



LIGUE  
**OCCITANIE**  
PYRÉNÉES - MÉDITERRANÉE

LIGUE OCCITANIE  
PYRÉNÉES- MÉDITERRANÉE DE NATATION  
ET LE NAUTIC CLUB NÎMOIS  
CO-ORGANISENT



# CHALLENGE INTER RÉGIONAL SUD-OUEST DE NATATION ARTISTIQUE

**8 ET 9 JUIN 2024**



**Avenirs, Jeunes  
et Toutes Catégories**

Entrée  
gratuite

Stade nautique Némausa : 120 Avenue de la Bouvine - 30900 Nîmes





	<p style="text-align: center;"><b>Natation Artistique Occitanie</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Challenges IRSO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>8 et 9 Juin 2024</b></p> <p style="text-align: center;">Stade Nautique Némausa 120 avenue la Bouvine 30900 NÎMES</p>	
---	--	--

Juge-Arbitre : Noémie KRIPPELER

Déléguée ligue Occitanie Midi-Pyrénées : Christine KITEGI

#### PROGRAMME PREVISIONNEL - Samedi 8 Juin 2024

- 09h00 - 09h30 :** Réunion des Officiels participants à la Compétition
- 09h15 :** Ouverture des Portes
- 09h30 – 09h45 :** Echauffements Natation des Duos & Duos Mixtes Avenirs et Jeunes.
- 09h45 – 10h45 :** Echauffements de Duos et Duos Mixtes (1/3 d'effectif - 20min Chaque Groupe - 3grp)
- 10h45 – 11h00 :** Réunion du Jury par Critères
- 11h00 :** Compétition des Duos et Duos Mixtes Avenirs et Jeunes Pool A & B.  
Suivi de la Cérémonie Protocolaire des Duos et Duos Mixtes Avenirs et Jeunes Pool A & B.
- 12h00 – 13h00:** ***Pause Repas des OFFICIELS***
- 13h00 – 13h15 :** Echauffements Natation des Duos Juniors - Toutes Catégories
- 13h15 – 13h55 :** Echauffements de Duos Juniors Toutes Cat. (1/2 d'effectif - 20min Chaque Groupe - 2grp)
- 13h55 – 14h00 :** Réunion du Jury par Critères
- 14h00 :** Compétition des Duos Juniors - Toutes Catégories Pool A & B
- 14h45 – 15h00 :** Echauffements Natation des Equipes Libres et Combinés Juniors et TC.
- 15h00 – 16h00 :** Echauffements des Equipes Libres et Combinés Juniors et TC  
(1/3 d'effectif - 20min Chaque Groupe - 3grp)
- 16h00 – 16h15 :** Réunion du Jury par Critères
- 16h15 :** Compétition des Equipes libres et Combinés Juniors - Toutes Catégories Pool A & B.  
***Défilé des participantes suivi des Cérémonies Protocolaires des épreuves de l'après-midi***



## PROGRAMME PREVISIONNEL - Dimanche 9 Juin

- 09h30 : Ouverture des Portes
- 09h40 – 09h50 : Echauffements Natation Solos Jeunes et Juniors Toutes Catégories.
- 09h50 – 10h30 : Echauffements Solos Jeunes et Juniors Toutes Catégories  
(1/2 d'effectif - 20min Chaque Groupe - 2grp)
- 10h30 – 10h45: Réunion du Jury par Critères**
- 10h45 : Compétition Solos Jeunes et Juniors Toutes Catégorie Pool A et B**  
**Suivi de la Cérémonie Protocolaire des Solos Jeunes et Juniors Toutes Catégories**
- 12h00 – 13h00 : Pause Repas des OFFICIELS**
- 13h00 – 13h15 : Echauffements Natation Equipes Libres et Combinés Avenirs et Jeunes
- 13h15 – 14h15 : Echauffements Equipes Libres et Combinés Avenirs et Jeunes  
(1/3 d'effectif - 20min Chaque Groupe - 3grp)
- 14h15 – 14h30 : Réunion du Jury par Critères**
- 14h30 : Compétition des Equipes Libres et Combinés Avenirs et Jeunes Pool A et B**
- Défilé des participantes suivi des Cérémonies Protocolaires des épreuves de l'après-midi***
- 18h00 : Fermeture des Portes.
-



## **LE PROGRAMME DE LA COMPÉTITION**

Juge Arbitre : Noémie KRIPPELER (noemiekrip@gmail.com)

Déléguée régionale : Christine KITEGI (chris.kitegi@orange.fr)

Référent Club Organisateur : Jérôme DURET (jeromeduret38@gmail.com, 0610118254)

## **LE LIEU DE LA COMPÉTITION**

Date : 08 et 09 juin 2024



Adresse : Piscine Némausa – 120 avenue de la Bouvine, 30900 Nimes

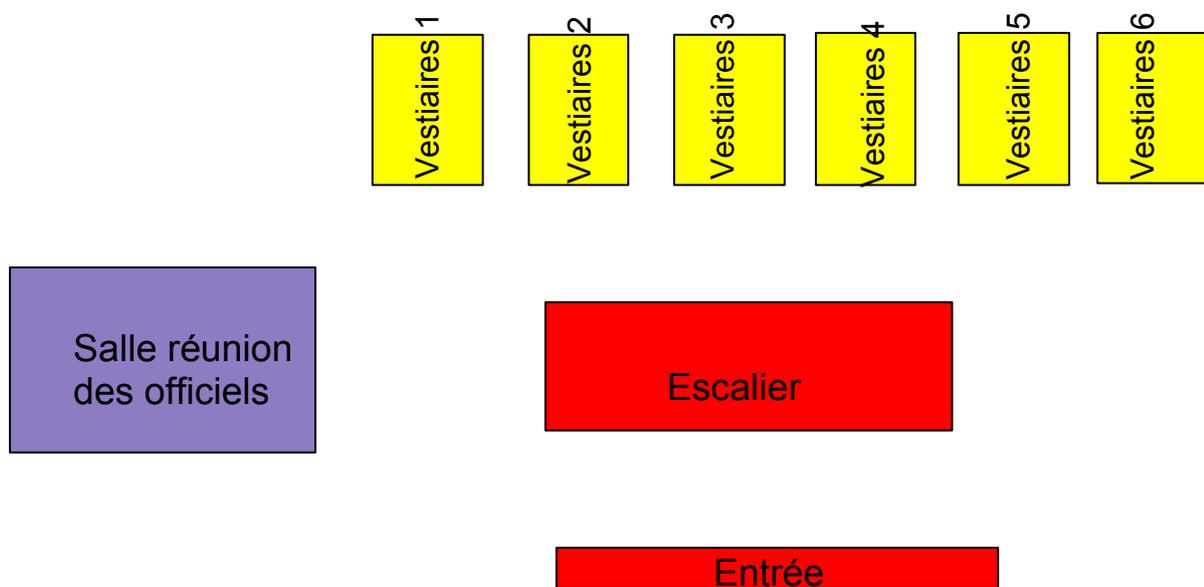
**P** Parking gratuit disponible devant la piscine et devant le stade de foot des Costières

Le bassin de compétition sera partagé en 2 zones de 25 m (échauffement et compétition) présentant chacun une profondeur de 2m00 à 2m50. Un 2ème bassin ludique de faible profondeur sera disponible à l'issue des ballets pour assurer la détente des nageuses le temps du ballet suivant, dans le respect du bon déroulé de la compétition.

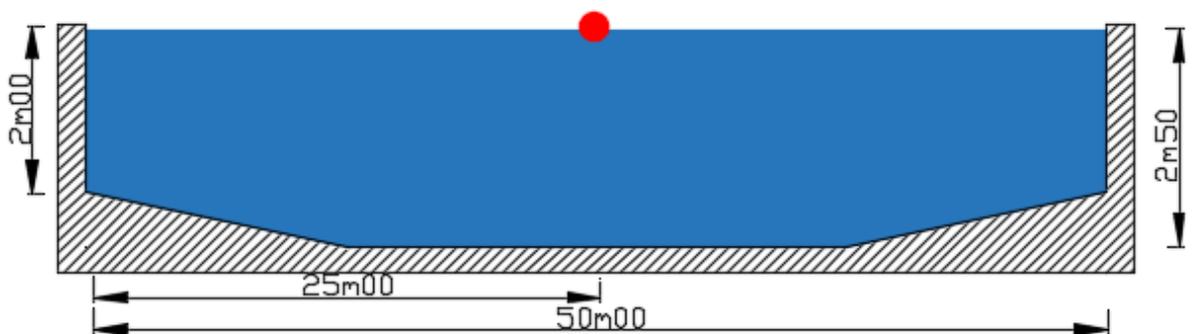


## PLAN BASSIN

Rez de chaussée :

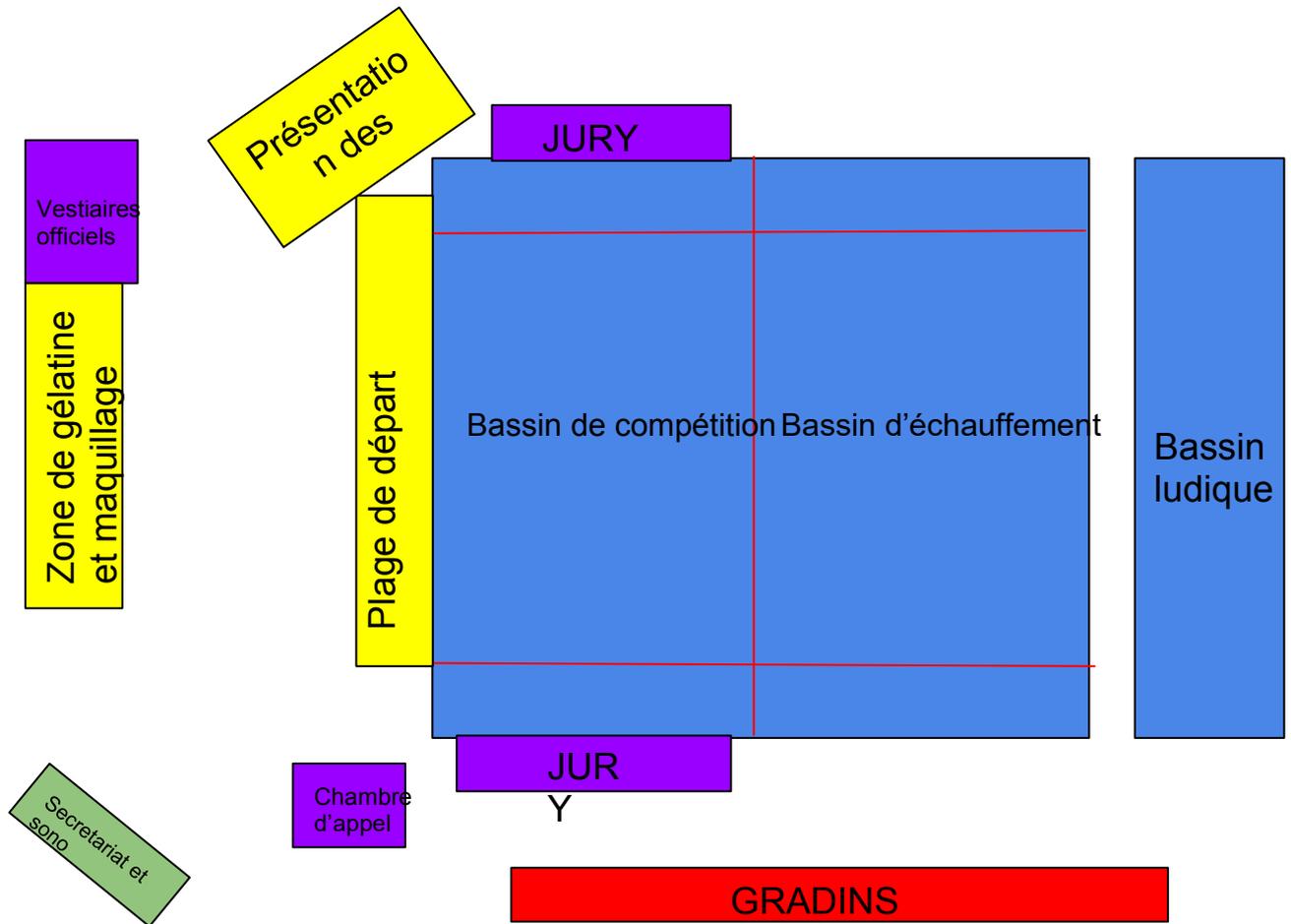


Vue en coupe bassin compétition :





1e étage :



### COMMENT S'Y RENDRE ?



Accès :

- <https://search.app.goo.gl/qz3TXVw>



## **LES MUSIQUES**

Les clubs doivent envoyer les musiques sous format WAV d'ici le mardi 4 juin 2024 à :  
natartistiquencn@gmail.com

Nous vous demandons d'envoyer une seule musique par mail.

Dans le mail et par enregistrement vous devez préciser :

- Le nom du club
- La catégorie (avenir, jeune ou toute cat)
- Le type de ballet : Solo, Duo, Equipe ou Combiné
- Le type de pool : Pool A ou Pool B
- La composition du ballet : nom et prénom de chaque nageuse et pour les équipes les initiales uniquement

Par sécurité, les clubs devront être en mesure de mettre à disposition de l'organisateur un support USB le jour de la compétition.

## **LES ENGAGEMENTS**

- Engagements sur le logiciel Extranat jusqu'au vendredi 31 mai à minuit (Pool A) et lundi 3 juin à minuit (Pool B)
- Paiement en ligne par carte bancaire sur extranat
- Le règlement fédéral s'applique concernant les pénalités financières

## **ENVOI DES COACH CARDS**

Les clubs doivent envoyer les coach cards de leurs ballets (solo, duo, équipe et combiné) par mail avant le 03 juin 2024 à :

Mme FEUILLERAT Stéphanie : stephanie.feullerat@cirter.com

Mme KRIPPELER Noémie : noemiekrip@gmail.com



## **LES PERSONNES AU BORD DU BASSIN**

Seuls les entraîneurs et les officiels peuvent accéder au bord du bassin. Ces personnes se verront remettre à leur arrivée un badge à présenter au contrôle d'accès au bassin.

## **LES CONSIGNES**

Vestiaires nageuses : Vestiaires 1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> étage

Vestiaires entraîneurs/officiels : 2<sup>e</sup> étage

- Les nageurs et nageuses devront laisser leurs sacs dans les vestiaires. Les vestiaires seront sécurisés par des parents bénévoles. Les sportifs devront emmener au bord du bassin uniquement le strict minimum.
- Les ballets seront nagés avec coiffe en gélatine. Un espace spécifique sera mis à disposition pour réaliser les coiffes en gélatine
- Les nageuses ont l'interdiction de commencer à enlever la gélatine dans les bassins. Chaque nageuse devra être attentive à ramasser la gélatine tombée dans les douches ou les vestiaires à l'issue de la compétition.
- Par mesure de sécurité, la fosse de plongée ne sera pas accessible durant toute la durée du week-end de compétition
- Chaque responsable de club devra s'assurer que ses nageurs et nageuses laissent les vestiaires, les douches, les toilettes et le bord du bassin propres avant de repartir.
- L'accès au bassin sera réservé aux sportifs, entraîneurs et officiels. Des badges seront remis aux entraîneurs et aux officiels à leur arrivée.



- Les repas seront obligatoirement pris à l'extérieur de la piscine. Un espace ombragé avec tables et chaises sera mis à disposition. Il est interdit de manger dans les vestiaires et au bord du bassin.

### **INFORMATIONS POUR LES OFFICIELS**

Les officiels viennent avec leurs effets personnels (chronomètre, stylo, etc...).

Tenue réglementaire pour les officiels :

- Haut blanc en manches courtes
- Pantalon ou pantacourt noir
- Chaussures noires

#### **Repas :**

Les repas du samedi midi et du dimanche midi seront offerts aux officiels dans l'espace qui leur est réservé sous forme de buffet froid.

### **LES BILLETS D'ENTRÉE**

L'entrée à la compétition est gracieusement offerte aux accompagnants.

Nous attirons votre attention sur la nécessité en retour de respecter l'espace Nautique mis à disposition par nos partenaires, et de le rendre le Dimanche soir en parfait état de fonctionnement.

### **NOS STANDS DE VENTE**

- Les photos

Un photographe vous proposera de magnifiques souvenirs de votre compétition.

Vous pourrez visualiser les photos en ligne dans les jours suivant la compétition afin de commander si vous le souhaitez les fichiers numériques.



## **LES REPAS**

Le Nautic Club Nîmois, en partenariat avec les boulangeries Ange, vous propose de passer commande d'un panier repas nageurs pour le Samedi midi et le Dimanche midi :

- **Panier Sandwich** (Poulet Provençal, Jambon Emmental, Iberico (courgette, poivron, aubergine, jambon serrano) ou Rosette ) + **Cookie** (Pepite Chocolat, Chocolat Blanc Cranberries, Caramel Beurre Salé ou Triple Chocolat) + **Boisson** (Eau 50 mL ou Minute Maid Orange ou Pomme 33 mL)
  
- **Panier Salade** (Taboulé ou Penne Avocats légèrement piquant) + **Cookie** (Pepite Chocolat, Chocolat Blanc Cranberries, Caramel Beurre Salé ou Triple Chocolat) + **Boisson** (Eau 50 mL ou Minute Maid Orange ou Pomme 33 mL)

Chaque panier sera proposé au prix de 8 Euros. Les paniers seront remis le Samedi et le Dimanche entre 11h00 et 12h00 dans un espace dédié.

Les commandes seront à réaliser par mail à [jeromeduret38@gmail.com](mailto:jeromeduret38@gmail.com), avant le Dimanche 02 Juin au soir. Pour toute information complémentaire urgente joindre Jérôme Duret au 0610118254 par appel vocal ou SMS.

Dans chaque mail merci de préciser :

- En objet : Commande repas nageur IRSO Juin 2024

Puis dans le mail :

- Nom du club
- Identification distincte des commandes pour le Samedi et le Dimanche
- Pour chaque jour composition des paniers pour chaque nageuse (indiquer le prénom de la nageuse et ce qu'elle veut, bien préciser le sandwich ou la salade choisie, ainsi que le cookie et la boisson choisie)
- Récapitulatif du nombre total de paniers commandés et du prix total de la commande
- Coordonnées mail et téléphonique d'une personne référente à joindre au besoin

Le règlement sera à effectuer par virement bancaire sur le compte du Nautic Club Nîmois avant le Mercredi 05 Juin 2024.



PRÉCISER DANS L'OBJET DU VIREMENT :

CLUB – CHALLENGE IRSO – REPAS NAGEURS

BIC : CCBPFRPPPPG

IBAN NCN : FR76 1660 7002 6468 0212 5913 626

Sur place vous trouverez aussi un espace restauration extérieur ainsi qu'une buvette intérieure, qui vous proposeront :

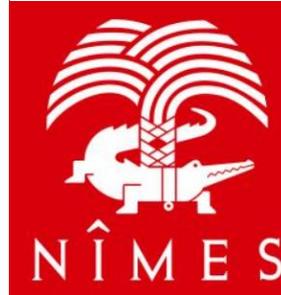
- Des boissons fraîches et chaudes
- Sandwich Saucisses / Merguez
- Frites
- Pizza froides
- Choix de desserts sucrés



## LES ORGANISATEURS



## NOS PARTENAIRES



## NOS SPONSORS

