

Date : dimanche 13 octobre 2019	1 ^{er} Meeting de l'Indre	Lieu : La Châtre
---------------------------------	------------------------------------	------------------

Engagements Extranat du 1^{er} au 08 octobre 2019 minuit

Date	Dimanche 13 octobre 2019	
Ouverture des portes	09h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	400 NL	400 4N
	200 Papillon	200 NL
	50 Brasse	100 Brasse
	100 Dos	50 Dos
	50 NL	100 NL
	100 Papillon	50 Papillon
	200 Brasse	100 4N
	200 4N	200 Dos
	800 NL	1500 NL
	4 x 50 4N	4 x 50 NL
4 x 100 4N	4 x 100 NL	

- **Modalités de participation** : compétition ouverte aux nageurs des catégories Jeunes, Juniors et Seniors. Aux avènements sur proposition et acceptation de la commission technique. Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.
- **Récompenses** : pas de récompense sur les Meetings de l'Indre. Récompenses prévues sur la Finale des Meetings de l'Indre le 28 juin 2020.

Date : dimanche 10 novembre 2019	Championnats départementaux Interclubs	Lieu : Châteauroux
----------------------------------	--	--------------------

Engagements Extranat du 29 octobre au 05 novembre 2019 minuit

Date	Dimanche 10 novembre 2019	
Ouverture des portes	09h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	<p>10 x 50 NL dames</p> <p>10 x 50 NL messieurs</p> <p>100 Dos dames</p> <p>200 Dos messieurs</p> <p>100 Brasse dames</p> <p>200 Brasse messieurs</p> <p>100 NL dames</p> <p>400 NL messieurs</p> <p>100 Papillon dames</p> <p>200 Papillon messieurs</p> <p>100 4N dames</p> <p>200 4N messieurs</p> <p>Pause 15 minutes</p> <p>4 x 200 NL dames</p>	<p>4 x 200 NL messieurs</p> <p>200 Dos dames</p> <p>100 Dos messieurs</p> <p>200 Brasse dames</p> <p>100 Brasse messieurs</p> <p>400 NL dames</p> <p>100 NL messieurs</p> <p>200 Papillon dames</p> <p>100 Papillon messieurs</p> <p>200 4N dames</p> <p>100 4N messieurs</p> <p>Pause 15 minutes</p> <p>4 x 100 4N dames</p> <p>4 x 100 4N messieurs</p>

- Modalités de participation** : chaque équipe est composée de 10 nageurs avec l'obligation de participer à une épreuve individuelle et au relais 10 x 50 NL. Lorsque les titulaires du relais 10 x 50 NL ont nagé, aucun remplaçant ne peut se substituer dans les autres courses.

En cas de blessure d'un membre de l'équipe, et jusqu'à un quart d'heure précédent le départ du 10 x 50 NL, il peut être fait appel à un remplaçant. Passé ce délai, il ne peut y avoir de modifications dans les engagements individuels.

Une ou plusieurs équipes supplémentaires peuvent être engagées, à la condition que la ou les équipes précédentes soient complètes.
- Classements** : le classement des équipes de clubs s'effectue à la table de cotation fédérale.
- Récompenses** : une coupe récompensera la 1^{ère} équipe filles et la 1^{ère} équipe garçons. Médailles aux 10 premiers, deuxièmes et troisièmes, filles et garçons.
- NB** : gestion des remplaçants ou des équipes particulières : création sur Extranat-Pocket d'une compétition « locale », cette compétition pourra contenir des équipes mixtes, des équipes composées de plusieurs clubs, des épreuves individuelles pour les remplaçants. Merci d'envoyer vos engagements spécifiques par e-mail avant le mardi 05 novembre 2019 23h59.

Date : samedi 23 et dimanche 24 novembre 2019	Championnats départementaux Hiver	Lieu : Argenton-sur-Creuse
---	-----------------------------------	----------------------------

Engagements Extranat du 12 au 19 novembre 2019 minuit

Date	Samedi 23	Dimanche 24 novembre 2019	
Ouverture des portes	15h00	9h00	14h00
Début des épreuves	16h00	10h00	15h45
Epreuves	4 x 200 NL 1500 NL 400 4N 200 Papillon 100 4N	4 x 100 NL 800 NL 50 Brasse 100 Dos 200 4N 50 NL 100 Brasse 200 NL	4 x 100 4N 400 NL 50 Papillon 100 NL 200 Brasse 50 Dos 100 Papillon 200 Dos

Compétition qualificative pour les Championnats régionaux hiver 25m.

- Modalités de participation : cette compétition est ouverte à toutes les nageuses et tous les nageurs ayant réalisé au moins une performance de la grille de qualification. Ils peuvent s'engager sur les épreuves de leur choix.
Les épreuves seront nagées toutes catégories confondues, classement au temps.
- Récompenses : les 3 premiers de chaque épreuve et par catégorie (avenirs, jeunes, juniors 1 et juniors 2, seniors et maîtres) seront récompensés par une médaille.

GRILLE DE QUALIFICATION AUX CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX

<u>Dames</u>					
	Avenirs	Jeunes	14-15 ans	16-17 ans	Toutes catégories
50 NL	0.45.00	0.43.00	0.40.00	0.39.00	0.37.00
100 NL	1.40.00	1.35.00	1.30.00	1.25.00	1.20.00
200 NL	3.20.00	3.18.00	3.15.00	3.05.00	3.00.00
400 NL	6.40.00	6.35.00	6.30.00	6.15.00	6.00.00
800 NL	15.00.00	15.00.00	15.00.00	15.00.00	15.00.00
1500 NL	25.00.00	25.00.00	25.00.00	25.00.00	25.00.00
50 D	0.50.00	0.48.00	0.45.00	0.42.00	0.40.00
100 D	1.40.00	1.38.00	1.36.00	1.33.00	1.30.00
200 D	3.30.00	3.25.00	3.20.00	3.17.00	3.10.00
50 B	0.51.00	0.50.00	0.49.00	0.47.00	0.46.00
100 B	1.50.00	1.48.00	1.45.00	1.43.00	1.39.00
200 B	3.55.00	3.50.00	3.43.00	3.37.00	3.30.00
50 P	0.52.00	0.48.00	0.45.00	0.42.00	0.40.00
100 P	1.50.00	1.45.00	1.40.00	1.35.00	1.30.00
200 P	3.50.00	3.50.00	3.35.00	3.30.00	3.25.00
100 4N	1.50.00	1.45.00	1.40.00	1.35.00	1.30.00
200 4N	3.45.00	3.35.00	3.25.00	3.18.00	3.15.00
400 4N	7.25.00	7.25.00	7.05.00	6.55.00	6.45.00

<u>Messieurs</u>					
	Avenirs	Jeunes	15-16 ans	17-18 ans	Toutes catégories
50 NL	0.45.00	0.40.00	0.35.00	0.33.00	0.32.00
100 NL	1.40.00	1.30.00	1.20.00	1.15.00	1.10.00
200 NL	3.20.00	3.05.00	2.55.00	2.45.00	2.40.00
400 NL	6.40.00	6.20.00	6.00.00	5.45.00	5.30.00
800 NL	15.00.00	15.00.00	15.00.00	15.00.00	15.00.00
1500 NL	25.00.00	25.00.00	25.00.00	25.00.00	25.00.00
50 D	0.50.00	0.45.00	0.42.00	0.40.00	0.38.00
100 D	1.40.00	1.35.00	1.27.00	1.24.00	1.21.00
200 D	3.30.00	3.15.00	3.05.00	2.56.00	2.50.00
50 B	0.51.00	0.47.00	0.45.00	0.43.00	0.42.00
100 B	1.50.00	1.45.00	1.40.00	1.33.00	1.30.00
200 B	3.55.00	3.40.00	3.30.00	3.20.00	3.10.00
50 P	0.52.00	0.45.00	0.42.00	0.38.00	0.35.00
100 P	1.50.00	1.40.00	1.35.00	1.30.00	1.25.00
200 P	3.50.00	3.50.00	3.30.00	3.15.00	3.05.00
100 4N	1.50.00	1.40.00	1.30.00	1.25.00	1.20.00
200 4N	3.45.00	3.30.00	3.10.00	3.00.00	2.55.00
400 4N	7.10.00	7.10.00	6.40.00	6.25.00	6.10.00

Date : dimanche 15 décembre 2019	1 ^{ère} session ENF2	Lieu : Châtillon-sur-Indre
----------------------------------	-------------------------------	----------------------------

Engagements avant le mardi 10 décembre 2019 minuit

Date	Dimanche 15 décembre 2019
Ouverture des portes	9h00
Début des épreuves	10h00
Epreuves	Water-Polo Plongeon Natation Synchronisée Natation Course Nage avec palmes

- **Modalités de participation** : passage des épreuves du Pass'Sports de l'eau (ENF2)
 Chaque nageur licencié au sein de la FFN âgé de 10 ans pour les filles (nées en 2010 et après) et 11 ans chez les garçons (nés en 2009 et après) prendra part obligatoirement à l'ENF.
 Les nageurs âgés de 11 ans et plus chez les filles (nées en 2009 et avant) et 12 ans et plus chez les garçons (nés en 2008 et avant) ne sont pas soumis au caractère obligatoire de l'ENF, ils peuvent cependant prendre part au dispositif s'ils le souhaitent.
 Rappel : la réussite au test du Pass'Sports de l'eau est soumise à la présentation et la validation, au minimum, de 3 tests au choix.
 Présentation à 3 épreuves du Pass'Sports de l'eau maximum par nageur et par session.
 Chaque club est tenu de fournir les feuilles d'évaluations préremplies (NOM, Prénom et date) du Pass'Sports de l'eau.
 En cas d'échec sur une tâche du parcours des Pass'Sports de l'eau, une deuxième chance sera proposée avec d'autres évaluateurs.
 1 évaluateur ou assistant-évaluateur ENF par club sera présenté à chaque session.
 Engagements pour le Pass'Sports de l'eau avec le tableau Excel fournit avant mardi minuit par email à secretariat.ffn36@gmail.com
- **Récompenses** : Pin's pour la réussite des Pass'Sports de l'eau ainsi qu'un livret quand il est complet.

Date : dimanche 15 décembre 2019	1 ^{er} Challenge Avenirs	Lieu : Châtillon-sur-Indre
----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------

Engagements Extranat du 03 au 10 décembre 2019 minuit

Date	Dimanche 15 décembre 2019
Ouverture des portes	14h00
Début des épreuves	15h00
Epreuves	50 Brasse-NL 25 Dos 100 NL 50 Dos-Brasse 25 Brasse

- Modalités de participation** : compétition ouverte à la catégorie avenir : filles âgées de 10 ans et moins (nées en 2010 et après) et garçons âgés de 11 ans et moins (nés en 2009 et après).
 La participation au « Challenge avenir » n'est pas soumise à l'obtention préalable du Sauv'nage, ni du Pass'Sports de l'eau. En revanche, pour la délivrance du Pass'Compétition NC et EL, à l'issue du « Challenge avenir », le nageur devra être titulaire du Sauv'nage et du Pass'Sports de l'eau.
 Ouvert aux nageurs déjà titulaire du Pass'Compétition.
 Chaque nageur devra avoir une licence compétiteur.

La délivrance du Pass'Compétition dans le cadre du « Challenge avenir » est soumise à la réalisation de 5 des 9 épreuves composant le circuit, dont à minima et au choix : deux 25m, deux 50m et un 100m et dans le cadre de réunions comptant le même nombre et la même répartition d'épreuves, mais sachant qu'un nageur ne peut s'engager au maximum que sur 3 épreuves de son choix par réunion.

- Récompenses** : un diplôme avec une vignette par épreuve réussie.

Date : dimanche 19 janvier 2020

2^{ème} Meeting de l'Indre

Lieu : Argenton-sur-Creuse

Engagements Extranat du 7 au 14 janvier 2020 minuit

Date	Dimanche 19 janvier 2020	
Ouverture des portes	09h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	800 NL	400 4N
	100 4N	200 NL
	100 Dos	50 Brasse
	50 Papillon	100 Papillon
	200 Brasse	200 Dos
	100 NL	50 NL
	50 Dos	100 Brasse
	200 Papillon	400 NL
	200 4N	1500 NL

- **Modalités de participation** : compétition ouverte aux nageurs des catégories Jeunes, Juniors et Seniors. Aux avènements sur proposition et acceptation de la commission technique. Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.
- **Récompenses** : pas de récompense sur les Meetings de l'Indre. Récompenses prévues sur la Finale des Meetings de l'Indre le 28 juin 2020.

Date : dimanche 26 janvier 2020	2 ^{ème} session ENF2	Lieu : Le Blanc
---------------------------------	-------------------------------	-----------------

Engagements avant le mardi 21 janvier 2020 minuit

Date	Dimanche 26 janvier 2020
Ouverture des portes	9h00
Début des épreuves	10h00
Epreuves	Water-Polo Plongeon Natation Synchronisée Natation Course Nage avec palmes

- Modalités de participation** : passage des épreuves du Pass'Sports de l'eau (ENF2)
 Chaque nageur licencié au sein de la FFN âgé de 10 ans pour les filles (nées en 2010 et après) et 11 ans chez les garçons (nés en 2009 et après) prendra part obligatoirement à l'ENF.
 Les nageurs âgés de 11 ans et plus chez les filles (nées en 2009 et avant) et 12 ans et plus chez les garçons (nés en 2008 et avant) ne sont pas soumis au caractère obligatoire de l'ENF, ils peuvent cependant prendre part au dispositif s'ils le souhaitent.
 Rappel : la réussite au test du Pass'Sports de l'eau est soumise à la présentation et la validation, au minimum, de 3 tests au choix.
 Présentation à 3 épreuves du Pass'Sports de l'eau maximum par nageur et par session.
 Chaque club est tenu de fournir les feuilles d'évaluations préremplies (NOM, Prénom et date) du Pass'Sports de l'eau.
 En cas d'échec sur une tâche du parcours des Pass'Sports de l'eau, une deuxième chance sera proposée avec d'autres évaluateurs.
 1 évaluateur ou assistant-évaluateur ENF par club sera présenté à chaque session.
 Engagements pour le Pass'Sports de l'eau avec le tableau Excel fournit avant mardi minuit par email à secretariat.ffn36@gmail.com
- Récompenses** : Pin's pour la réussite des Pass'Sports de l'eau ainsi qu'un livret quand il est complet.

Date : dimanche 26 janvier 2020	2 ^{ème} Challenge Avenirs	Lieu : Le Blanc
---------------------------------	------------------------------------	-----------------

Engagements Extranat du 14 au 21 janvier 2020 minuit

Date	Dimanche 26 janvier 2020
Ouverture des portes	14h00
Début des épreuves	15h00
Epreuves	50 Dos-Brasse 25 Papillon 100 4N 25 NL 50 Papillon-Dos

- **Modalités de participation** : compétition ouverte à la catégorie avenir : filles âgées de 10 ans et moins (nées en 2010 et après) et garçons âgés de 11 ans et moins (nés en 2009 et après).
La participation au « Challenge avenir » n'est pas soumise à l'obtention préalable du Sauv'nage, ni du Pass'Sports de l'eau. En revanche, pour la délivrance du Pass'Compétition NC et EL, à l'issue du « Challenge avenir », le nageur devra être titulaire du Sauv'nage et du Pass'Sports de l'eau.
Ouvert aux nageurs déjà titulaire du Pass'Compétition.
Chaque nageur devra avoir une licence compétiteur.

La délivrance du Pass'Compétition dans le cadre du « Challenge avenir » est soumise à la réalisation de 5 des 9 épreuves composant le circuit, dont à minima et au choix : deux 25m, deux 50m et un 100m et dans le cadre de réunions comptant le même nombre et la même répartition d'épreuves, mais sachant qu'un nageur ne peut s'engager au maximum que sur 3 épreuves de son choix par réunion.

- **Récompenses** : un diplôme avec une vignette par épreuve réussie.

Date : dimanche 08 mars 2020	Championnats départementaux Printemps Open	Lieu : Châteauroux
------------------------------	---	--------------------

Engagements Extranat du 25 février au 3 mars 2020 minuit

Date	Dimanche 08 mars 2020	
Ouverture des portes	09h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	4 x 100 NL 800 NL 50 Brasse 200 Papillon 100 Dos 200 4N 50 NL 100 Brasse 200 NL 400 4N 4 x 100 4N	4 x 200 NL 1500 NL 50 Papillon 100 4N 100 NL 200 Brasse 50 Dos 100 Papillon 200 Dos 400 NL

Compétition qualificative pour les Championnats régionaux printemps 50m.

- Modalités de participation : cette compétition est ouverte à toutes les nageuses et tous les nageurs ayant réalisé au moins une performance de la grille de qualification. Ils peuvent s'engager sur les épreuves de leur choix.

Les épreuves seront nagées toutes catégories confondues, classement au temps.

Récompenses : les 3 premiers de chaque épreuve et par catégorie (avenirs, jeunes, juniors 1 et juniors 2, seniors et maîtres) seront récompensés par une médaille.

Date : dimanche 15 mars 2020	3 ^{ème} session ENF2	Lieu : La Châtre
------------------------------	-------------------------------	------------------

Engagements avant le mardi 10 mars 2020 minuit

Date	Dimanche 15 mars 2020
Ouverture des portes	9h00
Début des épreuves	10h00
Epreuves	Water-Polo Plongeon Natation Synchronisée Natation Course Nage avec palmes

- Modalités de participation** : passage des épreuves du Pass'Sports de l'eau (ENF2)
 Chaque nageur licencié au sein de la FFN âgé de 10 ans pour les filles (nées en 2010 et après) et 11 ans chez les garçons (nés en 2009 et après) prendra part obligatoirement à l'ENF.
 Les nageurs âgés de 11 ans et plus chez les filles (nées en 2009 et avant) et 12 ans et plus chez les garçons (nés en 2008 et avant) ne sont pas soumis au caractère obligatoire de l'ENF, ils peuvent cependant prendre part au dispositif s'ils le souhaitent.
 Rappel : la réussite au test du Pass'Sports de l'eau est soumise à la présentation et la validation, au minimum, de 3 tests au choix.
 Présentation à 3 épreuves du Pass'Sports de l'eau maximum par nageur et par session.
 Chaque club est tenu de fournir les feuilles d'évaluations préremplies (NOM, Prénom et date) du Pass'Sports de l'eau.
 En cas d'échec sur une tâche du parcours des Pass'Sports de l'eau, une deuxième chance sera proposée avec d'autres évaluateurs.
 1 évaluateur ou assistant-évaluateur ENF par club sera présenté à chaque session.
 Engagements pour le Pass'Sports de l'eau avec le tableau Excel fournit avant mardi minuit par email à secretariat.ffn36@gmail.com
- Récompenses** : Pin's pour la réussite des Pass'Sports de l'eau ainsi qu'un livret quand il est complet.

Date : dimanche 15 mars 2020	3 ^{ème} Challenge Avenirs	Lieu : La Châtre
------------------------------	------------------------------------	------------------

Engagements Extranat du 3 au 10 mars 2020 minuit

Date	Dimanche 15 mars 2020
Ouverture des portes	14h00
Début des épreuves	15h00
Epreuves	50 Brasse-NL 25 Dos 100 NL 50 Dos-Brasse 25 Brasse

- Modalités de participation** : compétition ouverte à la catégorie avenir : filles âgées de 10 ans et moins (nées en 2010 et après) et garçons âgés de 11 ans et moins (nés en 2009 et après).
 La participation au « Challenge avenir » n'est pas soumise à l'obtention préalable du Sauv'nage, ni du Pass'Sports de l'eau. En revanche, pour la délivrance du Pass'Compétition NC et EL, à l'issue du « Challenge avenir », le nageur devra être titulaire du Sauv'nage et du Pass'Sports de l'eau.
 Ouvert aux nageurs déjà titulaire du Pass'Compétition.
 Chaque nageur devra avoir une licence compétiteur.

La délivrance du Pass'Compétition dans le cadre du « Challenge avenir » est soumise à la réalisation de 5 des 9 épreuves composant le circuit, dont à minima et au choix : deux 25m, deux 50m et un 100m et dans le cadre de réunions comptant le même nombre et la même répartition d'épreuves, mais sachant qu'un nageur ne peut s'engager au maximum que sur 3 épreuves de son choix par réunion.

- Récompenses** : un diplôme avec une vignette par épreuve réussie.

Date : dimanche 29 mars 2020	3 ^{ème} Meeting de l'Indre	Lieu : Le Blanc
------------------------------	-------------------------------------	-----------------

Engagements Extranat du 17 au 24 mars 2020 minuit

Date	Dimanche 29 mars 2020	
Ouverture des portes	09h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	1500 NL	400 4N
	200 Brasse	200 NL
	100 4N	50 Dos
	50 Papillon	100 Brasse
	200 Dos	100 Papillon
	100 NL	50 NL
	50 Brasse	100 Dos
	200 Papillon	200 4N
	400 NL	800 NL

- **Modalités de participation** : compétition ouverte aux nageurs des catégories Jeunes, Juniors et Seniors. Aux avènements sur proposition et acceptation de la commission technique. Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.
- **Récompenses** : pas de récompense sur les Meetings de l'Indre. Récompenses prévues sur la Finale des Meetings de l'Indre le 28 juin 2020.

Date : dimanche 05 avril 2020	4 ^{ème} session ENF2	Lieu : Châteauroux
-------------------------------	-------------------------------	--------------------

Engagements avant le mardi 31 mars 2020 minuit

Date	Dimanche 05 avril 2020
Ouverture des portes	9h00
Début des épreuves	10h00
Epreuves	Water-Polo Plongeon Natation Synchronisée Natation Course Nage avec palmes

- Modalités de participation** : passage des épreuves du Pass'Sports de l'eau (ENF2)
 Chaque nageur licencié au sein de la FFN âgé de 10 ans pour les filles (nées en 2010 et après) et 11 ans chez les garçons (nés en 2009 et après) prendra part obligatoirement à l'ENF.
 Les nageurs âgés de 11 ans et plus chez les filles (nées en 2009 et avant) et 12 ans et plus chez les garçons (nés en 2008 et avant) ne sont pas soumis au caractère obligatoire de l'ENF, ils peuvent cependant prendre part au dispositif s'ils le souhaitent.
 Rappel : la réussite au test du Pass'Sports de l'eau est soumise à la présentation et la validation, au minimum, de 3 tests au choix.
 Présentation à 3 épreuves du Pass'Sports de l'eau maximum par nageur et par session.
 Chaque club est tenu de fournir les feuilles d'évaluations préremplies (NOM, Prénom et date) du Pass'Sports de l'eau.
 En cas d'échec sur une tâche du parcours des Pass'Sports de l'eau, une deuxième chance sera proposée avec d'autres évaluateurs.
 1 évaluateur ou assistant-évaluateur ENF par club sera présenté à chaque session.
 Engagements pour le Pass'Sports de l'eau avec le tableau Excel fournit avant mardi minuit par email à secretariat.ffn36@gmail.com
- Récompenses** : Pin's pour la réussite des Pass'Sports de l'eau ainsi qu'un livret quand il est complet.

Date : dimanche 05 avril 2020	4 ^{ème} Challenge Avenirs	Lieu : Châteauroux
-------------------------------	------------------------------------	--------------------

Engagements Extranat du 24 au 31 mars 2020 minuit

Date	Dimanche 05 avril 2020
Ouverture des portes	14h00
Début des épreuves	15h00
Epreuves	50 Dos-Brasse 25 Papillon 100 4N 25 NL 50 Papillon-Dos

- **Modalités de participation** : compétition ouverte à la catégorie avenir : filles âgées de 10 ans et moins (nées en 2010 et après) et garçons âgés de 11 ans et moins (nés en 2009 et après).
La participation au « Challenge avenir » n'est pas soumise à l'obtention préalable du Sauv'nage, ni du Pass'Sports de l'eau. En revanche, pour la délivrance du Pass'Compétition NC et EL, à l'issue du « Challenge avenir », le nageur devra être titulaire du Sauv'nage et du Pass'Sports de l'eau.
Ouvert aux nageurs déjà titulaires du Pass'Compétition.
Chaque nageur devra avoir une licence compétiteur.

La délivrance du Pass'Compétition dans le cadre du « Challenge avenir » est soumise à la réalisation de 5 des 9 épreuves composant le circuit, dont à minima et au choix : deux 25m, deux 50m et un 100m et dans le cadre de réunions comptant le même nombre et la même répartition d'épreuves, mais sachant qu'un nageur ne peut s'engager au maximum que sur 3 épreuves de son choix par réunion.

- **Récompenses** : un diplôme avec une vignette par épreuve réussie.

Date : dimanche 24 mai 2020	4 ^{ème} Meeting de l'Indre	Lieu : Châtillon-sur-Indre
-----------------------------	-------------------------------------	----------------------------

Engagements Extranat du 12 au 19 mai 2020 minuit

Date	Dimanche 24 mai 2020	
Ouverture des portes	09h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	400 4N	1500 NL
	200 NL	100 4N
	50 Dos	50 Papillon
	100 Papillon	200 Brasse
	100 Brasse	100 NL
	50 NL	100 Dos
	200 Dos	50 Brasse
	200 4N	200 Papillon
	800 NL	400 NL

- **Modalités de participation** : compétition ouverte aux nageurs des catégories Jeunes, Juniors et Seniors. Aux avènements sur proposition et acceptation de la commission technique. Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.
- **Récompenses** : pas de récompense sur les Meetings de l'Indre. Récompenses prévues sur la Finale des Meetings de l'Indre le 28 juin 2020.

Date : dimanche 07 juin 2020	Finale Challenge Avenirs	Lieu : Issoudun
------------------------------	--------------------------	-----------------

Engagements Extranat du 26 mai au 2 juin 2020 minuit

Date	Dimanche 07 juin 2020	
Ouverture des portes	9h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	200 NL F 10 ans & G 11 ans 200 NL F 9 ans et moins & G 10 ans et moins 100 Brasse F 10 ans & G 11 ans 50 Brasse F 9 ans et moins & G 10 ans et moins 200 4N F 10 ans & G 11 ans 100 4N F 9 ans et moins & G 10 ans et moins	100 Dos F 10 ans & G 11 ans 50 Dos F 9 ans et moins & G 10 ans et moins 100 Papillon F 10 ans & G 11 ans 50 Papillon F 9 ans et moins & G 10 ans et moins 100 NL F 10 ans & G 11 ans 50 NL F 9 ans et moins & G 10 ans et moins

- Modalités de participation** : compétition ouverte à la catégorie avenir : filles âgées de 10 ans et moins (nées en 2010 et après) et garçons âgés de 11 ans et moins (nés en 2009 et après).
 Ouvert aux nageurs titulaires du Pass'Compétition. Chaque nageur devra avoir une licence compétiteur.
 Ouvert aux nageurs qualifiés sur la finale régionale.
- Récompenses** : les 3 premiers de chaque catégorie à l'addition des points à la table de cotation des 6 épreuves seront récompensés. 2 classements : 1 pour les qualifiés à la finale régionale et 1 pour les nageurs de niveau départemental.

Date : dimanche 28 juin 2020	Finale Meeting de l'Indre	Lieu : Issoudun
------------------------------	---------------------------	-----------------

Engagements Extranat du 16 au 23 mai 2020 minuit

Date	Dimanche 07 juin 2020	
Ouverture des portes	09h00	14h00
Début des épreuves	10h00	14h45
Epreuves	4 x 50 NL	4 x 50 4N
	50 Dos	50 NL
	100 Dos	100 NL
	200 Dos	200 NL
	50 Papillon	50 Brasse
	100 Papillon	100 Brasse
	200 Papillon	200 Brasse
	400 NL	400 4N

- **Modalités de participation** : compétition ouverte aux nageurs des catégories Avenirs, Jeunes, Juniors et Seniors. Aux aveniris sur proposition et acceptation de la commission technique.
Les séries seront nagées au temps d'engagement toutes catégories confondues. Possibilité de nager les relais par sexe ou mixte.
- **Classement** : Par catégorie, aveniris classés avec les Jeunes. Pour être classé, il faut participer à 4 épreuves : 50, 100, 200 et 400 de spécialité différente, à l'addition des points de la table de cotation des 4 épreuves.
- **Récompenses** : récompenses aux 3 premiers de chaque catégorie à l'addition des points à la table de cotation des 4 épreuves. Aveniris classés avec les jeunes.

Récompenses aux 3 premiers de chaque relais.

Classement club sur la journée à l'addition des points à la table de cotation.

STAGES DEPARTEMENTAUX

Stages « Jeunes » : ouverts aux catégories avenir et jeunes.

- Du lundi 21 au jeudi 24 octobre 2019 à Châteauroux.
Thème stage 1 : ENF2 – Pass'Sports de l'eau. Travail de 3 tests du Pass'Sports de l'eau et évaluation le jeudi après-midi.
Thème stage 2 : Brasse, échauffement à sec, aérobic crawl et parties non nagées (plongeon et coulée)
Inscription libre auprès du comité de l'Indre de natation.
Nombre de places disponibles : 24
- Du lundi 17 au jeudi 20 février 2020 à Châteauroux.
Thème : Papillon, étirements, aérobic crawl et virages.
Inscription libre auprès du comité de l'Indre de natation.
Nombre de places disponibles : 24
- Du mardi 14 au vendredi 17 avril 2020 à Châteauroux.
Thème : 4 nages, récupération-nutrition, aérobic crawl – travail du 400 NL et vitesse.
Inscription libre auprès du comité de l'Indre de natation.
Nombre de places disponibles : 24

Stages « Grands » : ouverts aux catégories jeunes, juniors et seniors (avenir sur proposition des entraîneurs).

- Du lundi 28 octobre au vendredi 1^{er} novembre 2019 à Châteauroux.
Inscription libre auprès du comité de l'Indre de natation.
Nombre de places disponibles : 16
- Du lundi 24 au vendredi 28 février 2020 à Montluçon.
Inscription libre auprès du comité de l'Indre de natation.
Nombre de places disponibles : 16
- Du lundi 20 au vendredi 24 avril 2020 à Angoulême.
Inscription libre auprès du comité de l'Indre de natation.
Nombre de places disponibles : 16

SELECTIONS DEPARTEMENTALES

Coupe de l'Ouest des départements les samedi 6 et dimanche 7 juin 2020 à Chinon.

Modalités de participation :

- Sélections départementales de 8 nageuses de 13 ans et moins et de 8 nageurs de 14 ans et moins + 1 remplaçant par équipe.
- Chaque équipe présente obligatoirement 4 nageurs par épreuve individuelle et 1 équipe par relais. Un nageur doit participer à 2 épreuves individuelles de 100m et aux 2 relais.

Sélection : à partir de la grille ci-dessous définie en commission technique. La date butoir pour réaliser les temps est le 03 mai 2020. La commission technique statuera sur la sélection et la participation à cette compétition.

Un suivi des performances relatif à cette sélection sera en ligne sur le site du Comité de l'Indre de natation.

Epreuves	Temps de référence Filles	Temps de référence Garçons
100 Papillon	1.21.80	1.14.65
100 Dos	1.20.45	1.14.65
100 Brasse	1.30.44	1.23.56
100 Nage Libre	1.10.64	1.04.34
8 x 50 NL	Minima 4.14	Minima 3.50
8 x 100 4N (individuel)	Minima 10.47	Minima 9.58