètes et au moins deux (2) parties doivent concerner tous les athlètes.
- 2 Selon l'annexe 3, le ballet combiné doit comporter :
 - a. Quatre (4) mouvements acrobatiques différents limités pour la sécurité des athlètes (le choix est libre)
 - b. Une (1) hybride de solo avec DD
 - c. Une (1) hybride de duo avec DD
 - d. Deux (2) hybrides d'équipe avec DD (qui doivent être exécutées avec quatre (4) athlètes minimum)
 - e. Une (1) hybride d'équipe chorégraphique sans DD (c'est-à-dire coefficient 1,0) qui doit être exécutée avec quatre (4) athlètes minimum
 - f. Les différents éléments ne peuvent pas se produire simultanément (par exemple une acrobatie en équipe en même temps que le début d'une hybride solo)
- 3 Acrobaties limitées pour la sécurité des athlètes en ballet combiné catégorie Jeune. Les acrobaties ne peuvent pas avoir un DD supérieur au DD total (MAX) :

Acrobaties limitées pour la sécurité des athlètes		Acrobaties degrés de difficulté DD	Plus notes de base (BM)	Total maximum des degrés de difficulté (DD)
JEUNES	Groupe A	2.2	0.5	2.7
	Groupe B	2.3	0.5	2.8
	Groupe C	2.3	0.5	2.8
	Groupe P	2.5	0.5	3.0

- 4 Toutes les acrobaties doivent être différentes, c'est à dire :
 - * Pour le groupe A : ne pas répéter la même position (P1 ou P2) à l'exception du bonus de troisième position.
 - * Pour le groupe B : ne pas répéter la même construction, ni le même type de connexion (entre le pilier et la voltige).
 - * Pour le groupe C : ne pas répéter la même construction.
 - * Pour le groupe P : ne pas répéter la même construction, ni le même type de connexions (entre le pilier et la voltige) et ne pas répéter la même position (P1 ou P2) à l'exception du bonus de troisième position.

ANNEXE 6 - CALENDRIER SPORTIF



- Organisations Inter-régionales
- Organisations Nationales

NOVEMBRE			DÉCEMBRE			JANVIER			FÉVRIER			MARS			AVRIL			MAI			JUIN		
1	Ve		1	Di	JA	1	Me		1	Sa		1	Sa		1	Ma		1	Je		1	Di	
2	Sa		2	Lu		2	Je		2	Di		2	Di		2	Me		2	Ve		2	Lu	
3	Di		3	Ma		3	Ve		3	Lu		3	Lu		3	Je		3	Sa	DATE BUTOIR N2 JEUNE	3	Ma	
4	Lu		4	Me		4	Sa		4	Ma		4	Ma		4	Ve		4	Di		4	Me	
5	Ma		5	Je		5	Di		5	Me		5	Me		5	Sa		5	Lu		5	Je	
6	Me		6	Ve		6	Lu		6	Je		6	Je		6	Di		6	Ma		6	Ve	
7	Je		7	Sa		7	Ma		7	Ve		7	Ve		7	Lu		7	Me		7	Sa	DATE BUTOIR N2 AVENIR & SENIOR
8	Ve		8	Di		8	Me		8	Sa		8	Sa		8	Ma	CHPTS FRANCE N1 JUNIOR CHPTS FRANCE ÉLITE OPEN JUNIOR Tours	8	Je		8	Di	
9	Sa		9	Lu		9	Je		9	Di		9	Di		9	Me		9	Ve		9	Lu	
10	Di		10	Ma		10	Ve		10	Lu		10	Lu		10	Je		10	Sa		10	Ma	
11	Lu		11	Me		11	Sa		11	Ma		11	Ma		11	Ve		11	Di		11	Me	
12	Ma		12	Je	CHPTS FRANCE D'HIVER St Amand les Eaux	12	Di		12	Me		12	Me		12	Sa		12	Lu		12	Je	
13	Me		13	Ve		13	Lu		13	Je		13	Je		13	Di		13	Ma		13	Ve	
14	Je		14	Sa		14	Ma		14	Ve		14	Ve		14	Lu		14	Me		14	Sa	
15	Ve		15	Di		15	Me		15	Sa		15	Sa		15	Ma		15	Je		15	Di	
16	Sa		16	Lu		16	Je		16	Di		16	Di		16	Me		16	Ve		16	Lu	
17	Di		17	Ma		17	Ve		17	Lu		17	Lu		17	Je		17	Sa		17	Ma	
18	Lu		18	Me		18	Sa		18	Ma		18	Ma		18	Ve		18	Di		18	Me	
19	Ma		19	Je		19	Di		19	Me		19	Me		19	Sa		19	Lu		19	Je	
20	Me		20	Ve		20	Lu		20	Je		20	Je		20	Di		20	Ma		20	Ve	
21	Je		21	Sa		21	Ma		21	Ve		21	Ve		21	Lu		21	Me	CHPTS FRANCE N1 JEUNE	21	Sa	
22	Ve		22	Di		22	Me		22	Sa		22	Sa	DATE BUTOIR N2 JUNIOR	22	Ma		22	Je		22	Di	
23	Sa		23	Lu		23	Je		23	Di		23	Di		23	Me		23	Ve	CHPTS FRANCE ÉLITE OPEN JEUNE Sète	23	Lu	
24	Di		24	Ma		24	Ve		24	Lu		24	Lu		24	Je		24	Sa		24	Ma	CHPTS France AVENIR CHPTS France SENIOR Angers
25	Lu		25	Me		25	Sa		25	Ma		25	Ma		25	Ve		25	Di		25	Me	
26	Ma		26	Je		26	Di		26	Me		26	Me		26	Sa		26	Lu		26	Je	
27	Me		27	Ve		27	Lu		27	Je		27	Je		27	Di		27	Ma		27	Ve	
28	Je		28	Sa		28	Ma		28	Ve		28	Ve		28	Lu		28	Me		28	Sa	
29	Ve		29	Di		29	Me					29	Sa		29	Ma		29	Je		29	Di	
30	Sa	DATE BUTOIR	30	Lu		30	Je					30	Di		30	Me		30	Ve		30	Lu	
			31	Ma		31	Ve					31	LU					31	Sa				