MAJ le 12 octobre 2026

Programme Sportif Natation Course

Trimestre 4

Septembre 2026 à décembre 2026

Ligue Auvergne Rhône-Alpes de Natation

Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de natation – 20 avenue des frères Montgolfier – 69 680 CHASSIEU
secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr http://auvergnerhonealpes-natation.fr Tél : 04 78 83 13 99 - 07 86 46 56 55

Préambule

La Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de Natation Course aborde ce 4ème trimestre 2026 forte d'une saison de progression et de rayonnement. Fidèle à sa vision, la Ligue continue d'accompagner ses clubs, ses entraîneurs et ses nageurs avec ambition et détermination, afin de maintenir l'excellence et de préparer l'avenir.

La saison 2026 a confirmé la vitalité de la natation course sur notre territoire. Le parcours Ligue a réuni 1 435 nageurs cumulés sur les meetings Jaune et Vert, et le Meeting Vert de Saint-Étienne, compétition de référence, a rassemblé 505 nageurs issus de 69 clubs. Depuis 2022, la participation aux meetings de Ligue a presque doublé (+95,9 %), et les championnats de Ligue ont maintenu un haut niveau de fréquentation malgré le durcissement de leur grille de qualification.

Cette vitalité se traduit au plus haut niveau. Aux Championnats de France U18 à Chalon-sur-Saône, la délégation AuRA a compté 94 nageurs de 30 clubs (+20,5 % de nageurs et +25 % de clubs par rapport à 2025), pour 107 finales, 21 podiums et 7 titres nationaux. Aux Championnats de France Élite, accueillis à Saint-Étienne grâce à la mobilisation des collectivités, des clubs, des officiels et de plus de 250 bénévoles, nos 85 nageurs ont disputé 116 finales et remporté 10 médailles, dont 5 titres. Au total, 17 nageurs de la Ligue ont été sélectionnés en Équipe de France, des collectifs Relève jusqu'aux Championnats d'Europe Élite. Ces performances sont le fruit d'un travail collectif : celui des nageurs, des clubs, des entraîneurs, des dirigeants, des officiels, des bénévoles et des techniciens de la Ligue à travers l'Équipe Technique Ligue.

La saison 2026 s'est inscrite dans la continuité des réformes engagées depuis 2022, avec une volonté claire : renforcer la structuration technique, soutenir la formation et offrir à nos jeunes talents les meilleures conditions pour s'exprimer. Le suivi conjoint avec la FFN des 5 Centres d'Accession et de Formation, les formations proposées aux CAF sur la prévention du dopage et les spécificités féminines, la mise en place des regroupements U13 par les Équipes Techniques Départementales, ou encore l'accueil de 44 jeunes U12-U13 des 11 comités départementaux lors des France Élite, en sont des illustrations concrètes.

Ce 4ème trimestre sera tourné vers la consolidation et la construction de la saison à venir : réévaluation des grilles de qualification des Meetings Ligue Jaune et Vert, enrichissement de l'offre de compétitions et lancement du catalogue de formations continues destiné à l'ensemble des entraîneurs de la Ligue, piloté par Kahina Lounes. Nous poursuivrons également le travail engagé autour de la cohésion de l'Équipe Technique Ligue, en étroite collaboration entre élus et techniciens.

Le programme sportif de la saison 2027 sera publié courant novembre, dans l'attente de la publication et d'éventuelles modifications du programme fédéral. Le calendrier des compétitions Ligue 2027 est mis à jour régulièrement sur le site de la Ligue.

Evolutions (nombre de nageurs et d'engagements moyen sur les saisons)

2022 :
- Meetings Ligue « Jaune et Vert » : 244 nageurs / 1172 engagements
- Championnats de Ligue : **296 nageurs** / 1085 engagements

2023 :
- Meetings Ligue « Jaune et Vert » : 277 nageurs / 1327 engagements
- Championnats de Ligue : **345 nageurs** / 1505 engagements

2024 :
- Meetings Ligue « Jaune et Vert » : 308 nageurs / 1502 engagements
- Championnats de Ligue : **383 nageurs** / 1687 engagements

2025 :
- Meetings Ligue « Jaune et Vert » : 360 nageurs / 1532 engagements
- Championnats de Ligue : **416 nageurs** / 1710 engagements

2026 :
- Meetings Ligue « Jaune et Vert » : 478 nageurs / 2039 engagements
- Championnats de Ligue : **406 nageurs** / 1677 engagements ➡

Meetings Ligue 2022 à 2026 :

+ 95,9 % (participants)

+ 74,00 % (engagements)

Chpts de Ligue 2022 à 2026 :

+ 37,2 % (participants)

+ 54,56 % (engagements)

⚠ Durcissement de la grille Championnats de Ligue en 2026

Calendrier T4 2026

Période 3 T4 : Septembre à Décembre 2026						
Intitulé de la compétition		**Bassin**	**Lieux**	**Dates**	**Organisations**	**Modalités**
T4- Septembre à Décembre 2026						
	Séminaire des entraîneurs AuRA		Siège de la Ligue à Chassieu	19-sept-26		
	Assemblée Générale Ligue AuRA		Belleville en Beaujolais	17-oct-26		
	Championnats de France Elite TC	25m	Angers	29 octobre au 1er novembre 2026	FFN	Sur Ranking (voir AR FFN)
	Finale Interclubs Ligue AuRA TC 2026	25m	Villefranche en Beaujolais	**07-nov-26**	Ligue AuRA	Ranking FFN Interclubs 2025
	Championnats Ligue AURA Hiver (25m) U14 et +	25m	Romans-sur-Isère	**27 au 29 novembre 2026**	Ligue AuRA	Grille Championnats Ligue U14 et +
	Championnats de France U18	25m	Massy	8 au 12 décembre 2026	FFN	Sur Ranking (voir AR FFN)
	Championnats de France U13	25m	Cholet	17 au 19 décembre 2026	FFN	Sur Ranking et temps de qualification (voir AR FFN)
	Finale Coupe de France des Départements	25m	Cholet	20 au 21 décembre 2026	FFN	Sur Ranking (voir AR FFN)

Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de natation – 20 avenue des frères Montgolfier – 69 680 CHASSIEU
secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr http://auvergnerhonealpes-natation.fr **Tél : 04 78 83 13 99 - 07 86 46 56 55**

Rappel : Procédure d'engagement aux compétitions de la Ligue AuRA

Nous vous remercions de prendre connaissance de la procédure d'inscription aux compétitions organisées par la Ligue.

Les engagements sont ouverts **15 jours avant chaque compétition**. Ce délai permet aux entraîneurs d'inscrire leurs nageurs et d'apporter, si nécessaire, les modifications utiles dans de bonnes conditions.

Aucune demande d'engagement transmise en dehors de cette période ne pourra être acceptée. En effet, chaque ajout tardif impose de reconstruire l'ensemble du programme des épreuves (séries, horaires, jury), ce qui pénalise l'organisation et l'ensemble des clubs participants.

Nous remercions les clubs et les entraîneurs pour leur compréhension et leur vigilance lors de la saisie des engagements.

Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de natation – 20 avenue des frères Montgolfier – 69 680 CHASSIEU
secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr http://auvergnerhonealpes-natation.fr Tél : 04 78 83 13 99 - 07 86 46 56 55



Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de natation – 20 avenue des frères Montgolfier – 69 680 CHASSIEU
secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr http://auvergnerhonealpes-natation.fr Tél : 04 78 83 13 99 - 07 86 46 56 55

Samedi 7 Novembre 2026

2 réunions

Bassin de 25m : 8 couloirs

Chronométrage Électronique

Finale Interclubs TC Ligue AURA

Lieu : Villefranche/Beaujolais

Centre Nautique Saint Exupéry
535 Avenue Saint Exupéry
69400 Villefranche

Toutes Catégories d'âges confondues dames et messieurs. Compétition par équipes de clubs de 10 nageurs du même genre

Objectif : toute la natation sur le pont ! L'occasion pour les meilleures équipes de la Ligue de se confronter. Une occasion unique dans la saison pour les plus « Jeunes » de côtoyer les plus grands dans une ambiance conviviale.

Ouverture des Engagements : Mardi 20 octobre 2026
Clôture des Engagements : Mardi 3 novembre 2026 à 23h59

Envoi Serveur : J (dernier jour de compétition)
Publication Web : J+1

Tarifs : 60€ par équipe

Temps d'engagements : Performances N-1 et saison en cours.

Contenu du programme :

Épreuves individuelles (10 en dames et 10 en messieurs)
- 100 nage libre, 400 nage libre, 100 dos, 200 dos, 100 brasse, 200 brasse, 100 papillon, 200 papillon, 100 4 nages, 200 4 nages.
Classement au temps.

Épreuves de relais (3 en dames et 3 en messieurs)
- 4 x 100 4 nages, 10 x 50 nage libre, 4 x 200 nage libre.
Classement au temps.

NB : S'agissant d'une compétition par équipes, la règle des deux départs s'applique, conformément aux dispositions particulières de la FFN pour l'application des Règlements techniques de la WORLD AQUATICS (ex : FINA)

Le jury est constitué par la ligue organisatrice selon les règles FFN. Le ou les juges-arbitres devront figurer sur les listes des officiels validés pour la saison en cours.

Les clubs ont l'obligation de fournir au moins 1 officiel par équipe engagée sous peine d'application de la pénalité de 60€ par réunion et officiel manquant.

Dispositions particulières concernant les conditions de participation

Après concertation et avis du référent de la commission Natation Course et du directeur sportif, la ligue AuRA informe les clubs qu'elle adopte dès les interclubs de ligue du 11 novembre 2023, les dispositions particulières reprises dans l'Annuel Règlement Natation Course FFN de la saison 2026 (pages 88 à 93) ci-dessous en caractères de couleur bleue.

Constitution des poules de Ligues et/ou départementales

Chaque Ligue est souveraine et indépendante pour prédéfinir les poules sur son territoire :

• Organisation géographique.

• Organisation par niveau selon la cotation des équipes de l'année N-1.

• Tout autre format.

En langage plus "explicite" : "***la meilleure équipe d'un club, qualifiée aux interclubs de la ligue AuRA, qui ne participe pas à ceux-ci et qui participe aux interclubs départementaux sera déclassée avec 0 point.***

À titre dérogatoire, et sous réserve de certaines conditions, la ligue AuRA ***autorisera sur demande****, certaines équipes qualifiées pour la finale Interclubs ligue à prendre part aux poules départementales des interclubs.*

Sportivement,

Jean-Luc Manaudou

Règlement des Interclubs TC

(CF. Annuel Règlement Natation Course 2026)

https://www.ffnatation.fr/sites/default/files/2026-09/26_VPUB_260907_0.pdf

EQUIPES QUALIFIEES

Classement Saison 2025 des Interclubs TC Dames

Liste des équipes qualifiées pour la Finale Ligue AuRA 2026

https://ffn.extranat.fr/webffn/nat_classements.php?idact=nat&go=itk&idsai=2025&idzon=dep|3004

	Clt	Clubs	Points	Équipe
DAMES	1	GRENOBLE ALP'38	16 156	1
	2	STADE OLYMPIQUE CHAMBERY	15 273	1
	3	DAUPHINS D'ANNECY	14 813	1
	4	ASM CHAMALIERES NATATION	14 758	1
	5	SAINT-ETIENNE AQUATIC METROPOLE	14 487	1
	6	VILLEURBANNE NATATION	14 393	1
	7	LYON NATATION METROPOLE	13 779	1
	8	STADE CLERMONT NATATION	13 558	1
	9	CHASSIEU NATATION	13 368	1
	10	NAT VILLEFRANCHE EN BEAUJOLAIS	13 137	1
	11	STADE OLYMPIQUE CHAMBERY	13 052	2
	12	ASPTT CLERMONT-FERRAND	12 982	1
	13	US ST-EGREVE	12 685	1
	14	MONTELIMAR NAUTIC CLUB	12 631	1
	15	RC BRON DECINES NATATION	12 483	1
	16	TRITON CLUB BELLEVILLE	12 275	1

Classement Saison 2025 des Interclubs TC Messieurs

Liste des équipes qualifiées pour la Finale Ligue AuRA 2026

https://ffn.extranat.fr/webffn/nat_classements.php?idact=nat&go=itk&idzon=dep|3004&idsai=2025&iddiv=&idsex=1

	Clt	Clubs	Points	Équipe
MESSIEURS	1	GRENOBLE ALP'38	16 444	1
	2	LYON NATATION METROPOLE	15 845	1
	3	ASM CHAMALIERES NATATION	15 724	1
	4	DAUPHINS D'ANNECY	15 176	1
	5	VILLEURBANNE NATATION	14 772	1
	6	SAINT-ETIENNE AQUATIC METROPOLE	14 647	1
	7	STADE CLERMONT NATATION	14 500	1
	8	NAT VILLEFRANCHE EN BEAUJOLAIS	14 354	1
	9	LYON NATATION METROPOLE	14 088	2
	10	STADE OLYMPIQUE CHAMBERY	13 936	1
	11	MONTELIMAR NAUTIC CLUB	13 914	1
	12	RC BRON DECINES NATATION	13 845	1
	13	VILLEURBANNE NATATION	13 628	2
	14	CHASSIEU NATATION	13 621	1
	15	SAINT-ETIENNE AQUATIC METROPOLE	13 443	2

Programme de la Finale Interclubs TC 2026
Ligue AURA

Horaires à titre indicatif

Samedi 7 Novembre 2026	
1ère réunion	**2ème réunion**
Ouverture des portes 8h30 début des épreuves 10h	**Ouverture des portes 14h fin de l'échauffement 15h30** **15h30-16h : Défilé-Présentation** **16h : début de la compétition**
1-10x50m NL Dames	14-4x200m Nage Libre Messieurs
2-10x50m NL Messieurs	15-200m Dos Dames
3-100m Dos Dames	16-100m Dos Messieurs
4-200m Dos Messieurs	17-200m Brasse Dames
5-100m Brasse Dames	18-100m Brasse Messieurs
6-200m Brasse Messieurs	19-400m Nage Libre Dames
7-100m Nage Libre Dames	20-100m Nage Libre Messieurs
8-400m Nage Libre Messieurs	21-200m Papillon Dames
9-100m Papillon Dames	22-100m Papillon Messieurs
10-200m Papillon Messieurs	23-200m 4 nages Dames
11-100m 4 nages Dames	24-100m 4 nages Messieurs
12-200m 4 nages Messieurs	**Pause de 15 minutes**
Pause de 15 minutes	25-4x100m 4 nages Dames
13-4x200m Nage Libre Dames	26-4x100m 4nages Messieurs

Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de natation – 20 avenue des frères Montgolfier – 69 680 CHASSIEU
secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr http://auvergnerhonealpes-natation.fr **Tél : 04 78 83 13 99 - 07 86 46 56 55**



Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de natation – 20 avenue des frères Montgolfier – 69 680 CHASSIEU
secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr http://auvergnerhonealpes-natation.fr Tél : 04 78 83 13 99 - 07 86 46 56 55

Les Grilles de Temps de Qualifications
Championnats de Ligue AuRA U14 et + (25m)

À l'instar des compétitions précédentes auxquelles il était possible de se qualifier aussi bien en bassin de 50m qu'en bassin de 25 par le biais d'une grille de conversion, une grille en bassin de 25m permettra aux nageurs qui ne se seraient pas qualifiés depuis le 1er Janvier 2026 de réaliser les standards sur les compétitions petit bain qui arrivent ; d'autres pourront rajouter des courses.

La période retenue pour l'accession aux Championnats de Ligue (25m) correspond à la saison en cours, du 1er janvier 2026 jusqu'à la date butoir des engagements, sous réserve que les performances soient enregistrées dans la base ExtraNat de la Fédération.

Conformément aux réformes de la saison 2026, les nageuses et nageurs de 13 ans qualifiés sur la grille bleue (25 m) U14 pourront prendre part aux Championnats de Ligue 25m.

Suppression épreuves complémentaires

Au regard de la progression continue du nombre de nageuses et nageurs qualifiés sur les compétitions Ligue, et malgré le durcissement de la grille bleue intervenu en 2026, le nombre de participants attendu aux Championnats de Ligue AuRA 25 m de Romans-sur-Isère devrait être particulièrement élevé.

Afin de respecter le cadre fixé par la FMI et, surtout, de maîtriser la durée des réunions pour garantir aux nageuses et nageurs les meilleures conditions de performance et de récupération, **aucune épreuve complémentaire ne pourra être ajoutée lors de cette compétition.**

Seuls les engagements sur les épreuves pour lesquelles la nageuse ou le nageur a réalisé le temps de qualification de la grille seront acceptés.

Nous remercions les clubs et les entraîneurs de leur compréhension et de leur vigilance lors de la saisie des engagements

« Finalité Ligue »U14 et +

27 novembre au 29 novembre 2026 6 réunions Bassin de 25m : 8 couloirs Chronométrage Électronique	**Championnats Hiver Ligue AURA (25m) U14 et +**	Lieu : Romans sur Isère Piscine Serge BUTTET Rue Alfred de Musset, 26100 Romans-sur-Isère

Filles - Garçons U14 ans et +

Exemple : un nageur de 13 ans qui a réalisé les temps de la grille U14 peut s'engager

Ouverture des Engagements : **Mardi 10 novembre 2026**
Clôture des Engagements : **Mardi 24 novembre à 23h59**
Tarifs : 5€ par engagement

Envoi Serveur : J (dernier jour de compétition)
Publication Web : J+1

Règlement

Mode de Qualification et Organisation :
Cette compétition est strictement limitée à la participation des nageurs licenciés à la FFN.
Avoir réalisé sur la période du 1er Janvier 2026 à la date de clôture des engagements, le temps de la « Grille Championnats de Ligue U14 et + » en bassin de 50m ou en bassin de 25m convertie, figurant dans la base fédérale et proposée sur l'espace ExtraNat dans les courses auxquelles le nageur souhaite s'engager. Le nombre d'épreuves n'est pas limité. **Aucune épreuve complémentaire ne pourra être rajoutée.** *Pour les 800m/1500m : avoir réalisé un temps sur la base Extranat saison en cours (à partir du 1er Janvier 2026). Série lente le matin et série rapide le soir.

Les Séries seront nagées en toutes Catégories.
50m : Dames et Messieurs : (Finale A U15) – (Finales B-A U16 et +)
100m/200m : Dames et Messieurs : (Finale A U15) – (Finales B-A U16 et +)
400m NL : Dames et Messieurs : (Finale A U15) – (Finales B-A U16 et +)
400m 4n/200m Papillon : Dames et Messieurs : Finales A-B TC
800m et 1500m NL : Limités à 2 séries (Engagements au Ranking). Série rapide l'après-midi. Classement au Temps

* La Ligue se réserve le droit de modifier le nombre de finales en fonction du nombre de nageurs engagés afin de respecter les principes d'émulation et de confrontation.

Engagements :
A saisir obligatoirement et uniquement sur l'application ExtraNat avant le mardi 24 novembre 23h59.
Le règlement financier des engagements doit être fait en priorité par CB. 5€/engagement individuel et devra parvenir à la Ligue, dans la période d'ouverture des engagements. En cas de paiement par virement, indiquer le nom du club (en entier) et de la compétition.

Forfaits :
Il est précisé qu'un forfait dans une épreuve n'entraîne plus un forfait général pour les autres épreuves de la même réunion.

Officiels :
Les clubs engagés doivent fournir un officiel pour trois nageurs engagés par réunion et deux officiels pour quinze nageurs engagés par réunion. Pour être listé sur la feuille de Jury, les officiels doivent être présents lors des essais chronos. **Pénalité 60€ par officiel manquant par réunion**. Nous rappelons que l'inscription des officiels stagiaires doit être signalée par mail au secrétariat de la Ligue au plus tard à la clôture des engagements.

Récompenses : médaille aux trois premiers U15 et aux trois premiers U16 et +. Pour recevoir leur médaille, les nageurs doivent être présents à la cérémonie protocolaire en tenue correcte (Tee-shirt club…)

Programme Championnats de Ligue AURA
Catégories « U14 + » Hiver 2026 (25m)

Les horaires sont donnés à titre indicatif. L'organisateur se réserve le droit de modifier les horaires en fonction du nombre d'engagements

Vendredi 27 novembre 2026	
1ère réunion	2ème réunion
Ouverture des portes 7h30 début des épreuves 9h00	Ouverture des portes 14h45 début des épreuves 16h00
200m NL Dames Séries	200m NL Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
200m NL Messieurs Séries	200m NL Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
100m Brasse Dames Séries	100m Brasse Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
100m Brasse Messieurs Séries	100m Brasse Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
50m Dos Dames Séries	50m Dos Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
50m Dos Messieurs Séries	50m Dos Messieurs Finale A U15 Finales B-A U16 et +
1500m NL Dames (1ère Série)	1500m NL Dames (2ème Série-Rapide TC)
1500m NL Messieurs (1ère Série)	1500m NL Messieurs (2ème Série-Rapide TC)
200m Papillon Dames Séries	200m Papillon Dames : Finales A-B TC
200m Papillon Messieurs Séries	200m Papillon Messieurs : Finales A-B TC
	*Attention Voir règlement des Finales

Samedi 28 novembre 2026	
3ème réunion	4ème réunion
Ouverture des portes 7h30 début des épreuves 9h00	Ouverture des portes 14h45 début des épreuves 16h00
100m Papillon Dames Séries	100m Papillon Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
100m Papillon Messieurs Séries	100m Papillon Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
50m Brasse Dames Séries	50m Brasse Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
50m Brasse Messieurs Séries	50m Brasse Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
200m Dos Dames Séries	200m Dos Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
200m Dos Messieurs Séries	200m Dos Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
400m NL Dames Séries	400m NL Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
400m NL Messieurs Séries	400m NL Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
50m NL Dames Séries	50m NL Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
50m NL Messieurs Séries	50m NL Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
200m 4N Dames Séries	200m 4N Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
200m 4N Messieurs Séries	200m 4N Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
	*Attention Voir règlement des Finales

Dimanche 29 novembre 2026	
5ème réunion	6ème réunion
Ouverture des portes 7h30 début des épreuves 9h00	Ouverture des portes 14h45 début des épreuves 16h00
800m NL Dames (1ère Série TC)	800m NL Dames (2ème Série-Rapide TC)
800m NL Messieurs (1ère Série TC)	800m NL Messieurs (2ème Série-Rapide TC)
50m Papillon Dames Séries	50m Papillon Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
50m Papillon Messieurs Séries	50m Papillon Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
100m Dos Dames Séries	100m Dos Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
100m Dos Messieurs Séries	100m Dos Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
200m Brasse Dames Séries	200m Brasse Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
200m Brasse Messieurs Séries	200m Brasse Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
100m NL Dames Séries	400m 4N Dames : Finales A-B TC
100m NL Messieurs Séries	400m 4N Messieurs : Finales A-B TC
400m 4N Dames Séries	100m NL Dames : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
400m 4N Messieurs Séries	100m NL Messieurs : Finale A U15 Finales B-A U16 et +
	*Attention Voir règlement des Finales

Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de natation – 20 avenue des frères Montgolfier – 69 680 CHASSIEU
secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr http://auvergnerhonealpes-natation.fr **Tél : 04 78 83 13 99 - 07 86 46 56 55**

Grilles de Qualifications Championnats de Ligue

U14 et + Hiver 2026 (25m)

Grille Championnats de Ligue U14 et +

Temps en bassin de 50m

DAMES	Seniors et +	U18	U17	U16	U15	U14
	2007 et -	2008	2009	2010	2011	2012
	19 ans et +	18 ans	17 ans	16 ans	15 ans	14 ans
50 m NL	00:29,00	00:29,15	00:29,42	00:29,93	00:29,98	00:30,75
100 m NL	01:02,21	01:02,53	01:03,13	01:04,19	01:04,59	01:06,11
200 m NL	02:15,86	02:16,55	02:17,83	02:20,28	02:21,08	02:24,51
400 m NL	04:45,35	04:46,80	04:48,74	04:53,85	04:56,06	05:02,94
800 m NL	09:59,00	09:59,00	09:59,00	10:04,00	10:10,00	10:25,00
1500 m NL	19:05,00	19:05,00	19:05,00	19:15,00	19:30,00	20:05,00
50 m Dos	00:33,05	00:33,21	00:33,51	00:34,07	00:34,33	00:35,17
100 m Dos	01:11,11	01:11,47	01:12,05	01:13,34	01:13,93	01:16,49
200 m Dos	02:33,30	02:33,99	02:35,31	02:37,77	02:38,96	02:47,03
50 m Brasse	00:36,53	00:36,72	00:37,01	00:37,62	00:37,93	00:38,82
100 m Brasse	01:20,49	01:20,91	01:21,70	01:22,94	01:23,41	01:25,45
200 m Brasse	02:53,00	02:53,88	02:55,29	02:58,23	02:59,20	03:04,78
50 m Papillon	00:30,74	00:30,90	00:31,16	00:31,69	00:31,92	00:32,67
100 m Papillon	01:09,75	01:10,11	01:10,76	01:11,95	01:12,52	01:14,61
200 m Papillon	02:36,32	02:37,26	02:38,17	02:41,47	02:42,80	02:50,27
200 m 4 Nages	02:35,12	02:35,91	02:37,47	02:39,97	02:41,29	02:44,74
400 m 4 Nages	05:28,75	05:30,44	05:33,01	05:38,69	05:40,54	05:49,29

Temps convertis en Bassin de 25m

DAMES	Seniors et +	U18	U17	U16	U15	U14
	2007 et -	2008	2009	2010	2011	2012
	19 ans et +	18 ans	17 ans	16 ans	15 ans	14 ans
50 m NL	00:28,30	00:28,45	00:28,72	00:29,23	00:29,28	00:30,05
100 m NL	01:01,01	01:01,33	01:01,93	01:02,99	01:03,39	01:04,91
200 m NL	02:12,96	02:13,65	02:14,93	02:17,38	02:18,18	02:21,61
400 m NL	04:39,15	04:40,60	04:42,54	04:47,65	04:49,86	04:56,74
800 m NL	09:46,10	09:46,10	09:46,10	09:51,10	09:57,10	10:12,10
1500 m NL	18:40,50	18:40,50	18:40,50	18:50,50	19:05,50	19:40,50
50 m Dos	00:31,75	00:31,91	00:32,21	00:32,77	00:33,03	00:33,87
100 m Dos	01:08,81	01:09,17	01:09,75	01:11,04	01:11,63	01:14,19
200 m Dos	02:27,90	02:28,59	02:29,91	02:32,37	02:33,56	02:41,63
50 m Brasse	00:35,83	00:36,02	00:36,31	00:36,92	00:37,23	00:38,12
100 m Brasse	01:18,59	01:19,01	01:19,80	01:21,04	01:21,51	01:23,55
200 m Brasse	02:48,50	02:49,38	02:50,79	02:53,73	02:54,70	03:00,28
50 m Papillon	00:30,14	00:30,30	00:30,56	00:31,09	00:31,32	00:32,07
100 m Papillon	01:08,35	01:08,71	01:09,36	01:10,55	01:11,12	01:13,21
200 m Papillon	02:33,02	02:33,96	02:34,87	02:38,17	02:39,50	02:46,97
200 m 4 Nages	02:31,72	02:32,51	02:34,07	02:36,57	02:37,89	02:41,34
400 m 4 Nages	05:21,25	05:22,94	05:25,51	05:31,19	05:33,04	05:41,79

Grille Championnats de Ligue U14 et +

Temps en bassin de 50m

MESSIEURS	Seniors et +	U18	U17	U16	U15	U14
	2007 et -	2008	2009	2010	2011	2012
	19 ans et +	18 ans	17 ans	16 ans	15 ans	14 ans
50 m NL	00:24,77	00:25,48	00:25,91	00:26,39	00:27,17	00:28,93
100 m NL	00:54,56	00:56,12	00:56,95	00:58,03	00:59,77	01:03,62
200 m NL	02:00,47	02:03,05	02:04,91	02:07,12	02:11,09	02:20,06
400 m NL	04:18,36	04:23,30	04:27,26	04:32,71	04:41,51	04:56,81
800 m NL	08:55,00	09:10,00	09:15,00	09:25,00	09:38,00	10:16,22
1500 m NL	17:35,00	17:45,00	17:55,00	18:10,00	18:25,00	19:50,00
50 m Dos	00:29,17	00:30,10	00:30,55	00:31,15	00:32,10	00:34,64
100 m Dos	01:02,86	01:04,30	01:05,30	01:06,56	01:08,50	01:14,66
200 m Dos	02:18,42	02:21,39	02:23,29	02:26,14	02:30,50	02:41,06
50 m Brasse	00:31,57	00:32,40	00:32,96	00:33,58	00:34,60	00:37,89
100 m Brasse	01:11,26	01:12,76	01:13,85	01:15,31	01:17,76	01:23,75
200 m Brasse	02:35,07	02:38,33	02:40,35	02:43,14	02:48,63	03:01,74
50 m Papillon	00:26,58	00:27,46	00:27,91	00:28,47	00:29,34	00:31,83
100 m Papillon	00:59,66	01:01,41	01:02,39	01:03,46	01:05,59	01:13,17
200 m Papillon	02:18,34	02:21,23	02:23,44	02:26,21	02:30,37	02:44,48
200 m 4 Nages	02:17,69	02:20,51	02:22,68	02:25,49	02:29,74	02:38,67
400 m 4 Nages	04:53,68	04:59,80	05:04,20	05:07,25	05:19,15	05:41,48

Temps convertis en Bassin de 25m

MESSIEURS	Seniors et +	U18	U17	U16	U15	U14
	2007 et -	2008	2009	2010	2011	2012
	19 ans et +	18 ans	17 ans	16 ans	15 ans	14 ans
50 m NL	00:24,07	00:24,78	00:25,21	00:25,69	00:26,47	00:28,23
100 m NL	00:53,06	00:54,62	00:55,45	00:56,53	00:58,27	01:02,12
200 m NL	01:56,87	01:59,45	02:01,31	02:03,52	02:07,49	02:16,46
400 m NL	04:10,66	04:15,60	04:19,56	04:25,01	04:33,81	04:49,11
800 m NL	08:39,10	08:54,10	08:59,10	09:09,10	09:22,10	10:00,32
1500 m NL	17:04,90	17:14,90	17:24,90	17:39,90	17:54,90	19:19,90
50 m Dos	00:27,67	00:28,60	00:29,05	00:29,65	00:30,60	00:33,14
100 m Dos	00:59,86	01:01,30	01:02,30	01:03,56	01:05,50	01:11,66
200 m Dos	02:11,52	02:14,49	02:16,39	02:19,24	02:23,60	02:34,16
50 m Brasse	00:30,47	00:31,30	00:31,86	00:32,48	00:33,50	00:36,79
100 m Brasse	01:08,76	01:10,26	01:11,35	01:12,81	01:15,26	01:21,25
200 m Brasse	02:29,17	02:32,43	02:34,45	02:37,24	02:42,73	02:55,84
50 m Papillon	00:25,88	00:26,76	00:27,21	00:27,77	00:28,64	00:31,13
100 m Papillon	00:58,26	01:00,01	01:00,99	01:02,06	01:04,19	01:11,77
200 m Papillon	02:15,04	02:17,93	02:20,14	02:22,91	02:27,07	02:41,18
200 m 4 Nages	02:13,59	02:16,41	02:18,58	02:21,39	02:25,64	02:34,57
400 m 4 Nages	04:44,68	04:50,80	04:55,20	04:58,25	05:10,15	05:32,48

Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de natation – 20 avenue des frères Montgolfier – 69 680 CHASSIEU
secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr http://auvergnerhonealpes-natation.fr **Tél : 04 78 83 13 99 - 07 86 46 56 55**

La Région Auvergne-Rhône-Alpes
Crédit Mutuel
arena
ace HÔTEL simplement bien