

CRITÈRES DE SELECTIONS RÉGIONALES OCCITANIE NATATION COURSE SAISON 2019/2020



CATÉGORIES D'ÂGES

FILLES	Année de naissance	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2001
	"Classification"	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et +	
Catégorie		JEUNES			JUNIORS				SENIORS	
GARÇONS	"Classification"	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans et +	
	Année de naissance	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2001	2000

STAGE PARI 2024 :

Date : Du mercredi 20 après-midi au dimanche 24 mai matin

Lieu : Centre National d'Entraînement en Altitude de Font-Romeu

Public : 20 nageurs de la catégorie Jeunes 2 et Jeunes 3 et leurs entraîneurs

Objectifs : Regrouper nos meilleurs jeunes pour 5 jours de travail. Créer un espace d'échange et de formation pour les entraîneurs

Critère de sélection : Seront proposé à la sélection les 6 meilleures jeunes 3 filles, les 6 meilleurs jeunes 3 garçons, les 4 meilleures jeunes 2 filles, les 4 meilleurs jeunes 2 garçons à l'addition des points FFN des trois performances réalisées lors des championnats régionaux jeunes en décembre 2019

Stage Préparation Terminale championnats estivaux :

Date : Du 11 au 16 juillet

Lieu : à Définir

Public : Les nageurs de la catégorie Junior

Objectifs : Regrouper nos meilleurs nageurs régionaux, familiariser avec le changement d'entraîneur à l'approche d'une échéance importante, à l'image du fonctionnement équipe de France

Critère de sélection : Réaliser un podium lors des championnats de France Juniors

CRITÈRES DE SELECTIONS RÉGIONALES OCCITANIE NATATION COURSE SAISON 2019/2020



MEETING INTERNATIONAL

Date : 1 et 2 février

Lieu : Povoia de Varzim (Portugal)

Public : Les nageurs identifiés dans le Collectif Olympique Relève (11 nageurs)

Objectifs : En période de travail, vivre un meeting international permettant à notre élite régionale d'apprendre la gestion de compétition à l'étranger. Identifier les sources de stress possible afin d'y remédier lors de sélection nationale

Critère de sélection : Être identifié par la FFN Collectif Olympique Relève, réaliser un temps de la grille avant le 31 décembre en bassin de 50m ou 25m converti

Epreuves Dames	Occitanie 15 ans et -	Occitanie 16 ans	Occitanie 17 ans	Occitanie 18 ans
50 NL	26"89	26"66	26"48	26"13
100 NL	58"14	57"64	57"26	57"64
200 NL	2'05"28	2'04"21	2'03"42	2'04"21
400 NL	4'24"97	4'21"59	4'19"11	4'21"59
800 NL	9'00"75	8'53"90	8'48"87	8'53"90
1500 NL	17'23"63	17'10"28	17'03"74	17'10"28
100 D	1'04"63	1'04"07	1'03"66	1'04"07
200 D	2'19"42	2'17"92	2'16"74	2'17"92
100 B	1'13"12	11"56	1'11"38	11"56
200 B	2'37"22	2'35"18	2'33"69	2'35"18
100 P	1'03"41	1'02"59	1'01"78	1'02"59
200 P	2'18"79	2'17"29	2'15"98	2'17"29
200 4N	2'23"01	2'21"45	2'20"24	2'21"45
400 4N	5'03"29	4'59"35	4'55"52	4'59"35
Epreuves Messieurs	Occitanie 16 ans et -	Occitanie 17 ans	Occitanie 18 ans	Occitanie 19 ans
50 NL	23"75	23"55	23"41	23"09
100 NL	52"44	51"61	51"16	50"68
200 NL	1'54"25	1'52"80	1'51"96	1'51"23
400 NL	4'02"73	3'58"89	3'56"88	3'54"80
800 NL	8'23"60	8'17"21	8'14"08	8'09"26
1500 NL	15'59"32	15'48"18	15'43"15	15'34"47
100 D	58"14	57"38	56"97	56"30
200 D	2'06"21	2'04"59	2'03"26	2'01"98
100 B	1'05"32	1'04"47	1'03"79	1'03"03
200 B	2'21"06	2'19"84	2'18"48	2'16"11
100 P	56"08	55"35	54"65	54"18
200 P	2'06"12	2'04"48	2'02"89	2'01"58
200 4N	2'08"90	2'07"22	2'05"84	2'04"39
400 4N	4'34"57	4'31"02	4'28"22	4'25"80

CRITÈRES DE SELECTIONS RÉGIONALES OCCITANIE NATATION COURSE SAISON 2019/2020



Action Post-Juniors

Date : Fin juillet-début août

Lieu : à définir

Public : Filles nées entre 1999 et 2002 et Garçons nés entre 1998 à 2001

- Objectifs : Permettre à nos nageurs post juniors aux portes des équipes de France de participer à une compétition à l'étranger afin de leur permettre :
 - de rallonger la saison et avoir une coupure estivale plus courte, maintenir un objectif en fin de saison
 - Une confrontation Internationale
 - Identifier les sources potentielles des stress lors d'une compétition internationale
 - Permettre aux entraîneurs de prendre de l'expérience sur une compétition internationale

Critère de sélection : Réaliser un temps de la grille avant le 07 juin 2020 en bassin de 50m

Grille de qualification pour action post-juniors Aout 2020.

FILLES			MESSIEURS	
<i>Nées en 2002-2001</i>	<i>Nées en 2000-1999</i>		<i>Nés en 2001-2000</i>	<i>Nés en 1999-1998</i>
<i>18-19 ans</i>	<i>20-21 ans</i>		<i>19-20 ans</i>	<i>21-22 ans</i>
26"12	25"91	50 nage libre	22"93	22"75
56"50	56"05	100 nage libre	50"50	50"10
2'02"01	2'01"03	200 nage libre	1'50"65	1'49"77
4'16"02	4'15"02	400 nage libre	3'54"12	3'52"25
8'42"58	8'40"12	800 nage libre	8'06"27	8'02"38
16'52"01	16'43"86	1500 nage libre	15'27"92	15'20"50
28"95	28"71	50 dos	25"86	25"65
1'02"72	1'02"22	100 dos	55"88	55"43
2'15"19	2'14"49	200 dos	2'01"61	2'00"64
32"01	31"85	50 brasse	28"36	28"13
1'10"25	1'09"68	100 brasse	1'02"32	1'01"82
2'31"73	2'30"51	200 brasse	2'15"09	2'14"01
27"09	26"59	50 papillon	24"22	24"02
1'00"70	1'00"22	100 papillon	53"96	53"53
2'14"44	2'14"04	200 papillon	2'00"83	1'59"86
2'18"04	2'16"93	200 4 nages	2'04"14	2'03"15
4'51"47	4'49"12	400 4 nages	4'24"44	4'22"32