



LIGUE SPORT ADAPTE D'AQUITAINE
Maison des Sports, 119 Boulevard du Président Wilson
33200 BORDEAUX
Tél : 05 57 22 42 18 - Fax : 05 57 22 29 87
E-mail : secretariat@sportadapteaquitaine.fr



Bordeaux le 14 avril 2014,

Mesdames, Messieurs les Responsables des Associations du Sport Adapté d'Aquitaine

En partenariat avec le **Comité Départemental Sport Adapté du Lot et Garonne**, la Ligue Sport Adapté d'Aquitaine organise une rencontre régionale qualificative:

RENCONTRE REGIONALE DE NATATION

Epreuves qualificatives pour le Championnat de France

LE SAMEDI 10 mai 2014

**Piscine AquaSud
Avenue d'Italie
47000 Agen**

PROGRAMME SPORTIF

09h00	Accueil des sportifs et contrôle des licences
09h15	Echauffement
09h45	Début de la compétition
12h30	Repas issus de vos paniers
13h30	Reprise
18h00	Fin de la compétition

CONDITIONS D'INSCRIPTIONS

- Les Licences 2013/2014 devront être présentées à la table d'inscription.
- Cette journée propose des épreuves qualificatives et non qualificatives pour le Championnat de France Eté (50m).
- Il n'y aura pas de parcours aquatiques sur cette journée.

**Attention : aucune inscription ne sera prise en compte après le 06 mai 2014.
Merci de retourner les fiches d'engagement au secrétariat de la Ligue.**

Dans l'attente et au plaisir de vous rencontrer lors de cette journée, recevez, cher(e)s collègues, l'expression de nos sentiments sportifs les plus cordiaux.

Les organisateurs.





LIGUE SPORT ADAPTE D'AQUITAINE
Maison des Sports, 119 Boulevard du Président Wilson
33200 BORDEAUX
Tél : 05-57-22-42-18 / Fax : 05-57-22-29-87
E-mail : secretariat@sportadapteaquitaine.fr



FICHE TECHNIQUE DE LA RENCONTRE

Attention : il n'y aura pas de parcours aquatiques à Agen.

Séries

Les séries seront constituées par épreuve, dans chaque catégorie, en fonction des temps d'engagement. Sans temps d'engagement sur sa fiche, le nageur sera pénalisé, en nageant dans une série et un couloir attribués au hasard.

Finales

Les nageurs ou nageuses réalisant les 5 meilleurs temps en séries de chaque épreuve dans chaque catégorie, seront qualifié(e)s en finale. Si il y a moins de 6 inscrits dans l'épreuve de la catégorie, la série constituera la finale directe.

Les Départs

Division 3 : Le départ peut s'effectuer sur le plot du départ ou à côté
En Dos le départ doit se faire dans l'eau en contact avec le mur
L'entrée dans l'eau peut s'effectuer par la tête ou les pieds
Le Faux départ est autorisé

Division 2 : Le départ peut s'effectuer du plot du départ ou du bord
L'entrée dans l'eau peut s'effectuer par les pieds ou la tête
Les faux départs sont autorisés

Division 1 : Le départ doit s'effectuer du plot du départ – L'entrée dans l'eau s'effectue par la tête (plongeon)
Aucun faux départ n'est autorisé.

Les Styles de Nages et virages

Division 3 et Division 2 :

En crawl les nageurs doivent nager en position ventrale. A chaque cycle, les bras doivent être amenés en avant des épaules alternativement au-dessus de la surface de l'eau et ramenés en arrière des épaules.

Les pieds ne doivent pas tourner vers l'extérieur pendant la phase propulsive.

Division 1 : Les règles de la FFN sont appliquées, les virages et les styles de nages.



**FICHE D'ENGAGEMENT
REGIONAL NATATION- Agen**

Samedi 10 mai 2014

A retourner avant le 06 mai 2014



CATEGORIES D'AGES (*cocher la catégorie correspondante)	
*JEUNES (1993 et +)	
*SENIORS (1993-1974)	
*VETERAN (1974 et -)	

N° licence complet:	Nom, Prénom:	Année de naissance:
N° d'affiliation:	Nom de l'association:	

FEMININ			
Division 1 Bassin 50 m			
Epreuves qualificatives au CF Eté 3 épreuves au choix			
	Temps d'engagement	Temps qualificatif	
		Sénior	Vétéran
100 NL		1'52'00	1'55'00
200 NL		4'00'00	5'00'00
800 NL		16'00'00	17'00'00
50 Dos		1'00'00	1'15'00
100 Dos		2'00'00	2'40'00
50 Brasse		57'00	1'17'00
100 Brasse		2'16'00	2'23'00
50 Papillon		1'01'00	1'15'00

MASCULIN			
Division 1 Bassin 50 m			
Epreuves qualificatives au CF Eté 3 épreuves au choix			
	Temps d'engagement	Temps qualificatif	
		Sénior	Vétéran
100 NL		1'23'00	1'51'00
200 NL		3'31'00	4'48'00
800 NL			
50 Dos		48'00	55'00
100 Dos		1'55'00	2'25'00
50 Brasse		51'00	1'01'00
100 Brasse		1'47'00	2'20'00
50 Papillon		50'00	1'09'00

Pour se qualifier au CF, les nageurs doivent avoir réalisé les temps minimum fixés ci-dessus lors d'une compétition officielle qualificative.



**FICHE D'ENGAGEMENT
REGIONAL NATATION- Agen**

Samedi 10 mai 2014

A retourner avant le 06 mai 2014



CATEGORIES D'AGES

(*cocher la catégorie correspondante)

*JEUNES (1993 et +)	
*SENIORS (1993-1974)	
*VETERAN (1974 et -)	

N° licence complet:	Nom, Prénom:	Année de naissance:
N° d'affiliation:	Nom de l'association:	

FEMININ

**Division 2
Bassin 50 m**

**Epreuves qualificatives au CF Eté
1 à 2 épreuves au choix**

	Temps d'engagement	Temps qualificatif	
		Sénior	Vétéran
100 Crawl/Dos			4'00'00
200 Crawl		6'00'00	
50 Crawl			
50 Dos			
100 Dos			
200 Dos			

MASCULIN

**Division 2
Bassin 50 m**

**Epreuves qualificatives au CF Eté
1 à 2 épreuves au choix**

	Temps d'engagement	Temps qualificatif	
		Sénior	Vétéran
100 Crawl/Dos			3'30'00
200 Crawl		5'30'00	
50 Crawl			
50 Dos			
100 Dos			
200 Dos			

Pour se qualifier au CF, les nageurs doivent avoir réalisé lors d'une compétition officielle qualificative un 100m Crawl/Dos ou un 200m Crawl dans les temps minimum fixés ci-dessus.



**FICHE D'ENGAGEMENT
REGIONAL NATATION – Agen**

Samedi 10 mai 2014

A retourner avant le 06 mai 2014



CATEGORIES D'AGES (*cocher la catégorie correspondante)	
*JEUNES (1993 et +)	
*SENIORS (1993-1974)	
*VETERAN (1974 et -)	

N° licence complet:	Nom, Prénom:	Année de naissance:
N° d'affiliation:	Nom de l'association:	

FEMININ	
Division 3 Bassin 50 m	
Epreuves qualificatives au CF Eté 1 épreuve au minimum	
	Temps d'engagement
100 Crawl	
100 Dos	
50 Crawl	
50 Dos	
50 Brasse / ventral	

MASCULIN	
Division 3 Bassin 50 m	
Epreuves qualificatives au CF Eté 1 épreuve au minimum	
	Temps d'engagement
100 Crawl	
100 Dos	
50 Crawl	
50 Dos	
50 Brasse / ventral	

Pour se qualifier au CF, les nageurs doivent avoir réalisé un 100m lors d'une compétition officielle qualificative.