

27 | 28 AVRIL  
2024

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE

Compétition  
RÉGIONALE



AVENIRS



JEUNES

# NATATION ARTISTIQUE

ENTRÉE LIBRE ET BUVETTE SUR PLACE



# PROGRAMME

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE



AVENIRS

## SAMEDI 27 AVRIL

- 8h00: Ouverture des portes
- 8h10: Echauffement Figures imposées
- 9h00: Compétition des Figures imposées.

Podiums Figures Imposées

- 12h30: Echauffement des ballets acrobatiques
- 13h00: Compétition des ballets acrobatiques

Podium ACRO

- 13h30: Echauffement des solos libres
- 14h00: Compétition des solos libres

Podium solos libres

- 15h: Echauffement des équipes libres
- 15h30: Compétition des équipes libres

- 16h30: Echauffement des Duos-Duos mixtes libres

- 17h00: Compétition des Duos

Podiums Duos- Duos mixtes et équipes libres

Pour  
les ballets,  
gélatine  
autorisée



JEUNES

## DIMANCHE 28 AVRIL

- 8h30 : Ouverture des portes
- 8h40: Echauffement Figures imposées
- 9h30: Compétition des Figures imposées.

Podiums Figures Imposées

- 13h00: Echauffement des ballets combinés puis acrobatiques
- 13h40: Compétition des ballets combinés puis acrobatiques

Podiums Combinés - ACRO

- 14h45: Echauffement des solos libres
- 15h15: Compétition des solos libres

Podiums solos libres

- 16h15: Echauffement des équipes libres
- 16h45: Compétition des équipes libres

- 17h45: Echauffement des Duos
- 18h15: Compétition des duos

Podiums duos et équipes libres

# LIENS-JUGES

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE

MUSIQUE

Les musiques devront être envoyés par lien au plus tard  
le 20 avril 2024

## Régionaux avenir:

<https://form.jotform.com/arnaudatmosevenement/formusregavenirs270424vfs>

## Régionaux Jeunes

<https://form.jotform.com/arnaudatmosevenement/formusregjeunes280424vfs>

Prévoir une clé USB pour le jour de la compétition.

COACH  
CARDS

JUGES

Date limite d'envoi  
le 14 avril 2024

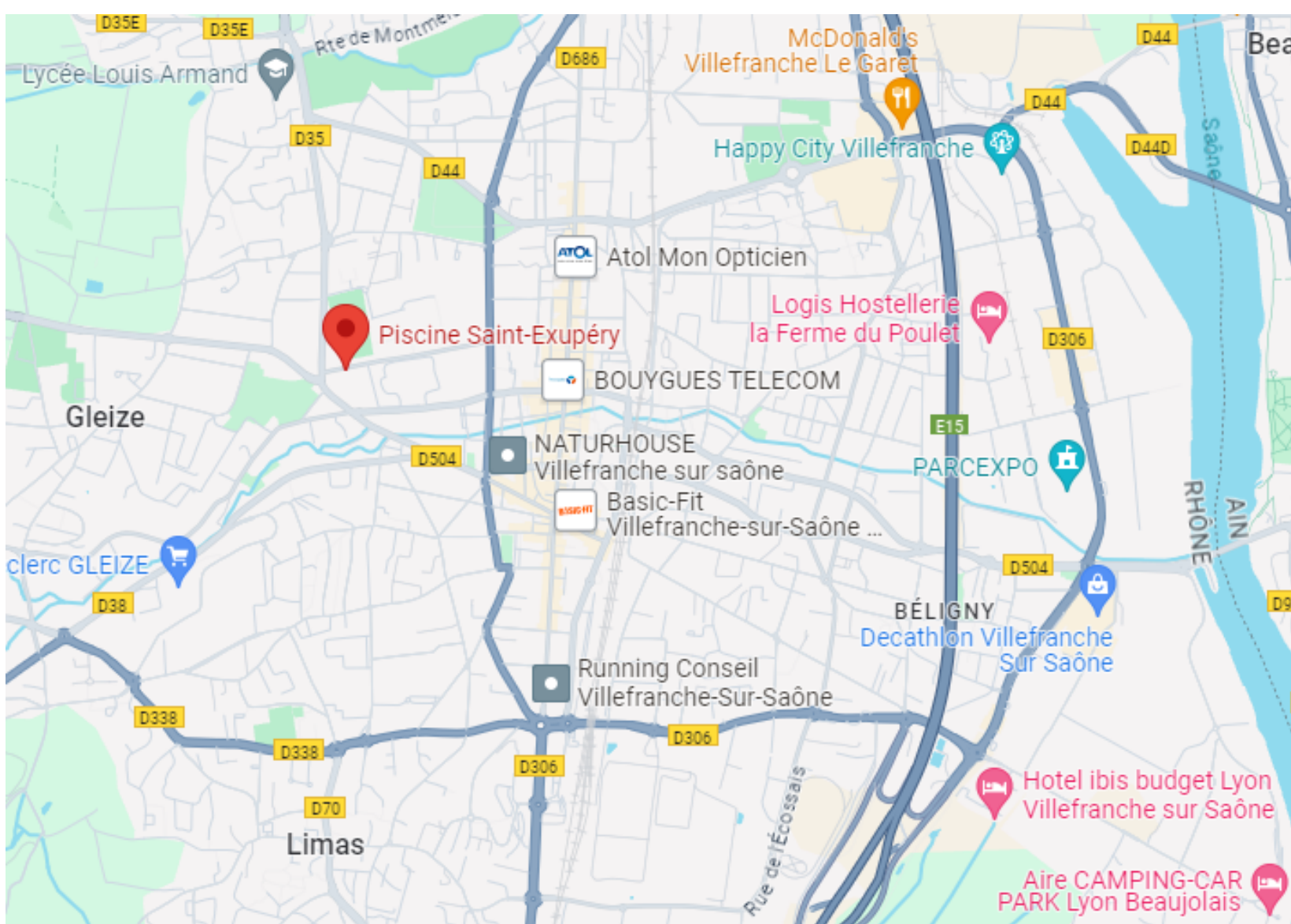
27/04 JA: Jade CADIÈRE VA: Valériane JANNET.  
28/04 JA: Valériane JANNET VA: Jade CADIÈRE

# LOCALISATION

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE



**Piscine Saint Exupéry**  
**534, avenue Saint**  
**Exupéry**  
**69400 Villefranche sur**  
**Saône**



# REPAS

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE

- Snacking sur place : sandwiches, gâteaux, chips, boissons, cafés, ...
- Repas chauds uniquement sur commande proposés au tarif de **11 €**.

Renseignements et commandes avant le **20/04/2024** à  
[nvb.natartistique@gmail.com](mailto:nvb.natartistique@gmail.com)

**Repas chauds:**  
**11€**

**Entrée:** crudités

**Plat chaud:**  
A base de féculents et de  
viande.

**Dessert:** Tarte ou crème

# RESPECT DES LIEUX

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE



ATTENTION- Accès libre à la piscine et aux gradins-  
Chaussures interdites dans les gradins.  
Nourriture et boissons interdites dans les gradins.



Nous demandons à tous les entraîneurs et responsables de club de bien vouloir respecter les différentes zones mises à disposition pour les athlètes:

- Zone de déchaussage.
- Zone réservée pour les repas.
- Coin gélatine.

Des casiers à code sont disponibles dans tous les vestiaires.

Ainsi que vérifier à la fin de la compétition que tous les vestiaires soient propres, des poubelles seront mises à votre disposition dans toute la zone des vestiaires ainsi que dans les gradins.

Merci d'avance.

## CONTACT

Commission natation  
artistique du NVB.

[nvb.natartistique@gmail.com](mailto:nvb.natartistique@gmail.com)

# RÈGLEMENT

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE

## LA CATÉGORIE AVENIR

En raison des nouveaux règlements World Aquatics, les règlements FFN pourront faire l'objet de quelques ajustements à l'issue des Championnats de France d'hiver 2023.

### LE PUBLIC CONCERNÉ

12 ans et moins (2012 et après).

### COMPÉTITIONS

- ⇒ Championnat Régional Avenir
- ⇒ Championnat National 2 Avenir
- ⇒ Championnat de France Été Avenir

### CONDITIONS D'ACCÈS

- Pour les 2015 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 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

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.
- Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées en catégorie Avenir. Les degrés de difficultés des autres acrobaties sont limités. (cf Règles Générales page suivante).

### CLASSEMENTS ET PODIUMS

- 50% Figures imposées + 50% Épreuves libres
- Solos : un podium est organisé pour chaque année d'âge (2012, 2013 et 2014).
- 100% Figures imposées : un podium général est organisé et un titre en figures imposées Avenir est attribué.
- Un deuxième podium est organisé pour les nageuses/nageurs plus jeunes (né(e)s en 2014 et après).
- 100% ballets acrobatiques



# RÈGLEMENT

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE

## LA CATÉGORIE AVENIR

### RÈGLES GÉNÉRALES

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

- Le solo libre comporte cinq (5) hybrides libres.

La qualification dans l'épreuve solo libre est nominative et sans remplaçant(e). Cette épreuve est réservée aux nageuses Avenirs de 2012, 2013 et 2014.

- Le duo libre comporte cinq (5) hybrides libres et une (1) acrobatie à deux.

- Le duo mixte libre comporte cinq (5) hybrides libres (dont 1 en connexion au minimum), une (1) acrobatie à deux et deux (2) mouvements de surface connectés en déplacement.

Pour les épreuves collectives, les acrobaties ne peuvent pas avoir un degré de difficulté (DD) supérieur aux suivants :

- pour le groupe A : 2.65
- pour le groupe B : 2.6
- pour le groupe P : 2.5.

**Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées.**

L'équipe libre comporte six (6) hybrides libres et trois (3) acrobaties d'équipe. Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées.

Le ballet acrobatique comporte quatre (4) acrobaties d'équipe (une (1) de chaque groupe = 3 + une (1) au choix), les hybrides et transitions sont libres mais aucune difficulté attribuée. Les acrobaties du groupe C ne sont pas autorisées.

Les équipes libres et les ballets acrobatiques ont un effectif de quatre (4) à huit (8) 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) ; pour trois (3), deux (2) doivent être nagées à huit (8), etc.

**Définition de l'acrobatie d'équipe :** « Un mouvement acrobatique d'équipe est considéré comme un Élément, à partir de 4 athlètes et plus (par exemple : 3 athlètes de base + 1 athlète porté; ou 2 athlètes de base + 1 athlète pilier qui pousse 1 autre athlète). Elle doit commencer et finir dans l'eau! Toutes les autres actions sont considérées comme une acrobatie à deux ou aide en équipe par deux. »





# RÈGLEMENT

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE

## CHAMPIONNAT RÉGIONAL AVENIR

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.

### ÉPREUVES

#### FIGURES IMPOSÉES

##### FIGURES OBLIGATOIRES

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

##### GROUPE OPTIONNEL 1

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

SOLOS LIBRES

DUOS LIBRES

DUOS LIBRES  
MIXTES

EQUIPES LIBRES

BALLETS ACROBATIQUES

## ACCÈS AU CHAMPIONNAT NATIONAL 2 AVENIR

SOLOS LIBRES 2014

- si 54 points en imposées

SOLOS LIBRES 2013

- si 55 points en imposées

SOLOS LIBRES 2012

- si 56 points en imposées

DUOS LIBRES

- si 57 points en imposées

DUOS LIBRES MIXTES

- si 55 points en imposées

ÉQUIPES LIBRES

- si 55 points en imposées

BALLETS ACROBATIQUES

- si participation en ballet acrobatique



# RÈGLEMENT

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE

## LA CATÉGORIE JEUNE

En raison des nouveaux règlements World Aquatics, les règlements FFN pourront faire l'objet de quelques ajustements à l'issue des Championnats de France d'hiver 2023.

LE PUBLIC CONCERNÉ	
Filles : 12, 13, 14, 15 ans (2012, 2011, 2010 et 2009) Garçons : 12, 13, 14, 15, 16 ans (2012, 2011, 2010, 2009 et 2008)	
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	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Avoir validé le niveau Synchro d'Argent</li><li>• Avoir obtenu les points requis en <b>figures imposées</b> pour accéder au Championnat N2 et avoir obtenu les places et les points requis en <b>figures imposées</b> pour accéder au Championnat de France en solos, duos et équipes.</li><li>• 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.</li></ul>	
ÉPREUVES	
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)
<i>Les ballets libres et les ballets acrobatiques ont un effectif de quatre (4) à huit (8) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçant(e)s.</i>	
COMBINÉS	
3'00 (+ ou - 05 sec)	
<i>Les ballets combinés ont un effectif de quatre (4) à dix (10) nageuses/nageurs et deux (2) remplaçant(e)s.</i>	
<i>Les degrés de difficultés des acrobaties sont limités. (cf Règles Générales page suivante).</i>	
CLASSEMENTS ET PODIUMS	
<ul style="list-style-type: none"><li>• 50% Figures imposées + 50% Épreuves libres</li><li>• Solos libres : au championnat de France N1 Jeune, <b>1 place supplémentaire</b> est attribuée à chaque IR, réservée aux nageuses/nageurs né(e)s <b>en 2011</b>. Un podium est organisé.</li><li>• 100% Figures imposées : un podium général est organisé et un titre en figures imposées Jeune est attribué.</li><li>• Un deuxième podium est organisé pour les nageuses/nageurs plus jeunes (né(e)s en 2012 et 2011).</li><li>• 100% ballets combinés et ballets acrobatiques</li></ul>	
<i>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).</i>	



# RÈGLEMENT

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE

## LA CATÉGORIE JEUNE

### RÈGLES GÉNÉRALES

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

• Le solo libre comporte six (6) hybrides libres.

La qualification dans l'épreuve solo libre est nominative et sans remplaçant(e).

• Le duo libre comporte six (6) hybrides libres et une (1) acrobatie à deux.

• Le duo mixte libre comporte cinq (5) hybrides libres (dont 1 en connexion au minimum), deux (2) acrobaties à deux et deux (2) mouvements de surface connectés en déplacement.

Pour les épreuves collectives, les acrobaties ne peuvent pas avoir un degré de difficulté (DD) supérieur aux suivants :

- pour le groupe A : 2.65
- pour le groupe B : 2.6
- pour le groupe C : 2.45
- pour le groupe P : 2.5.

• L'équipe libre comporte six (6) hybrides libres (dont une (1) poussée « barracuda » (T1-T9) et une (1) vrille descendante de 720° avec une ou deux jambes (R3) synchronisées par toute l'équipe), trois (3) acrobaties d'équipe.

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

• Le ballet acrobatique comporte cinq (5) acrobaties d'équipe (une (1) de chaque groupe = 4 + une (1) au choix), les hybrides et transitions sont libres mais aucune difficulté attribuée.

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

• Le ballet combiné comporte au moins deux (2) parties avec moins de trois (3) concurrents, au moins deux (2) parties avec tous les concurrents, quatre (4) acrobaties d'équipe, une (1) hybride en solo, une (1) hybride en duo, trois (3) hybrides en équipe (avec 4 athlètes minimum). Les transitions sont libres.

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) ; pour trois (3), deux (2) doivent être nagées à huit (8), etc.

ATTENTION UNE NAGEUSE OU UN NAGEUR NE PEUT PAS ÊTRE ENGAGÉ DANS L'ÉPREUVE DU BALLETT ACROBATIQUE ET DU BALLETT COMBINÉ SUR UN MEME NIVEAU DE COMPÉTITION

**Définition de l'acrobatie d'équipe :** « Un mouvement acrobatique d'équipe est considéré comme un Élément, à partir de 4 athlètes et plus (par exemple : 3 athlètes de base + 1 athlète porté; ou 2 athlètes de base + 1 athlète pilier qui pousse 1 autre athlète). Elle doit commencer et finir dans l'eau! Toutes les autres actions sont considérées comme une acrobatie à deux ou aide en équipe par deux. »



# RÈGLEMENT

PISCINE SAINT EXUPÉRY VILLEFRANCHE SUR SAÔNE

## CHAMPIONNAT RÉGIONAL JEUNE

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.

### ÉPREUVES

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

GROUPE 1		GROUPE 2		GROUPE 5	
1. Flamenco jambe plié, tour vrillé (140G)		1. Barracuda grand écart aérien, vrille ascendante 180° (308h)		1. Rio ballet leg tendu (144)	
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 2011	• si 58 points en imposées
SOLOS LIBRES 2010 et avant	• si 60 points en imposées
DUOS LIBRES	• si 59 points en imposées
DUOS LIBRES MIXTES	• si 57 points en imposées
ÉQUIPES LIBRES	• si 57 points en imposées
BALLETS ACROBATIQUES	• si participation en ballet acrobatique
BALLETS COMBINÉS	• si participation en ballet combiné

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.

