



LA LETTRE du CADRE TECHNIQUE

INTERREGION SUD EST

DECEMBRE 2009 - N°3



EDITO

Voici la troisième Lettre du Cadre Technique et la première de cette saison 2009-2010. Je sais que vous appréciez pouvoir retrouver des informations en tout genre au travers de cette newsletter. Cette lettre a fait des petits depuis puisque mes collègues des inter régions Ouest et Sud-Ouest ont repris le concept et déjà sortis leur première lettre de la saison.

En ce qui me concerne, il m'est difficile d'en assurer une diffusion régulière. Aussi, je vais m'attacher à produire un document par trimestre et regrouper toutes les infos pratiques dont vous avez besoin.

Je profite de ce numéro de décembre pour vous souhaiter à tous et à toutes d'excellentes fêtes de fin d'année et une bonne année 2010.

Bonne lecture !

Delphine MARECHAL,
CTS en charge de l'interrégion SUD EST

ACTUALITE : LE CLASSEMENT NATIONAL

1. Le Classement National des INTER REGIONS

CLASSEMENT	INTERREGION	NOMBRE DE COMITES CONSTITUANTS	NOMBRE DE NAGEUSES CLASSEES	TOTAL POINTS
1	SUD EST	6	1 535	1 129 901
2	OUEST	4	790	478 137
3	ILE DE France ET DOM TOM	3	785	390 380
4	NORD EST	5	826	341 174
5	SUD OUEST	4	797	308 537

2. Le Classement National des REGIONS qui composent l'inter région

CLASSEMENT	EVOLUTION	REGION	Nb nageuses classées	Nb de clubs classés	Nb de clubs total par région	Points
1	=	PROVENCE	536	16	18	413 498
4	=	LYONNAIS	265	9	12	243 316
5	+1	LANGUEDOC*	250	4	8	223 328
6	+7	COTE D'AZUR	339	8	9	197 862
11	-1	DAUPHINE	263	10	10	70 490
20	-2	AUVERGNE	16	1	5	8 160
-	-	CORSE	-	-	3	-

* Les clubs de Nîmes et Montpellier ont été pris en compte dans ce classement national.

Observations :

- 22 régions sont classées.
- Un nombre important de clubs n'apparaissent pas dans le classement. Plusieurs raisons dont une peut être liée à la non prise en compte dans ce classement des nageuses engagées dans le circuit Animation. Le classement national 2011 rectifiera cela et intégrera les résultats du circuit Promotion de la saison 2010-2011.
- La pôle position revient au comité de Provence.
- La remontée spectaculaire de la Côte d'Azur due à l'intégration du club de Hyères dans le classement (l'an dernier, ce club ne figurait pas).
- L'auvergne qui n'enregistre les performances des nageuses d'un seul club : Riom.

3. Le Classement National des CLUBS qui composent l'inter région.

Le classement des clubs a naturellement subi des adaptations correspondantes au changement de réglementation sportive.

Ce changement peut expliquer certaines différences de classement avec la saison précédente. Les catégories de classement, restant similaires, cela permet tout de même de donner une indication qui pourra être confirmée dans les années suivantes.

Le TOP 10 du classement général :

155 clubs classés dont 46 appartiennent à l'inter région Sud Est (soit 30 %).

CLASSEMENT	CLUB	Nb de nageuses classées	Points
1	AIX EN PROVENCE NATATION	72	239 419
3	LYON AQUA SYNCHRO	66	140 836
5	HYÈRES NAT SYNCHRO	41	113 473
6	ST CYPRIEN CN	79	110 380
9	SETE DC	37	86 196

5 clubs de l'inter région classés dans les 10 premiers, dont 2 sur le podium et 2 issus du comité du Languedoc Roussillon.

Le TOP 10 du classement Socle :

CLASSEMENT	CLUBS	Points
3	ST LAURENT DU VAR	5 000
5	ECHIROLLES NC	4 167
8	ST CYPRIEN CN	3 000
8	VILLEFONTAINE AS	3 000
8	AIX EN PROVENCE NATATION	3 000
8	PL OULLINS	3 000

Le TOP 10 du classement Junior :

CLASSEMENT	CLUBS	Points
2	AIX EN PROVENCE NATATION	93 430
3	LYON AQUA SYNCHRO	78 150
5	HYÈRES NAT SYNCHRO	47 045
6	ST CYPRIEN CN	38 044
7	SETE DC	32 550

Le TOP 10 du classement Espoir :

CLASSEMENT	CLUBS	Points
1	AIX EN PROVENCE NATATION	64 657
3	SETE DC	40 136
4	LYON AQUA SYNCHRO	24 076
5	HYÈRES NAT SYNCHRO	22 628
9	ST CYPRIEN CN	18 951

Le TOP 10 du classement Senior :

CLASSEMENT	CLUBS	Points
1	AIX EN PROVENCE NATATION	72 742
3	ST CYPRIEN CN	42 885
5	HYÈRES NAT SYNCHRO	39 910
6	ANGERS N. S.	36 650
7	LYON AQUA SYNCHRO	32 730
8	MARSEILLE DOLFEN	28 443

BRAVO A TOUS ET A TOUTES !

Ce Championnat d'Hiver regroupait les meilleures nageuses françaises des 3 catégories d'âge (Seniors/ Juniors/ Espoirs) sélectionnées à partir des résultats des NI 2009.

L'inter région Sud Est était fort bien représentée dans chaque catégorie d'âge puisque :

- **En Seniors** : 6 clubs (contre 11 l'an dernier) avec 14 nageuses sur un total de 33 toutes épreuves confondues (**soit 42%**) : Aix Natation, Dauphins de Firminy, Hyères NS, Lyon aqua synchro, Marseille Dolphin, Monaco AS.
- **En Juniors** : 6 clubs avec 30 nageuses sur 52 (**soit 58%**) : Aix Natation, Hyères NS, Lyon aqua synchro, Saint Cyprien, Sète Dockers club et Cannes.
- **En Espoirs** : 7 clubs (contre 5 l'an dernier) avec 21 nageuses sur 42 (**soit 50%**) : Saint Cyprien, Aix Natation, Hyères NS, Sète Dockers club, et Lyon aqua synchro.

Résultats :

Chez les Seniors

SOLO 16 soli dont 5 issues de l'inter région Sud Est (31%). Podium :

1. Sophie POTEL	Monaco AS	79.500
2. Manon BROUILLET	Hyères	76.833
3. Barbara MEYET	Pontault	74.833

ELEMENTS TECHNIQUES 22 nageuses dont 9 sont du Sud Est (41%). Podium aux couleurs du Sud Est

1. Lila MEESSEMAN-BAKIR	Aix Natation	74.533
2. Chloé WILLHEM	Firminy Dauphins	72.333
3. Sarah LABROUSSE	Hyères	71.133

Chez les Juniors

FIGURES IMPOSEES 52 nageuses dont 30 issues de l'inter région Sud Est (58%). Podium :

1. Margaux CHRETIEN	Angers NS	71.954
2. Maëliiss ROUX	Aix Natation	70.679
3. Laura AUGE	Aix Natation	69.336

SOLO (Combiné- Finale) 34 soli dont 18 appartiennent à des clubs de l'inter région (53%). Même podium que pour les F.I.

Chez les Espoirs

FIGURES IMPOSEES 44 nageuses (42 + 2 feuilles blanches) dont 21 issues de l'inter région Sud Est (48%). Podium 100% des Nageuses du club d'Angers.

1. Laurie SOLON	Angers N.S	68.909
2. Ophélie BISSON	Angers N.S	68.016
3. Mathilde CHEVALIER	Angers N.S	66.234

SOLO (Combiné- Finale) 28 soli dont 10 appartiennent à des clubs de l'inter région (36%). Même podium que pour les F.I.

BRAVO à TOUTES LES NAGEUSES et à LEURS ENTRAÎNEURS !

Les résultats complets sont téléchargeables sur le site de la FFN.

Le SOCLE de FORMATION

Quelques adaptations réglementaires pour la saison prochaine sur nos nouveaux programmes.

Riche de l'expérience de cette saison, des modifications réglementaires ont été validées par l'AG de la FFN en mars dernier.

Les modifications* portant sur le socle de formation, proposées par la Commission Nationale et la DTN suivent plusieurs lignes directrices :

- **Désengorger les sessions de socle en cherchant à réduire le nombre de participantes** : plus d'obligation de participation aux 4 épreuves individuelles pour se présenter à l'épreuve de ballet, mais seulement l'obligation de participation à 2 épreuves. On s'assure ainsi d'un investissement minimum de la nageuse, tout en limitant les situations d'échec. La nageuse se présente à l'épreuve quand elle est prête.
- **Réduire le temps de certaines épreuves pour limiter les journées de compétitions « marathon »** : réduction du parcours danse acquisition en compétition, validation partielle possible en épreuve propulsion...
- **Offrir la possibilité à toutes les nageuses de présenter un ballet en fin de saison** (source de motivation pour les nageuses et simplification pour l'entraîneur qui peut organiser son ballet dès le début de saison) : plus d'obligation de validation de 2 épreuves pour participer à l'épreuve de ballet. Une nageuse pourra donc être engagée au ballet combiné dès lors qu'elle aura au moins participé à 2 épreuves individuelles.
- **Optimiser le travail à l'entraînement** en réduisant le nombre de figures en technique développement, en faisant des tirages au sort 15 jours avant la compétition...
- **Optimiser le travail du secrétariat** en facilitant la procédure de la saisie des notes fondamentales pour le jugement sur les épreuves de danse et de propulsion.

Texte Maëva Morineau.

**Les textes de références sont dans l'annuel de règlement FFN 09-10, erratum correspondant et ses annexes.*

Toutes ces nouveautés réglementaires ont été largement abordées sur ce début de saison à plusieurs reprises soit lors des réunions de rentrée au sein de vos régions, soit lors des colloques inter régionaux de la Toussaint. Vous retrouverez toutes ces adaptations synthétisées dans un document PowerPoint intitulé « Socle – Nouveautés - version du 18 oct. »*. Document diffusé à l'ensemble des comités régionaux, des présidents de commissions, des responsables d'officiels et des clubs. J'attire votre attention sur la nécessité de prendre connaissance de ces adaptations et notamment de celle qui traite de la « partie groupe » dans le ballet combiné.

**Attention, un autre document du même nom circule mais c'est une version antérieure à celle du 18 octobre 2009 ; je vous demanderai de vous procurer la dernière version.*

Narval

Je rappelle que pour chaque compétition il vous est demandé de travailler avec le programme informatique Narval.

Il est téléchargeable sur votre espace ExtraNat du comité ou du club.

La dernière version mise en ligne est la **version 3.1.0** qui prend en compte les derniers bugs. La présentation est améliorée, tous les onglets sont désormais sécurisés. Cette version devrait être la dernière mise à jour pour la saison. Toute nouvelle version est accompagnée par une news sur le site FFN.

Attention, il est important que les clubs remplissent correctement les données (= engagements) à savoir les années d'âge, le n° de licence entre autre. Sinon, toutes les fonctions de Narval ne marcheront pas en cas de défaut de renseignement.

RESULTATS – RAPPEL

Après chaque compétition de socle, je vous demanderai de me faire parvenir les résultats dans la semaine qui suit à l'adresse suivante : marechal-delphine@orange.fr. Je vous remercie par avance.

- ⊗ 26-27 septembre 2009 : Groupe de travail Officiels – Direction Technique Nationale sur des thématiques en lien avec le jugement et nos programmes fédéraux (socle, circuit perf ...). Réflexion sur les formations d'officiels, contenu, outils à diffuser, suivi des officiels ...
- ⊗ 17-18 octobre 2009 : Formation Nationale sur le SOCLE avec les responsables d'officiels régionaux et les référents danse – INSEP.
- ⊗ Du 24 au 26 octobre 2009 : Colloque Interrégional – Zone Nord à Lyon sur le SOCLE.
- ⊗ Du 31 au 2 novembre 2009 : Colloque Interrégional – Zone Sud à Berre l'Etang sur le SOCLE.
- ⊗ 28-29 novembre 2009 : Réunion Nationale des Président(e)s des commissions sportives régionales à Bagnolet.

Bilan et retours des colloques inter régionaux.

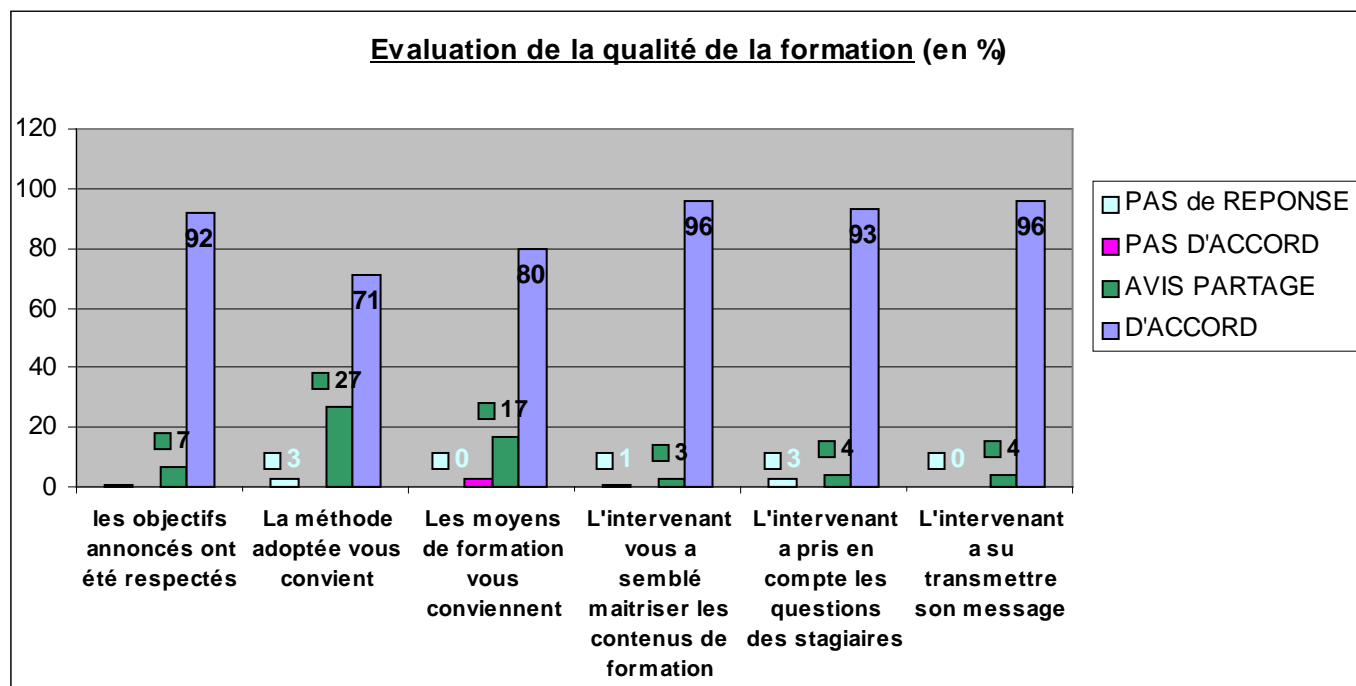
Les deux colloques de la Toussaint sur le socle ont été plébiscités et je vous en remercie.

Voici un bilan plus détaillé des retours que vous m'avez fait suite à ces 2 x 3 jours de formation.

Tout d'abord, je souhaiterais remercier les personnes des comités du Lyonnais et de la Provence pour l'aide consacrée à l'organisation de cet événement.

Je retiendrai :

- une forte participation (50 personnes pour la zone Nord et 57 pour le Sud),
- un fort taux de satisfaction générale sur l'ensemble des 2 RDV,
- une demande de reconduction annuelle de ce type de réunion,
- une durée de formation qui convient pour l'ensemble mais qui pourrait être réduite à 2 jours,
- une période dans l'année qui convient à l'ensemble mais qui pourrait être placée plus tôt dans la saison voir à la rentrée pour une minorité,
- un lieu non adapté (salle trop petite) pour le colloque de la zone Nord,
- une formation à compléter par une mise en situation pratique dans l'eau,
- un RDV « incontournable », « captivant », « très motivant pour l'avenir » (paroles extraites des fiches d'évaluation des colloques)



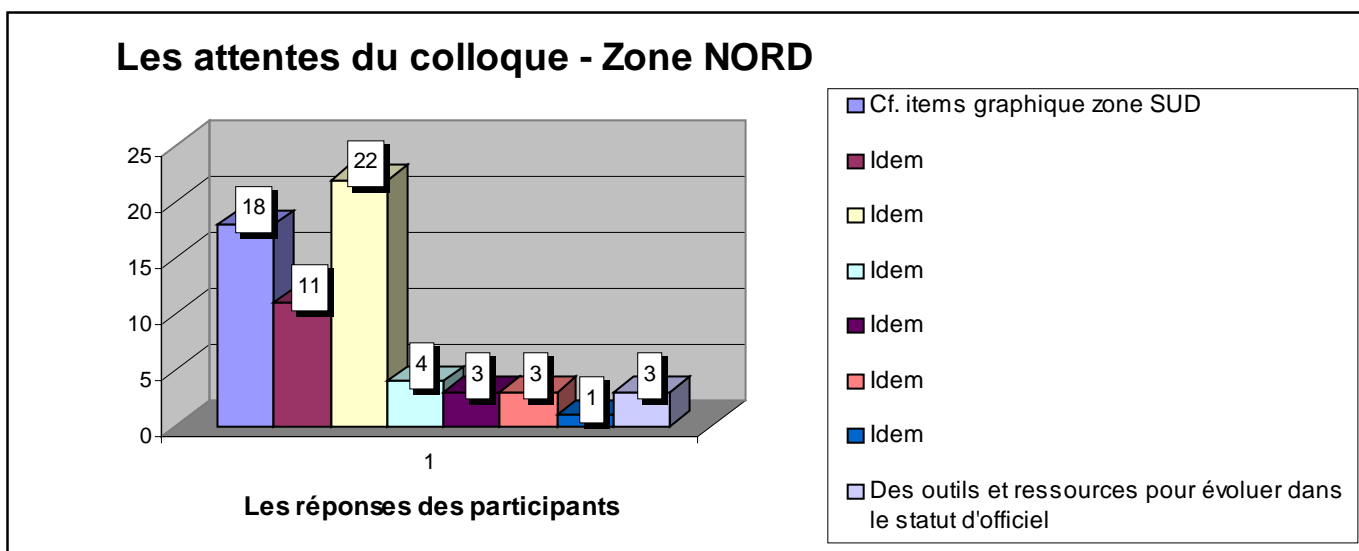
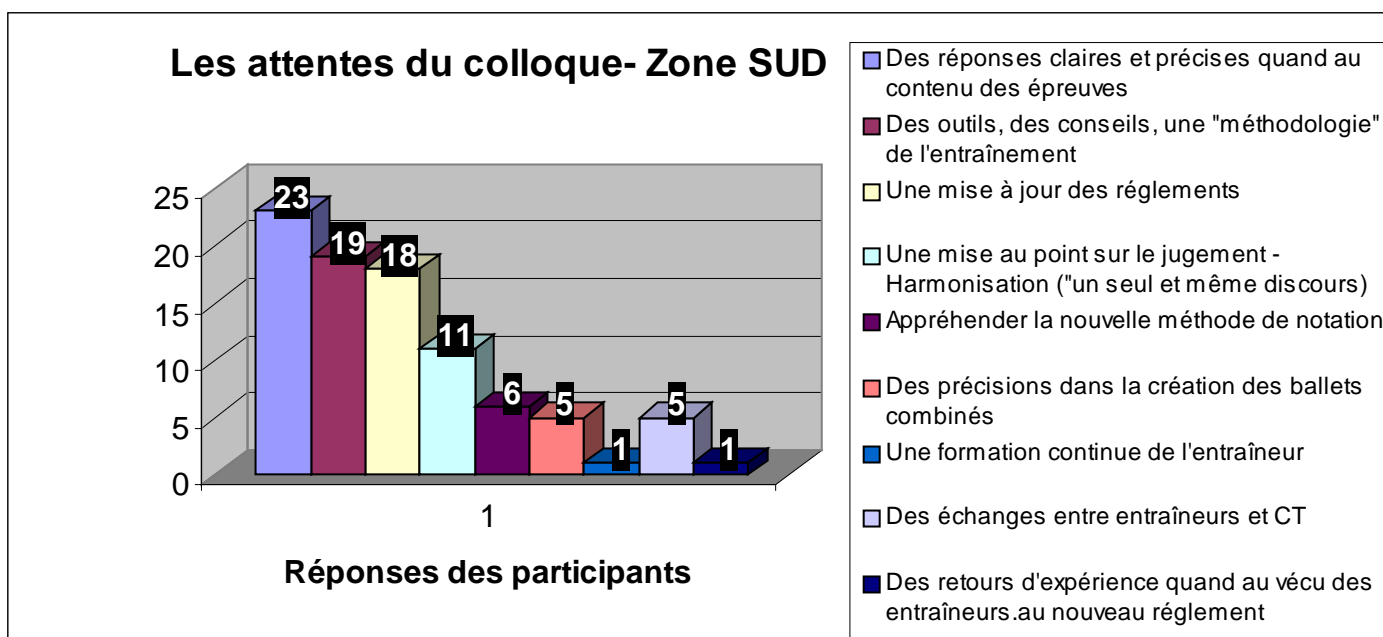
Il en ressort également un besoin en formation complémentaire sur les thèmes abordés lors de ce colloque : besoin de repartager certaines notions, d'approfondir certains points, de mettre en situation pratique des nageuses, de vivre la variation danse une seconde fois plus en détail.

L'exercice d'entraînement au jugement a été fortement apprécié et demande à être renouvelé car le temps accordé (1/2 journée) a été trop bref.

Vous vous êtes exprimés également sur des besoins en formation basées sur d'autres thématiques telles que la technique (circuit performance J/S et fina Juniors), la chorégraphie, le jugement, la planification et la préparation des séances d'entraînement.

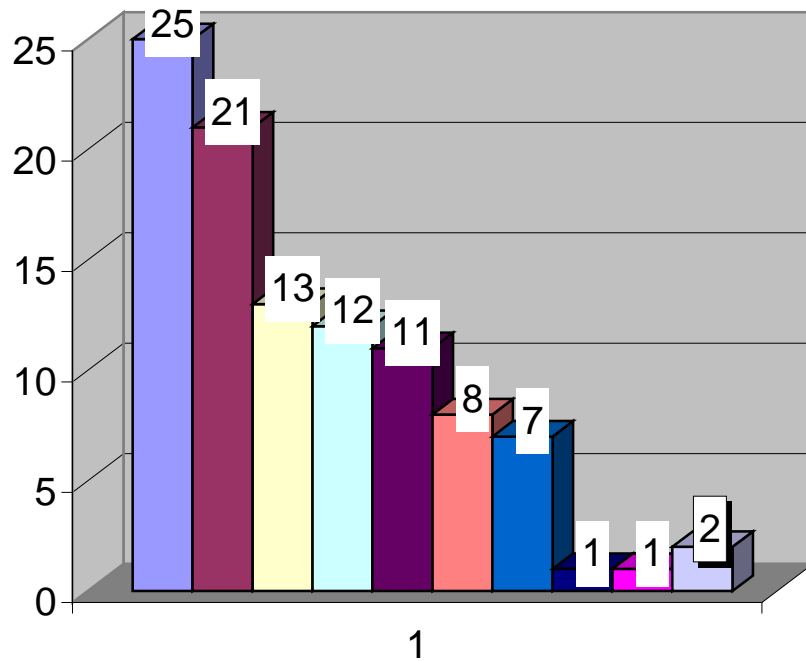
Vous êtes plusieurs à éprouver le besoin d'échanger et à partager entre vous au sein de vos régions lors de formations.

Je vous laisse le soin de prendre connaissance des graphiques :



Toutes les réponses ont été triées et regroupées autour de phrases extraites de vos fiches retours.

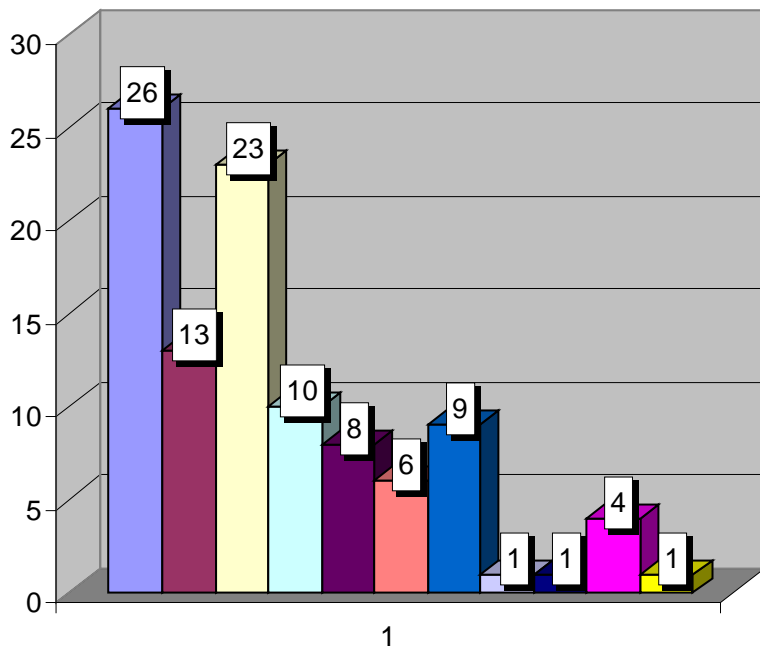
Les apports du colloque- Zone SUD



Réponses des participants

- Des conseils et outils solides pour l'entraînement (des "axes de recherche")
- des éléments pour le jugement des épreuves du socle (NF/NG et précision dans les critères)
- des précisions sur les contenus des épreuves, des règlements
- une autre approche de l'entraînement, travail autour du ressenti de la nageuse, placement corporel
- la compréhension de la logique des épreuves, la transversalité des acquis
- Le partage et l'échange entre tous les acteurs et participants (officiels, éducateurs, formateurs)
- une meilleure compréhension de la danse
- Une mise en situation (danse, jugement, vidéo)
- Etre rassuré ou corrigé vis à vis de la méthodologie de l'entraînement
- De la rigueur dans mon métier d'entraîneur

Les apports du colloque - Zone NORD



Réponses des participants

- Cf. items graphique zone SUD
- Idem
- Idem
- Idem
- Idem
- Idem
- Idem
- Idem
- Idem
- Une méthodologie d'approche du combo
- Une remise à niveau des connaissances

Lors de la réunion des présidents des commissions sportives, un temps de travail était consacré aux inter régions. Voici quelques retours :

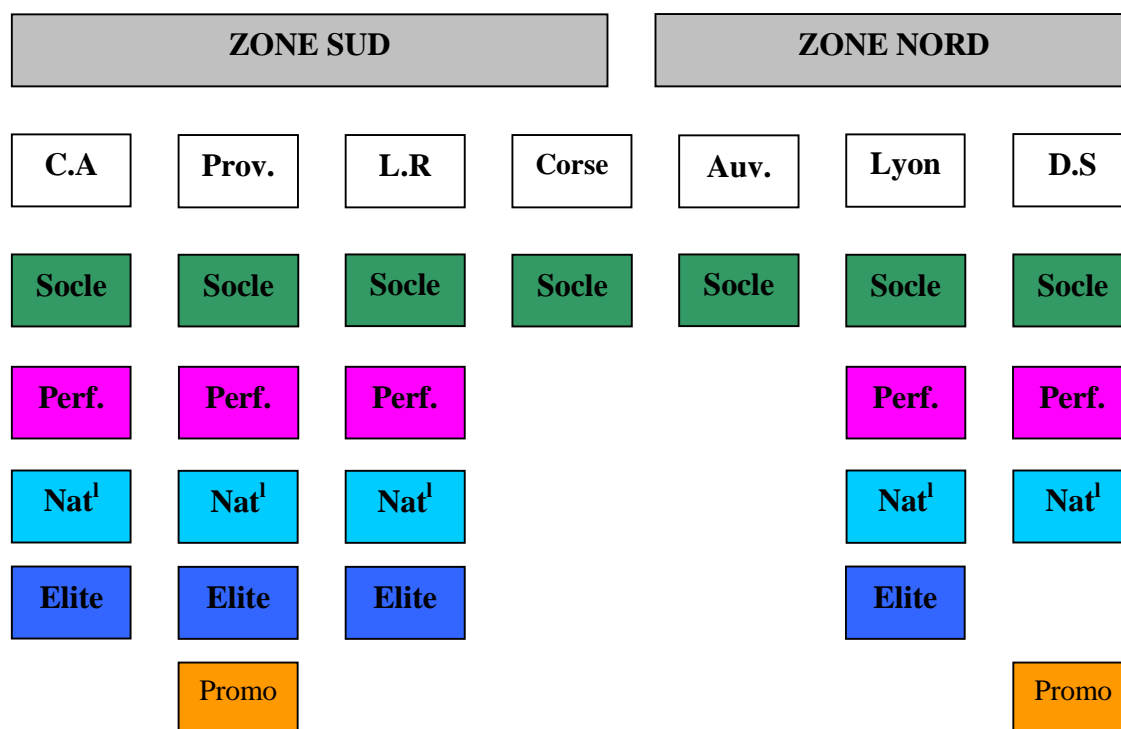
Compte rendu des travaux sur le projet régional en lien avec le projet fédéral – Inter région SUD EST.

I. Constat :

→ Des niveaux de structuration différents selon les régions.

→ Des niveaux de pratique différents selon les régions.

Etude rapide des régions selon estimation des nageuses engagées sur les circuits de compétition.



Décision prise : Affiner cette analyse. Faire un diagnostic des populations régionales et suivre son évolution.

Où se situent nos nageuses ? Dans quel circuit ?

Combien ? Analyse de la quantité

Nombre de clubs concernés ?

Création d'un outil informatique commun aux régions, simple et facile d'utilisation par les clubs. Proposition d'un fichier excel.

2. Le projet Inter régional :

Elaboration d'un projet inter régional dans lequel chacun des comités est impliqué et qui concerne l'ensemble des comités régionaux. Ce projet inter régional doit permettre de faire le lien entre le niveau régional et le national. Il n'y a pas de hiérarchisation dans les projets, il permet simplement de fixer une « ligne d'horizon », un objectif pour amener une motivation ou un intérêt supplémentaire. Il doit permettre l'enrichissement mutuel entre les régions et doit être « l'affaire de tous ».

A première vue et après l'approche rapide menée en séance, le projet IR s'orienterait sur le circuit du socle de formation.

3. Proposition de projet sportif inter régional:

Circuit- Cible : Le SOCLE de FORMATION.

Population concernée : A définir. Niveau de pratique : C1/C2 ? Année d'âge ? etc...

Objectif : Elaboration d'un stage Inter Régional d'été (juill.2011) avec sélection de nageuses et formation d'entraîneurs encadré par le CTIR et des membres d'ETR.

Procédure : Sélection à définir. Proposition de sélection en plusieurs étapes (3 étapes : 1. sur résultats régionaux ou sélection régionale ; 2. sur sélection de la zone ; 3. sur sélection de l'IR avec une journée de détection par exemple). Processus de sélection à définir.

Décision prise :

1. Présentation de cette proposition de projet à l'ensemble des membres des commissions régionales sportives de façon à partager cette idée par les présidents ou représentants des commissions régionales.

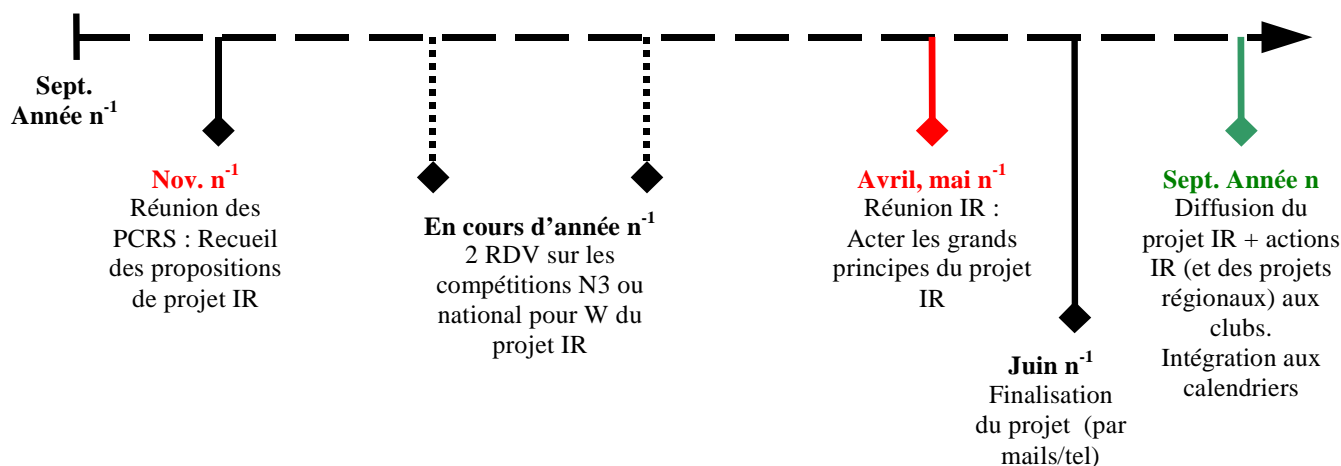
2. Travail autour de ce projet par l'ensemble des régions.

Objectif : chercher à répondre aux questions posées.

3. Recueil des propositions par la CTIR avant le 20 janvier 2010. Pilotage du projet par le CTIR.

4. Echange et partage des propositions lors d'une réunion avec les présidents des commissions sportives ou leurs représentants lors du we des JTH les 23 et 24 janvier à Echirolles.

4. Procédure d'élaboration du projet IR : principe d'anticipation - rétro planning.



INFOS DIVERSES

Engagements ExtraNat

IMPORTANT !

Tous les engagements pour les compétitions nationales (y compris JTH) doivent se faire sur ExtraNat (nageuses + officiels). Si omission d'un club, pas de participation de ce club à la compétition !

Il est possible de modifier à tout moment ses engagements dans la limite de la période d'ouverture. Principe de précaution : engagez dès l'ouverture de la session vos nageuses, quitte à effectuer des modifications par la suite pendant la durée d'ouverture de la session.

Un tableau récapitulatif des dates d'engagements est joint en dernière page.

Je vous rappelle la date du 20 décembre comme date limite de pré-engagement pour les JTH, les candidatures solo espoirs et les demandes particulières.

Pour les candidatures solo espoirs, le courrier est à adresser à la FFN avec pré-engagement au Dauphiné Savoie.

Rentrée du Pôle FRANCE

14 nageuses dont 5 rentrées : Maëva Djennadi (Aix), Maïté Méjean (Aix), Chloé Kautzmann (Strasbourg), Mégan Pichon (Lyon), Maëva Charbonnier (Lyon)

Rentrée des Pôles ESPOIRS de l'INTER REGION SUD EST

Pôle Aix

14 nageuses dont 5 rentrées : Caroline Leblanc (97), Estel-Anaïs Hubaud (96), Camille Guerre (96), Morgane Beteille (95), Rebecca Meunier (94).

Pôle Hyères

6 nageuses dont 2 rentrées : Louise Wicker Bassecoulard (96) , Claire Froment (96).

Pôle Lyon

10 nageuses dont 4 rentrées : Maureen Dos Santos (96), Amélie Marnas (96), Mégane Senty (95), Marion Sicari (95).

Pôle Sète

12 nageuses dont 5 rentrées : Victoria Antia (94), Elodie Bardon (94), Alizée Belaud , Alexia Lothmann (96), Maëva Ricciardi (95).

Nous leur souhaitons tous nos vœux de réussite dans leur parcours !

3rd FINA Synchronised Swimming World Trophy, Madrid (ESP) 5-7 Décembre 2008.

Cette compétition est une compétition en marge des grandes rencontres internationales comme les championnats du Monde, d'Europe, etc... Elle a pour vocation de développer la médiatisation et la communication autour de notre discipline. Les pays redoublent de créativité et d'ingéniosité pour proposer des choses nouvelles et innovantes ! C'est une compétition qui offre une autre facette de notre discipline avec un aspect spectacle très festif.

10 pays présents : Canada, Russie, Espagne, Chine, Italie, Japon (Club Imura), Angleterre, Usa (Club Ohio), Brésil, Egypte.

Le coût d'engagement à cette compétition est de **10 000 \$ par nation**.

Obligation d'être présent sur l'ensemble des épreuves : **combiné libre – Equipe thématique** (sur le thème de son pays : 8 nageuses) – **Duo libre – Duo thématique** (sur le thème du pays organisateur : Canada) - **Equipe Acrobatique** (12 Nageuses Maximum), éléments imposés dans cette épreuve: un porté avec toutes les nageuses en contact, une figure de surface, une cascade, deux portés éjectés - solo artistique

Accessoires permis sauf en solo et combiné.

Un panel de **5 juges neutres** (ne faisant pas partie des pays présents) ; Grèce, Suisse, Venezuela, Républicaine Dominicaine, Malaisie évaluent les épreuves uniquement sur la note artistique.

Résultats : Le Canada remporte toutes les épreuves sauf le combo et en solo et gagne le trophée !!!!!

Le Canada crée la surprise, en remportant cette compétition. Les canadiennes ont su sortir du registre synchro habituel et ont su jouer avec les limites des règles de la compétition (ex : sur le duo thématique elles sont arrivées à 12 sur le bord bien que seulement deux nageuses ont plongé, rien ne spécifie dans le règlement une limitation de nageuses sur le bord !!!!!) SURPRENANT pour les juges et le public !

Les russes bien que d'un excellent niveau sont restés plus classique dans leurs propositions.

L'Espagne se situe entre les deux mais a écopé d'un point de pénalité sur l'équipe acrobatique ne réalisant qu'un éjecté à la fin au lieu de 2.

Retour Julie Fabre, notre « envoyée spéciale » pour la France. LOL !

Quelques modifications des épreuves sont envisagées pour le prochain world trophy qui se déroulera en Russie fin 2010.

Je vous encourage vivement à regarder les images (Cf. liens sur Youtube ci-dessous) sur le net, à moins que vous ayez pu voir la retransmission de la compétition sur Sport+, commentée par Virginie Dedieu, mercredi 16 et jeudi 17 décembre.

Voici quelques liens où vous pouvez retrouver ces images sur le net. Taper world Trophy 2009 SUR You Tube.

Canada Thematic duet :

<http://www.youtube.com/watch?v=yLyWwF9qfzk>

Canada Highlight Routine :

http://www.youtube.com/watch?v=ZFgEWc3xu_o

CLASSEMENT	PAYS	POINTS	GAIN
1	CANADA	491 666	50 000 \$
2	RUSSIE	491 333	30 000 \$
3	ESPAGNE	485 666	20 000 \$
4	CHINE	479 667	15 000 \$
5	JAPON	463 000	12 500 \$
6	ITALIE	455 333	10 000 \$
7	USA	452 001	9 000 \$
8	GRANDE BRETAGNE	451 667	8 000 \$
9	BRÉSIL	444 667	7 000 \$
10	EGYPTE	421 000	6 000 \$

DOCUMENTS et LIENS UTILES

Documents (disponibles auprès de votre Président(e) de Commission régionale ou bien sur le site de votre comité) :

1. PPT sur les nouveautés réglementaires du SOCLE – version du 18 oct.
2. PPT sur la réglementation 2009-2010.
3. PPT sur la mise en place des programmes dans l'Inter région Sud Est.

Intéressant à voir sur Internet :

1. Un lien vers un évènement Chanel avec l'équipe Américaine de synchro (il faut aller en bas du menu déroulant, il y a une vidéo) <http://www.chanel.com/fashion/1-mode-tendance-les-nouveaux-skis-griffes-chanel-5,48#1-mode-tendance-les-nouveaux-skis-griffes-chanel-5,48>
2. 7 pubs "synchro" à aller voir : Toutes ne sont pas connues et méritent d'être vues !
[http://www.culturepub.fr/recherche?search\[full_text_field\]=natation+synchronis_C3_A9e](http://www.culturepub.fr/recherche?search[full_text_field]=natation+synchronis_C3_A9e)

EVENEMENTS A VENIR

A vos agendas !

☺ JANVIER 2010 :

- 24 – 25 janv. : Les Journées Techniques d'Hiver à Echirolles.

Les engagements préliminaires sont à envoyer avant le 20 décembre 2009 au comité du Dauphiné Savoie via votre comité d'appartenance.

Les engagements définitifs se feront par ExtraNat à partir du 27 décembre jusqu'au 9 janvier 2010.

RAPPEL : Toutes les nageuses engagées aux Championnats de France Hiver élite ne peuvent être engagées sur les JTH dans quelques épreuves et catégories d'âge que ce soit.

- 30 – 31 janv. : Colloque FFN sur la réglementation FINA 2009-2013 à Nogent/Marne.

Ce Colloque est ouvert à TOUS. Nombre de places limité à 180. C'est pourquoi nous limitons les inscriptions à 2 personnes/club, à l'exception des Officiels « AI », « A » et « A en examen » pour lesquels il tient lieu de recyclage.

FRAIS DE PARTICIPATION

INSCRIPTION AU COLLOQUE

30€ / personne

OFFICIELS « A » et « A en examen »

Inscription + déjeuners 30 et 31/01/10 : Offerts

OFFICIELS « AI »

Inscription + déjeuners 30 et 31/01/10 + Dîner 30/01 + hébergement 30/01/10 : Offerts

*Aucune inscription ne sera prise en compte si elle n'est pas accompagnée du règlement (chèque libellé à l'ordre de la F.F.N).
Les participants seront informés par e-mail de l'acceptation ou non des inscriptions.*

☺ FEVRIER 2010 :

- 14 fév. : 2^{ème} étape de sélection pour les équipes de France Minimes et Juniors à l'INSEP.

☺ MARS 2010 :

- 27-28 mars : Circuits préparatoires d'Été par zone (Echirolles/Fos). Programmes prévisionnels communiqués courant Janvier 2010. Compétition ouverte aux nageuses des circuits Performance, FINA National et FINA Elite.

**BONNES VACANCES.
PASSEZ D'EXCELLENTE FETES de FIN D'ANNEE.
RDV en 2010 !**

COMPETITIONS		Engagements PRELIMINAIRES		Engagements DEFINITIFS		
HIVER		Épreuves techniques	Candidature SOLO	Toutes épreuves confondues		
	ELITE	15 oct. 2009	15 oct. 2009	Du 13 au 28 nov. 2009		
	JTH	20 déc. 2009	20 déc. 2009	Du 27 déc. au 9 janv. 2010		
ETE	Les demandes particulières sont à faire pour le 20 décembre 2009 et ne concernent pas le niveau élite.					
		Toutes les épreuves	Candidature SOLO ESPOIR	Toutes épreuves confondues		
	FINA	15 janv. 2010		20 déc. 2009	Nat ^l TC	Du 8 au 22 avril 2010
					Elite TC	Du 22 avril au 6 mai 2010
					Barrage solo espoir	Du 5 au 19 mai 2010
					Elite Espoir	Du 5 au 19 mai 2010
					Nat ^l Espoir	Du 20 mai au 3 juin 2010
	N3 Perf	5 mars 2010		Du 1 ^{er} au 15 mai 2010		
TNQ	30 avril 2010	<i>Demande accès direct :</i> 30 avril 2010	Du 10 au 24 juin 2010			