



Annuel Règlement Occitanie 2020-2021



RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

SOMMAIRE

LES CATÉGORIES D'ÂGE	3
LES COMPÉTITIONS DU PROGRAMME REGIONAL	4
LE CHAMPIONNAT RÉGIONAL DU 5 KM INDOOR	5
LA COUPE D'OCCITANIE EN EAU-LIBRE	6
<i>Attribution des points :</i>	<i>6</i>
<i>Récompenses :</i>	<i>7</i>
<i>1^{ère} Étape – Traversée de Frontignan à la nage.....</i>	<i>8</i>
<i>2^{ème} Étape – EDF Aqua Challenge Toulouse</i>	<i>10</i>
<i>3^{ème} Étape – Traversée de Sète.....</i>	<i>12</i>
<i>4^{ème} Étape – EDF Aqua Challenge Val'Race</i>	<i>14</i>
<i>5^{ème} Étape – Cap sur Albi.....</i>	<i>16</i>
LE CHAMPIONNAT RÉGIONAL EN EAU-LIBRE.....	19
LES SÉLECTIONS RÉGIONALES.....	20
COUPE DE FRANCE DES RÉGIONS.....	20
COUPE D'EUROPE EN EAU-LIBRE	21

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

LES CATÉGORIES D'ÂGE

L'harmonisation internationale des années d'âge.

Contrairement à la natation course, en eau-libre chaque catégorie comporte deux années d'âge. En débutant par les Juniors, voici les catégories en détail :

- Juniors 1 : filles et garçons de 14 à 15 ans.
- Juniors 2 : filles et garçons de 16 à 17 ans.
- Juniors 3 : filles et garçons de 18 à 19 ans.
- Seniors : filles et garçons de 20 ans et plus.

SAISON 2020-2021		
du 16 septembre 2020 au 31 décembre 2021		
Dames & Messieurs		
JUNIORS	14-19 ans	2006 à 2001
SENIORS	20 ans et plus	2000 et avant

L'année d'âge est déterminée par rapport au deuxième et au troisième tiers de la saison sportive. Elle se juxtapose à la période scolaire. Pour la saison 2020-2021, c'est sur 2021 que sont donc calculées les années d'âge :

FILLES	Année de naissance	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2001	2000	1999
	"Classification"	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans	20 ans	21 ans et +	
Catégorie		JUNIORS						SENIORS		
GARÇONS	"Classification"	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans	20 ans	21 ans et +	
	Année de naissance	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2001	2000	1999

Tout engagement pour une compétition via extraNat nécessitera la souscription d'une licence « compétiteur ».

La catégorie Jeunes n'est plus soumise à l'obligation d'être en possession du Pass'compétition pour s'engager en compétition (filles 11 ans et plus, garçons 12 ans et plus). Pour information le Pass'compétition Eau-Libre a fusionné avec la Natation Course et se passe au cours du Challenge Avenirs.

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

LES COMPÉTITIONS DU PROGRAMME REGIONAL

Compétitions bassin

Championnat Régional du 5 Km Indoor (2020)

ANNULÉ POUR 2020

Championnat Régional du 5 Km Indoor (2021)

Toulouse

Club support : Dauphins du TOEC

Course : 5.000m

Vendredi 19 novembre 2021

Pré-saison Eau-Libre 2021

« Test event » en Eau-Libre – TC - Lac

Villefranche du Lauraguais

Club support : CN Villefranche de Lauraguais

Courses : 3.000m à 5.000m / 4x1250m en équipe mixte

Samedi 28 mai 2021

Compétitions du circuit Coupe d'Occitanie en Eau-Libre 2020/2021

Traversée de Frontignan à la nage – TC – Mer

ANNULÉ

EDF Aqua Challenge Toulouse – TC – Fleuve

ANNULÉ

Traversée de Sète – TC – Canal

ANNULÉ

EDF Aqua Challenge Val'Race (support Championnat Régional) – TC – Mer

ANNULÉ

Cap sur Albi – TC – Lac

Club support : Albi sports aquatiques

Courses : 4x500m / 500m / 1,5Km / 5Km

Dimanche 19 septembre 2021

Sélection régionales

Coupe de France des Régions (Juniors 1-2)

Gravelines

Course : 5.000m

Samedi 12 juin 2021

Coupe d'Europe en Eau-Libre (Juniors 3, Séniors)

Barcelone

Course : 10.000m

Samedi 25 septembre 2021

version du 18 septembre 2021

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

LE CHAMPIONNAT RÉGIONAL DU 5 KM INDOOR

■ Vendredi 19 novembre 2021		Championnat Régional du 5 Km Indoor	■ Lieu : Toulouse (Léo-Lagrange) ■ Championnat Régional
■ Toutes catégories d'âges confondues filles et garçons		■ Compétition individuelle	
■ Pour respecter les échéances, consulter régulièrement le site satellite régional		■ Réunion technique : vendredi 19 novembre	
■ Inscriptions ouvertes sur le site extraNat		■ Envoi des résultats sur le serveur : J à J + 1	
■ Clôture des engagements : 16/11/2021 à 23h59		■ Réclamations : J + 8 reclamation.natation@ffnatation.fr <i>J = Dernier jour de la compétition</i>	

Situé dans la période dite de « volume » de notre saison sportive. Le Championnat Régional du 5 Km Indoor sert de véritable tremplin pour les Championnats de France du 5Km Indoor. Il se verra décerné aux vainqueurs les titres de Champion Régional du 5 Km Indoor.

L'épreuve :

- 5 Km

Critères d'accès :

Aucune grille de temps de qualification. L'épreuve est toutefois réservée aux nageurs âgés de 14 ans et plus, soit à partir de la catégorie Juniors Eau-libre.

Règlementation matérielle :

La règlement FINA/FFN en Natation Course est de vigueur.

Récompenses :

Un Trophée sera remis aux 3 premiers de chaque sexe toutes catégories. Une médaille sera remise aux 3 premiers de chaque sexe chez par catégorie (Juniors 1 et Juniors 2/3).

Droits d'engagements :

Engagement individuel : 5 €

En cas de demande pour modification, erreur, oubli, merci de contacter la DTR.

Procédure d'engagement :

Les engagements s'effectuent via l'interface extraNat. Pour le paiement, se référer à la rubrique spécifique des Règlements Financiers de la Natation Course inclus dans ce document.
Des dérogations pourront être accordés à titre exceptionnel par le DTR.

Barème Officiels :

- 1 à 4 nageurs : 1 officiel minimum.
- 5 à 10 nageurs : 2 officiels minimum.
- 11 nageurs et + : 2 officiels minimum.

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

LA COUPE D'OCCITANIE EN EAU-LIBRE

Fort de vouloir dynamiser la discipline et de fidéliser tous ses pratiquants, la Ligue Occitanie Pyrénées Méditerranée de Natation a décidé de créer un circuit regroupant les étapes d'Eau-Libre en Occitanie. Sur le même principe de la Coupe de France, tous les participants réalisant une épreuve lors d'une étape labellisé Coupe d'Occitanie se verront attribués un nombre de points correspondant à la distance parcourus et au leur classement.

Attribution des points :

Tous les nageurs réalisant une épreuve individuelle du calendrier Coupe d'Occitanie se verront attribués un nombre de point correspondant au classement réalisé et à la distance parcourus (voir tableau ci-dessous).

Les points obtenus lors du Championnat Régional en Eau-libre se verront attribués un coefficient X2.

Un nageur ne peut disputer qu'une seule course inscrite au calendrier de la Coupe d'Occitanie dans une même ½ journée. En cas d'égalité au total général à l'issue de la dernière étape, les ex-aequo seront départagés au total des points obtenus lors du Championnat Régional. En cas de nouvelle égalité, le nombre de victoires sur l'ensemble des étapes de Coupe d'Occitanie sera pris en compte pour les départager.

Rapport distance/classmt	Distance <2Km	Distance =2Km et <3Km	Distance =3Km et <5Km	Distance =5Km et 10Km	Distance =10Km et plus
1 ^{ER}	1000	1500	2000	3500	4500
2 ^E	900	1400	1900	3400	4400
3 ^E	850	1350	1850	3350	4350
4 ^E	800	1300	1800	3300	4300
5 ^E	750	1250	1750	3250	4250
6 ^E	700	1200	1700	3200	4200
7 ^E	650	1150	1650	3150	4150
8 ^E	600	1100	1600	3100	4100
9 ^E	550	1050	1550	3050	4050
10 ^E	500	1000	1500	3000	4000
11 ^E	499	950	1450	2950	3950
12 ^E	498	900	1400	2900	3900
13 ^E	497	850	1350	2850	3850
14 ^E	496	800	1300	2800	3800
15 ^E	495	750	1250	2750	3750
16 ^E	494	700	1200	2700	3700
17 ^E	493	650	1150	2650	3650
18 ^E	492	600	1100	2600	3600
19 ^E	491	550	1050	2550	3550
20 ^E	490	500	1000	2500	3500
21 ^E	489	499	950	2450	3450
22 ^E	488	498	900	2400	3400
23 ^E	487	497	850	2350	3350
24 ^E	486	496	800	2300	3300
25 ^E	485	495	750	2250	3250
26 ^E	484	494	700	2200	3200
27 ^E	483	493	650	2150	3150
28 ^E	482	492	600	2100	3100
29 ^E	481	491	550	2050	3050
30 ^E	480	490	500	2000	3000
31 ^E	479	489	499	1950	2950
32 ^E	478	488	498	1900	2900
33 ^E	477	487	497	1850	2850
34 ^E	476	486	496	1800	2800
35 ^E	475	485	495	1750	2750
36 ^E	474	484	494	1700	2700
37 ^E	473	483	493	1650	2650
38 ^E	472	482	492	1600	2600
Rapport	Distance <2Km	Distance =2Km	Distance =3Km	Distance =5Km	Distance

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

distance/classmt		et <3Km	et <5Km	et 10Km	=10Km et plus
39 ^E	471	481	491	1550	2550
40 ^E	470	480	490	1500	2500
41 ^E	469	479	489	1450	2450
42 ^E	468	478	488	1400	2400
43 ^E	467	477	487	1350	2350
44 ^E	466	476	486	1300	2300
45 ^E	465	475	485	1250	2250
46 ^E	464	474	484	1200	2200
47 ^E	463	473	483	1150	2150
48 ^E	462	472	482	1100	2100
49 ^E	461	471	481	1050	2050
50 ^E	460	470	480	1000	2000
51 ^E	459	469	479	950	1950
52 ^E	458	468	478	900	1900
53 ^E	457	467	477	850	1850
54 ^E	456	466	476	800	1800
55 ^E	455	465	475	750	1750
56 ^E	454	464	474	700	1700
57 ^E	453	463	473	650	1650
58 ^E	452	462	472	600	1600
59 ^E	451	461	471	550	1550
60 ^E	450	460	470	500	1500
61 ^E	449	459	469	499	1450
62 ^E	448	458	468	498	1400
63 ^E	447	457	467	497	1350
64 ^E	446	456	466	496	1300
65 ^E	445	455	465	495	1250
66 ^E	444	454	464	494	1200
67 ^E	443	453	463	493	1150
68 ^E	442	452	462	492	1100
69 ^E	441	451	461	491	1050
70 ^E	440	450	460	490	1000
71 ^E	439	449	459	489	950
72 ^E	438	448	458	488	900
73 ^E	437	447	457	487	850
74 ^E	436	446	456	486	800
75 ^E	435	445	455	485	750
76 ^E	434	444	454	484	700
77 ^E	433	443	453	483	650
78 ^E	432	442	452	482	600
79 ^E	431	441	451	481	550
80 ^E	430	440	450	480	500

Les nageurs classés au-delà de la 80^{ème} place continuent de marquer des points de manière dégressive de 1 en 1. Tous les nageurs classés marquent au moins 1 point.

Récompenses :

Les trois premiers et les trois premières du classement général toutes catégories et du classement Juniors (14-19 ans), recevront une coupe ou médaille et un prix correspondant au barème suivant (les récompenses seront remises lors de la dernière étape de la Coupe d'Occitanie) :

	DAMES	JUNIORS	MESSIEURS
1 ^{er}	ANNULÉ		
2 ^{ème}			
3 ^{ème}			
1 ^{er}			
2 ^{ème}			
3 ^{ème}			
1 ^{er}			
2 ^{ème}			
3 ^{ème}			

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

■ Dimanche 6 juin 2021

1^{ère} Étape – Traversée de Frontignan à la nage

■ Lieu : Frontignan (Port de plaisance)

■ Compétition labellisée : Coupe de France / Coupe Régionale

■ Toutes catégories d'âges confondues filles et garçons

■ Compétition individuelle

■ Pour respecter les échéances, consulter régulièrement le site ffneaulibre.fr les sites internet FFN (national, régional et départemental)

■ Inscriptions ouvertes sur le site ffneaulibre.fr

■ Clôture des engagements : 04/06/2020 à 23h00

■ Réunion technique : Dimanche 6 juin

■ Envoi des résultats sur le serveur : J à J + 1

■ Réclamations : J + 8
reclamation.natation@ffnatation.fr

J = Dernier jour de la compétition

Les épreuves et le nombre de participants :

- Course découverte : 500m (50 participants maximum)
- Course Grand Public : 1 Km (200 participants maximum)
- La Muscatelle : 3 Km (200 participants maximum)
- La Ventre Bleu : 5 Km (200 participants maximum)

Les tarifs :

Prix/ épreuves	Licencié Frontignan	FFN	FINA	FF Ha	Non- licencié
500m	2,00€	4,00€	4,00€	4,00€	15,00€
1 Km	5,00€	8,00€	8,00€	20,00€	20,00€
3 Km	10,00€	15,00€	30,00€	30,00€	30,00€
5 Km	12,00€	18,00€	35,00€	35,00€	35,00€

Attention, toute inscription s'effectue...

Temps limite :

Aucune limite de temps n'est imposée, pour les autres courses et afin de respecter le cadre réglementaire international et le cadre des fêtes du nautisme, les temps limite de course sont les suivants :

- 1 Km : 15 minutes
- 3 Km : 30 minutes
- 5 Km : 45 minutes

Au-delà de ces temps limite, les épreuves du 3 et 5 Km sont accessibles aux nageurs à partir de la catégorie 14 ans et plus.

Obligation de certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la Natation en Eau-libre en compétition au moins de 3 mois (sauf pour les licenciés FFN/FINA/TRI).

Règlementation matérielle :

Les épreuves grand public (500 et 1000m) ne sont pas soumises à réglementation spécifique concernant les combinaisons.

Concernant les épreuves Coupe de France (3 et 5 Km) la réglementation FINA en vigueur sera appliquée. La température de l'eau la plus basse possible pour une compétition FFN en eau-libre est de 14°C.

- Entre 14°C et 17,9°C : les combinaisons thermiques (Néoprènes ou polyuréthanes) et bonnets sont obligatoires.
- Entre 18°C et 19,9°C : les combinaisons thermiques (Néoprènes ou polyuréthanes) sont optionnelles.
- A 20°C et plus : les combinaisons thermiques (Néoprène ou polyuréthanes) sont interdites.

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

Tout autre aide à la flottaison de type « Pull-Buoy » est interdite, de même que les accessoires d'aide à la nage tel que les plaquettes de mains ou les palmes.

Récompenses :

Une médaille sera remise à tous les participants du 500 et du 1000m.

Une récompense sera remise aux 3 premiers de chaque sexe et de chaque catégorie d'âge pour les 3 et 5 Km. (sauf chez les Maîtres, récompenses uniquement aux premiers).

Programme :

- 8h15 : départ de « La Ventre Bleu » (5 Km)
- 8h30 : départ de « La Muscatelle » (3 Km)
- 9h15 : départ de « La course Grand Public » (1 Km)
- 10h00 : départ de « La course Découverte » (500m)

Divers :

Retrait des bonnets et des puces de chronométrage la veille de la compétition, le samedi 6 juin à la capitainerie du Port de Plaisance de Frontignan (arrivée de la traversée), de 15h00 à 18h00.

Pour plus d'informations sur cette compétition, veuillez-vous rendre sur le site de l'organisateur ou prendre contact avec la personne suivante : Bertrand VENTURI 06.15.47.81.31

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

2^{ème} Étape – EDF Aqua Challenge Toulouse

- Lieu : Toulouse (Berges de la Garonne)
- Compétition labellisée : EDF Aqua Challenge / Coupe Régionale

■ Toutes catégories d'âges confondues filles et garçons

■ Compétition individuelle

■ Pour respecter les échéances, consulter régulièrement le site ffneaulibre.fr les sites internet FFN (national, régional et départemental)

■ Inscriptions ouvertes sur le site ffneaulibre.fr

■ Clôture des engagements :

■ Réunion technique :

■ Envoi des résultats sur le serveur : J à J + 1

■ Réclamations : J + 8
reclamation.natation@ffnatation.fr

J = Dernier jour de la compétition

Venez fêter les vacances d'été avec nous ! Pour sa deuxième édition, l'EDF Aqua Challenge revient au cœur de Toulouse ! Que vous nageiez seul ou en équipe il y a forcément un Challenge à Toulouse pour vous ! Découvrez la Ville Rose comme vous ne l'avez jamais vu ! Au travers de 6 courses nageant sur la Garonne, vous goûterez aux joies de la nage en milieu naturel dans une ville exceptionnelle.

Les épreuves :

500m enfants, 1.5 km nage libre, 3km et 5km nage libre et 3x500m relais : Relais 3 x 500 m !

Les tarifs :

Prix/ épreuves	Licencié D.TOEC	FFN	FINA	FF ESSM	Non- licencié
500m	5,00€	10,00€	10,00€	20,00€	20,00€
1,5 Km	10,00€	15,00€	25,00€	25,00€	25,00€
3 Km	15,00€	20,00€	30,00€	30,00€	30,00€
3 Km Palmes	15,00€	20,00€	30,00€	25,00€	30,00€
5 Km	20,00€	30,00€	40,00€	40,00€	40,00€
5 Km Palmes	20,00€	30,00€	40,00€	30,00€	40,00€
3x500m Relais	10,00€	10,00€	20,00€	20,00€	20,00€

ANNULÉE

Le programme complet sera communiqué plus tard. Les inscriptions se feront sur place.

Temps

Aucun temps limite pour la course découverte du 500m, pour les autres courses et afin de respecter le programme de la journée, les temps limite de course sont les suivants :

- 500m : 1h00
- 1,5 Km avec et sans palmes : 1h45
- 3 Km avec et sans palmes : 1h45
- 5 Km avec et sans palmes : 2h00

Critères d'accès :

Aucune grille de temps de qualification mais des restrictions concernant les catégories d'âges.

Le 500m est réservé aux enfants de 9 à 12 ans, toutes les autres courses individuelles sont accessibles à partir de 12 ans.

Le relais 3x500m est lui accessible à partir de 8 ans, aucun quota d'hommes ou de femmes n'est définis pour le relais.

Obligation d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la Natation en Eau-libre en compétition datant de moins de 3 mois (sauf pour les licenciés FFN/FINA/TRI).

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

Règlementation matérielle :

Aucune règlementation spécifique concernant les combinaisons.

Tout autre aide à la flottaison de type « Pull-Buoy » est interdite, de même que les accessoires d'aide à la nage tel que les plaquettes de mains.

Récompenses :

Une médaille sera remise à tous les participants de toutes les courses.

Une récompense fédérale sera remise aux 3 premiers de chaque sexe et de chaque course.

Programme :

- Samedi 4 juillet :
 - 14h00 : ouverture du village EDF Aqua Challenge Toulouse
 - 14h00-19h00 : Retrait des bonnets – Animations partenaires
- Dimanche 5 juillet :
 - 6h30 : ouverture du village
 - 7h00 : première rotation des navettes vers le départ du 5Km et 3 Km
 - 8h00 : départ du 5 Km depuis la Base d'Aviron du TUC sur l'île du Ramier
 - 8h15 : départ du 3 Km depuis la Base d'Aviron du TUC sur l'île du Ramier
 - 8h50 : arrivée des premiers concurrents du 3 Km
 - 9h00 : arrivée des premiers concurrents du 5 Km
 - 10h00 : temps limites pour le 5 Km et le 3 Km
 - 10h00 : podium des 3 et 5 Km
 - 10h30 : départ du 1500m depuis la Base Nautique « Émulation » sur l'île du Ramier
 - 11h30 : temps limite pour le 1500m
 - 11h45 : départ pour le 500m depuis la Prairie des Filtres
 - 12h00 : fin du 500m
 - 12h00 : départ des relais 3x500m depuis le Village
 - 12h30 : podiums des 500m et 1500m
 - 13h00 : podium des relais 3x500m
 - 13h15 : fin de la manifestation

Pour plus d'informations sur cette compétition, veuillez-vous rendre sur le site de l'organisateur ou prendre contact avec la personne suivante : Michel COLOMA 06.08.32.53.94 ou sportif@lesdauphinsdutoec.com

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

- Dimanche 22 août 2021
- Lundi 23 août 2021

3^{ème} Étape – Traversée de Sète

- Lieu : Sète (Canal)
- Compétition labellisée : Coupe de France / Coupe Régionale

- Toutes catégories d'âges confondues filles et garçons

- Compétition individuelle

- Pour respecter les échéances, consulter régulièrement le site ffneaulibre.fr les sites internet FFN (national, régional et départemental)

- Inscriptions ouvertes sur le site ffneaulibre.fr

- Clôture des engagements : 19/08/2020 à 23h55

- Réunion technique : 30min avant chacune des courses

- Envoi des résultats sur le serveur : J à J + 1

- Réclamations : J + 8
reclamation.natation@ffnatation.fr

J = Dernier jour de la compétition

Mythique épreuve du circuit, venez participer à la 102^{ème} Traversée de Sète à la Nage dans les célèbres canaux !

Les épreuves :

1 km pour l'épreuve Grand Public, le 2,5 Km pour l'épreuve Coupe de France, le 10 Km pour le passage de l'épreuve reine à 10 Km !

Les tarifs :

Prix/épreuves	Licencié Sète Natation	FFN	FINA	FFN/FFN	Non-licencié
1 Km	10,00€	20,00€	20,00€	20,00€	20,00€
2,5 Km	10,00€	20,00€	20,00€	20,00€	20,00€
10 Km	10,00€	20,00€	20,00€	20,00€	20,00€

Attention toute inscription après le 19/08/2020 sera majorée. Pour les personnes non-licencié (FFN), une licence Eau-libre doit être achetée.

Temps limite :

Les délais de fin de course sont de 30min (à partir du 1^{er} concurrent de chaque sexe) pour le 10Km, et de 30min pour le 2,5 Km.

Critères d'âge :

Aucune restriction concernant les catégories d'âges.

Le 1 Km est accessible à tous, tandis que les épreuves du 2,5 et 10 Km sont accessibles à partir de la catégorie Junior.

Il est recommandé de consulter un médecin avant de participer à la pratique de la Natation en Eau-libre en compétition. (sauf pour les licenciés FFN/FINA/TRI).

Règlement technique :

Toutes les épreuves sont soumises à la réglementation FINA en vigueur. La température de l'eau la plus basse possible pour la compétition FFN en eau-libre est de 14°C.

Entre 14°C et 17,9°C : les combinaisons thermiques (Néoprènes ou polyuréthanes) et bonnets sont obligatoires.

Entre 18°C et 19,9°C : les combinaisons thermiques (Néoprènes ou polyuréthanes) sont optionnelles.

A 20°C et plus : les combinaisons thermiques (Néoprène ou polyuréthanes) sont interdites.

Tout autre aide à la flottaison de type « Pull-Buoy » est interdite, de même que les accessoires d'aide à la nage tel que les plaquettes de mains ou les palmes.

Récompenses :

Une médaille sera remise à tous participants de m'épreuve grand public (1 Km).

Une coupe sera remise aux 3 premiers de chaque sexe et de chaque catégorie d'âge sur le 2,5 et le 10 Km.

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

Se rajouteront des récompenses spécifiques :

- Sur le 2,5 Km :
 - 150€ pour les premiers
 - 100€ pour les seconds
 - 50€ pour les troisièmes
- Sur le 10 Km :
 - 400€ aux premiers
 - 300€ aux seconds
 - 200€ aux troisièmes

Programme :

Dimanche 22 août 2021

- 8h30 : fin des inscriptions du 10Km et du 2,5 Km
- 9h00 : départ simultané du 10 Km et du 2,5 Km

Lundi 23 août 2021

- 9h00 : fin des inscriptions du 1 Km
- 9h30 : départ de l'épreuve grand Public (1 Km)

Divers :

Retrait des bonnets, des puces de chronométrage et marquage, le matin de la compétition au Centre sportif Maurice Clavel où le passage est obligatoire. Attention les puces de chronométrage doivent être rendues à la fin de la course sous peine de disqualification et d'un paiement de 35€.

Pour plus d'informations sur cette compétition, veuillez-vous rendre sur le site de l'organisateur ou prendre contact aux coordonnées suivante : contact@setenatation.org ou 04.67.74.34.44

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

■ Dimanche 12 septembre 2021

4^{ème} Étape – EDF Aqua Challenge Val'Race

■ Lieu : Valras-Plage

■ Compétition labellisée : EDF Aqua Challenge / Coupe Régionale

■ Toutes catégories d'âges confondues filles et garçons

■ Compétition individuelle et par équipe

■ Pour respecter les échéances, consulter régulièrement le site ffneaulibre.fr les sites internet FFN (national, régional et départemental)

■ Inscriptions ouvertes sur le site ffneaulibre.fr

■ Clôture des engagements : 05/09/2021 à 23h59

■ Réunion technique : 30min avant chacune des courses

■ Envoi des résultats sur le serveur : J à J + 1

■ Réclamations : J + 8
reclamation.natation@ffnatation.fr

J = Dernier jour de la compétition

Quatrième étape de la Coupe d'Occitanie et support du Championnat Régional d'Eau-Libre de Valras-Plage et le CN Béziers Méditerranée organise pour la première fois une épreuve en Eau-Libre. Au cours de la découverte et des confrontations seront au à l'honneur dans la célèbre station balnéaire.

Les épreuves :

- 500 m
- 1,5 Km
- 5 Km
- 3x250m par équipes

Les tarifs :

Prix/ épreuves	Licencié CN Béziers	FFN	FINA	FF ESSM	Non- licencié
500 m	5,00€	10,00€	10,00€	10,00€	20,00€
1,5 Km	10,00€	15,00€	15,00€	15,00€	30,00€
5 Km	15,00€	20,00€	20,00€	20,00€	35,00€
3x250m	3 x 5,00€	3 x 5,00€	3 x 5,00€	3 x 5,00€	3 x 11,00€

Attention : aucun remboursement possible.

La tarification prend en compte le prix de l'engagement + 10€ de « licence eau-libre promotion ».

Temps

500 m : 15 minutes ; 1,5 Km : 2h30 ; relais 3 x 250m : 1 heure.

Critères

Aucune qualification mais des restrictions concernant les catégories d'âges.

Accès et participation selon les épreuves et les catégories d'âges suivantes :

- Épreuves EDF Aqua Challenge (1,5 Km ; 5 Km) :
 - Juniors 1 (14-15 ans)
 - Juniors 2 (16-17 ans)
 - Juniors 3 (18-19 ans)
 - Séniors et plus (20 ans et plus)
- Épreuves grand public (500 m ; relais 3x250m)
 - 8 ans et plus

Obligation d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la Natation en Eau-libre en compétition datant de moins de 3 mois (sauf pour les licenciés FFN/FINA/TRI).

Pour le 500 m et le relais 3x250 m, les bouées de nage en eau libre seront obligatoires pour les nageurs de 8 à 13 ans inclus.

50 bouées seront disponibles en prêt. Merci de les réserver à l'avance auprès du club.

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

Règlementation matérielle :

Toutes les épreuves sont soumises à la réglementation FINA en vigueur. La température de l'eau la plus basse possible pour une compétition FFN en eau-libre est de 14°C.

- Entre 14°C et 17,9°C : les combinaisons thermiques (Néoprènes ou polyuréthanes) et bonnets sont obligatoires.
- Entre 18°C et 19,9°C : les combinaisons thermiques (Néoprènes ou polyuréthanes) sont optionnelles.
- A 20°C et plus : les combinaisons thermiques (Néoprène ou polyuréthanes) sont interdites.

Tout autre aide à la flottaison de type « Pull-Buoy » est interdite, de même que les accessoires d'aide à la nage tel que les plaquettes de mains ou les palmes.

Récompenses :

Seront récompensés pour le 5.000m, le 1500m et le 500m les 3 premiers de chaque sexe dans les catégories suivantes :

- Moins de 18 ans
- Plus de 18 ans

Pour chacune de ces 3 courses, une récompense sera attribuée dans la catégorie "au mérite" pour :

- le plus jeune,
- le plus âgé
- le dernier

Une cérémonie sera organisée à l'issue des épreuves du 1500m et du 500m.

Programme :

- 8h45 : réunion technique du 5 Km
- 9h00 : départ du 5 Km
- 11h15 : réunion technique du 1,5 Km
- 11h30 : départ du 1,5 Km
- 13h00 : cérémonie protocolaire du Championnat Régional en Eau-libre (5 Km)
- 13h15 : cérémonie protocolaire du 1,5Km
- 14h45 : réunion technique du 500 m
- 15h00 : départ du 500 m
- 15h45 : réunion technique du 3x250 m
- 16h00 : départ du 3x250m
- 17h15 : cérémonie protocolaire du 500m
- 17h30 : cérémonie protocolaire du 3x250m

Divers :

Retrait des bonnets, des puces de chronométrage et marquage, le jour de la compétition sur le site d'accueil.

Pour plus d'informations sur cette compétition, veuillez-vous rendre sur le site de l'organisateur ou prendre contact aux coordonnées suivante : beziers.natation@gmail.com

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

■ Dimanche 19 septembre 2021

5^{ème} Étape – Cap sur Albi

■ Lieu : Cap découverte (Parc de loisirs à Le Garric)

■ Compétition labellisée : Coupe Régionale

■ Toutes catégories d'âges confondues filles et garçons

■ Compétition individuelle et par équipe

■ Pour respecter les échéances, consulter régulièrement le site ffneaulibre.fr les sites internet FFN (national, régional et départemental)

■ Inscriptions ouvertes sur le site ffneaulibre.fr

■ Clôture des engagements en ligne : 17/09/2021 à 23h55

■ Réunion technique : 30min avant chacune des courses

■ Envoi des résultats sur le serveur : J à J + 1

■ Réclamations : J + 8
reclamation.natation@ffnatation.fr

J = Dernier jour de la compétition

Dernière étape de la Coupe d'Occitanie, Cap découverte et le club d'Albi sports aquatiques organisent pour la première fois une épreuve en Eau-Libre. Au programme, de la découverte et des confrontations seront à l'honneur dans la capitale du Tarn.

Les épreuves :

- Le Cap'pitchoun : 500 m
- Le Cap' pastel : 1,5 Km
- Le Cap ou pas Cap : 5 Km
- Le Cap' Tronqué : 5 Km avec palmes
- Relais Cathare : 4x500m par équipes

Les tarifs :

Prix/ épreuves	Licencié Albi Sports	FFN	FINA	FF Handi	FF Tri	FF ESSM	Non- licencié
500 m	5,00€	10,00€	10,00€	10,00€	20,00€	20,00€	20,00€
1,5 Km	10,00€	15,00€	15,00€	15,00€	25,00€	25,00€	25,00€
5 Km	15,00€	20,00€	20,00€	20,00€	30,00€	30,00€	30,00€
5 Km palmes	15,00€	20,00€	20,00€	20,00€	30,00€	30,00€	30,00€
4x500m	4 x 5,00€	4 x 10,00€	4 x 10,00€	4 x 10,00€	4 x 10,00€	4 x 10,00€	4 x 15,00€

La tarification appliquée aux non-licenciés prend en compte le prix de l'engagement + 10€ de « licence eau-libre promotionnelle ».

Temps limite :

500m : 45 minutes ; 1,5Km : 1h00 ; 5Km : 2h00 ; relais 4 x 500m : 1h15.

Critères d'accès :

Aucune grille de temps de qualification mais des restrictions concernant les catégories d'âges.

Accès et classement selon les épreuves et les catégories d'âges suivantes :

- Épreuves Coupe régionale (1,5 Km ; 5 Km) :
 - Jeunes 3 (13 ans)
 - Juniors 1 (14-15 ans)
 - Juniors 2 (16-17 ans)
 - Juniors 3 (18-19 ans)
 - Séniors et plus (20 ans et plus)
- Épreuves grand public (500 m ; 4x500m)
 - 8 ans et plus

Obligation d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la Natation en Eau-libre en compétition datant de moins de 3 mois (sauf pour les licenciés FFN/FINA/TRI).

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

Pour le 500 m, les bouées de nage en eau libre seront obligatoires pour les nageurs de 8 à 12 ans inclus.

50 bouées seront disponibles à l'achat au prix de 12€ ou en location 6€. Merci de les réserver à l'avance auprès du club via ce lien: <https://forms.gle/PRZs78it6ntHsdub7>

Règlementation matérielle :

Toutes les épreuves sont soumises à la réglementation FINA en vigueur. La température de l'eau la plus basse possible pour une compétition FFN en eau-libre est de 14°C.

- Entre 14°C et 17,9°C : les combinaisons thermiques (Néoprènes ou polyuréthanes) et bonnets sont obligatoires.
- Entre 18°C et 19,9°C : les combinaisons thermiques (Néoprènes ou polyuréthanes) sont optionnelles.
- A 20°C et plus : les combinaisons thermiques (Néoprène ou polyuréthanes) sont interdites.

Tout autre aide à la flottaison de type « Pull-Buoy » est interdite, de même que les accessoires d'aide à la nage tel que les plaquettes de mains ou les palmes.

Récompenses :

Seront récompensés pour les 5.000m, le 1.500m et le 500m les 3 premiers de chaque sexe dans les catégories suivantes :

- Avenirs / Jeunes 1-2 (500m)
- Jeunes 3 / Juniors 1
- Juniors 2-3
- Séniors
- Maîtres
- Toutes catégories

Un classement et une récompense seront également attribués au 4x500m toutes catégories confondues.

Programme :

- 8h45 : réunion technique des 5 Km
- 9h00 : départ du 5 Km avec palmes
- 9h15 : départ du 5 Km
- 11h15 : réunion technique du 1,5 Km
- 11h30 : départ du 1,5 Km
- 13h00 : cérémonie protocolaire du 5Km
- 13h15 : cérémonie protocolaire du 1,5Km
- 14h45 : réunion technique du 500 m
- 15h00 : départ du 500 m
- 15h45 : réunion technique du 4x500m
- 16h00 : départ du 4x500m
- 17h15 : cérémonie protocolaire du 500m
- 17h30 : cérémonie protocolaire du 4x500m
- 17h45 : cérémonie protocolaire de la Coupe d'Occitanie en Eau-libre (classement final)

Pour plus d'informations sur cette compétition, veuillez-vous rendre sur le site de l'organisateur ou prendre contact aux coordonnées suivante : albisportsaquatiques@gmail.com

LE VILLAGE de la compétition :

Il se situe dans la fosse de Cap découverte autour du lac, accessible à pied ou en navette. Pour vous offrir une qualité de service dans un lieu agréable, digne de cette première édition: des vestiaires, des consignes gratuites, des douches extérieures, des WC, deux postes de secours, un espace Restauration et bar. Une route faisant tout le tour du lac, vous permettant de suivre à pied les participants.

Retrait des dossards :

Retrait des bonnets et du marquage, le jour de la compétition. Les dossards seront à retirer, sur présentation des pièces suivantes: confirmation de votre inscription et d'une pièce d'identité. Ils seront à retirer dans l'espace dédié "Retrait des dossards".

Consignes / Vestiaires :

Il sera possible de laisser vos effets personnels gratuitement au stand "consignes". Toutes les affaires devront rentrer dans un sac, pas d'objet en dépôt sans sac fermé.

Des vestiaires sont également mis à votre disposition. Aucun recours ne pourra être engagé en cas de vols d'effets personnels laissés sur la plage sans surveillance, d'effractions ou de vols de véhicules.

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

Hébergement / Restauration :

Sur le village de l'évènement, vous aurez la possibilité de vous restaurer (inscriptions

<https://forms.gle/PRZs78it6ntHsdub7> et paiement via la plateforme HelloAsso:

<https://www.helloasso.com/associations/albi-sports-aquatiques/evenements/cap-sur-albi>

Les tickets de restauration seront à retirer au stand "Bar".

Sur le site, possibilité de vous loger, plus d'informations sur la plaquette Hostel ci-joint.

Comment y venir :

Adresse du site de Cap'Découverte - Cap Découverte, 81450 Le Garric

Parking gratuit. La descente au lac se fera soit en navette ou à pied (descente environ 15 min). Aucune voiture ne sera autorisée à descendre.

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

LE CHAMPIONNAT RÉGIONAL EN EAU-LIBRE

■ Dimanche 12 septembre 2021	Championnat Régional en Eau-libre (support EDF Aqua Challenge Val'Race)	■ Lieu : Valras-Plage ■ Compétition labellisée : EDF Aqua Challenge / Coupe Régionale
■ Toutes catégories d'âges confondues filles et garçons	■ Compétition individuelle	
■ Pour respecter les échéances, consulter régulièrement le site ffneaulibre.fr les sites internet FFN (national, régional et départemental) ■ Inscriptions ouvertes sur le site ffneaulibre.fr ■ Clôture des engagements : 05/09/2021 à 23h59	■ Réunion technique : 30 minutes avant la course ■ Envoi des résultats sur le serveur : J à J + 1 ■ Réclamations : J + 8 reclamation.natation@ffnatation.fr <i>J = Dernier jour de la compétition</i>	

Dernière innovation de cette saison 2021, le Championnat Régional en Eau-libre clôture cette saison en apothéose ! Positionné en support de la 4^{ème} étape de la Coupe d'Occitanie à Valras, l'épreuve du 5 Km, il a pour but de réunir tous les nageurs d'Eau-libre de la région autour d'un ultime challenge qui se conclura par le titre de Champion Régional pour les vainqueurs.

L'épreuve :

- 5 Km

Temps limite :

Les délais de course sont de 45min après l'arrivée des premiers nageurs.

Critères d'accès :

Obligation d'être licencié FFN dans un club d'Occitanie.
Aucune grille de temps de qualification mais une limite d'âge de la course qui est fixé à 14 ans.

Règlementation matérielle :

Toutes les épreuves sont soumises à la réglementation FFN. La température de l'eau la plus basse possible pour une compétition FFN est de 14°C.

- Entre 14°C et 17,9°C : Maillots (Néoprènes ou polyuréthanes) et bonnets sont obligatoires.
- Entre 18°C et 19,9°C : Maillots (Néoprènes ou polyuréthanes) sont optionnelles.
- A 20°C et plus : Maillots (Néoprènes ou polyuréthanes) sont interdites.

 Tout autre aide à la nage est interdite, de même que les accessoires d'aide à la nage tel que les plaques.

Récompenses :

Seront récompensés à l'issue de chaque sexe toutes catégories puis seront récompensés les 3 premiers de chaque catégorie Juniors 1/2/3 (Eau-libre).

Programme :

- 9h00 : Accueil des participants
- 9h30 : Réunion technique du 5 Km
- 10h00 : Départ du 5 Km (5 boucles de 1 Km)
- 13h00 : Cérémonie protocolaire du Championnat Régional en Eau-libre

Divers :

Retrait des bonnets, des puces de chronométrage et marquage, le jour de la compétition sur le site d'accueil.

Pour plus d'informations sur cette compétition, veuillez-vous rendre sur le site de l'organisateur ou prendre contact aux coordonnées suivante : ligue@occitanie.ffnatation.fr

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

LES SÉLECTIONS RÉGIONALES

COUPE DE FRANCE DES RÉGIONS

Compétition intégrée aux Championnats de France d'Eau-Libre, la Coupe de France des Régions est constituée d'équipes représentant chacune leur Ligue régionale. Chaque équipe doit être composée de 4 nageurs dont les catégories d'âge sont règlementées par la FFN. Afin de promouvoir la discipline et de donner leurs chances à tous, la Ligue Occitanie sélectionnera 4 nageurs afin de composer une équipe.

- **Date et lieu :** du 9 au 12 juin 2021 à Gravelines (59)
- **Catégorie d'âge concernées :** Juniors 1 et 2. Les équipes doivent comporter obligatoirement :
 - 1 filles 14 ou 15 ans (J1)
 - 1 filles 16 ou 17 ans (J2)
 - 1 garçons 14 ou 15 ans (J1)
 - 1 garçons 16 ou 17 ans (J2)
- **Critères d'accès :**
 1. Avoir réalisé au moins un temps de la grille de qualification sur la saison N et N-1.
 2. Selon classement des nageurs licenciés en Occitanie lors des Championnats de France d'Eau-libre de la saison N-1
 3. Si le critère n°2 ne concerne pas assez de nageurs, seront retenus les mieux classés aux rankings à la date du 25 mai 2021.

Grille de qualification (bassin de 50m)

	800 NAGE LIBRE		1500 NAGE LIBRE		5000 NAGE LIBRE	
	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 1	Juniors 2
DAMES	10:15.00	09:35.00	19:15.00	18:00.00	1:06:40.00	1:03:20.00
MESSIEURS	09:45.00	09:20.00	18:15.00	17:30.00	1:03:20.00	1:00:00.00

- **Épreuve :** Toutes les équipes se confronteront sur le 5 Km en ligne des Championnats de France. Le classement de chaque équipe se fera par l'addition des points obtenus par les 4 nageurs, dans leur classement respectif de sexe et catégorie sur le 5 Km en ligne.

Les nageurs qui le souhaitent pourront participer aux autres épreuves des Championnats de France sur simple demande et à conditions de respecter les critères instaurés par la FFN. Tous les frais d'engagements seront pris en charge par la Ligue Occitanie.

Attention ceux ou celles qui souhaitent participer au 25 Km, une solution d'hébergement/restauration/transport devra être trouvée à partir du samedi soir pour tous les participants à cette épreuve.

- **Logistique :** Le départ se fera le mercredi 9 juin de Toulouse, le retour se fera le samedi 12 juin après la dernière épreuve. Le transport entre Toulouse et Gravelines, l'hébergement sur place et la restauration seront entièrement pris en charge par la Ligue Occitanie.

Un équipement (t-shirt/bonnet) sera remis à tous les participants. Au vu de la particularité de la discipline nous recommandons toutefois à tous de prendre des vêtements chauds (jogging/pull/parka). Selon les températures du site et du moment, vous aurez besoin d'une combinaison de type néoprène, ce type de combinaison pourra être loué sur place au frais de la Ligue si le service de location est proposé.

RÈGLEMENT EAU-LIBRE OCCITANIE

COUPE D'EUROPE EN EAU-LIBRE

Dans la continuité de la Coupe de France des Régions et pour les accompagner les nageurs dans la poursuite de l'accès au Haut-Niveau, la Ligue Occitanie constituera une sélection de 4 nageurs et nageuses lors des Championnats d'Espagne en Eau-Libre.

- o **Date et lieu :** Du 23 au 25 septembre 2021 à Barcelone (Espagne)
- o **Catégorie d'âge concernées :** La sélection sera composée de 2 filles et de 2 garçons des catégories suivantes :

- Juniors 3 (18-19 ans)
- Séniors (20 ans et plus)

Aucune règle ne régira le nombre de participants par catégorie.

- o **Critères d'accès :**

1. Avoir réaliser au moins un temps de la grille de qualification
2. Être classé parmi les 10 premiers de leur catégorie d'âge sur le 10Km des Championnats de France Eau-Libre 2021.
3. Ne sont pas sélectionnable, tous les nageurs et nageuses déjà sélectionnés en équipe de France sur la saison estivale en cours.
4. Si le critère ne concerne pas assez de nageurs, seront retenus les mieux classés aux ranking à la date du 21 juin 2021.

Grille de qualification (bassin de 50m)

	800 NAGE LIBRE		1500 NAGE LIBRE		5000 NAGE LIBRE	
	Juniors 3	Séniors	Juniors 3	Séniors	Juniors 3	Séniors
DAMES	09:20.00	09:04.00	17:30.00	17:00.00	1:00:50.00	1:00:00.00
MESSIEURS	08:56.00	08:40.00	16:45.00	16:15.00	0:58:20.00	0:56:40.00

- **Épreuve :** 10 Km en ligne
- **Logistique :** Le départ de se fera le jeudi 23 septembre de Toulouse, le retour aura lieu le samedi 25 septembre au soir. Le transport entre Toulouse et Barcelone, l'hébergement sur place et la restauration seront entièrement pris en charge par la Ligue Occitanie.

Un équipement (t-shirt/bonnet) sera remis à tous les participants. Au vu de la particularité de la discipline nous recommandons toutefois à tous, de prendre des vêtements chauds (jogging/pull/parka).