

# CHAMPIONNAT RÉGIONAL OCCITANIE JEUNES

29 & 30  
MARS  
2025

DE NATATION  
ARTISTIQUE



**PISCINE ESPACE AQUASUD SAINT CYPRIEN**

**TARIFS : 5€ / JOUR - 8€ 2 JOURS**

	<p><b>NATATION ARTISTIQUE</b></p> <p><b>CHAMPIONNAT REGIONAL OCCITANIE JEUNES</b></p>	
	<p>29 &amp; 30 Mars 2025</p>	
	<p>Piscine Espace Aquasud 1, rue Montesquieu -66750 Saint Cyprien</p>	

**La Ligue Occitanie Pyrénées-Méditerranée de Natation,**  
**La ville de Saint Cyprien,**  
**Le Club « Le Cercle des Nageurs de Saint Cyprien »**  
**Sont heureux de vous accueillir à la piscine Espace Aquasud pour**  
**Le Championnat Régional Occitanie Jeunes 2025 de Natation**  
**artistique**





## LIEU DE COMPETITION



### **Piscine Espace Aquasud :**

1, rue Montesquieu 66750 – Saint Cyprien village

Tél : 04.68.21.50.24

Latitude : 42.617844 S

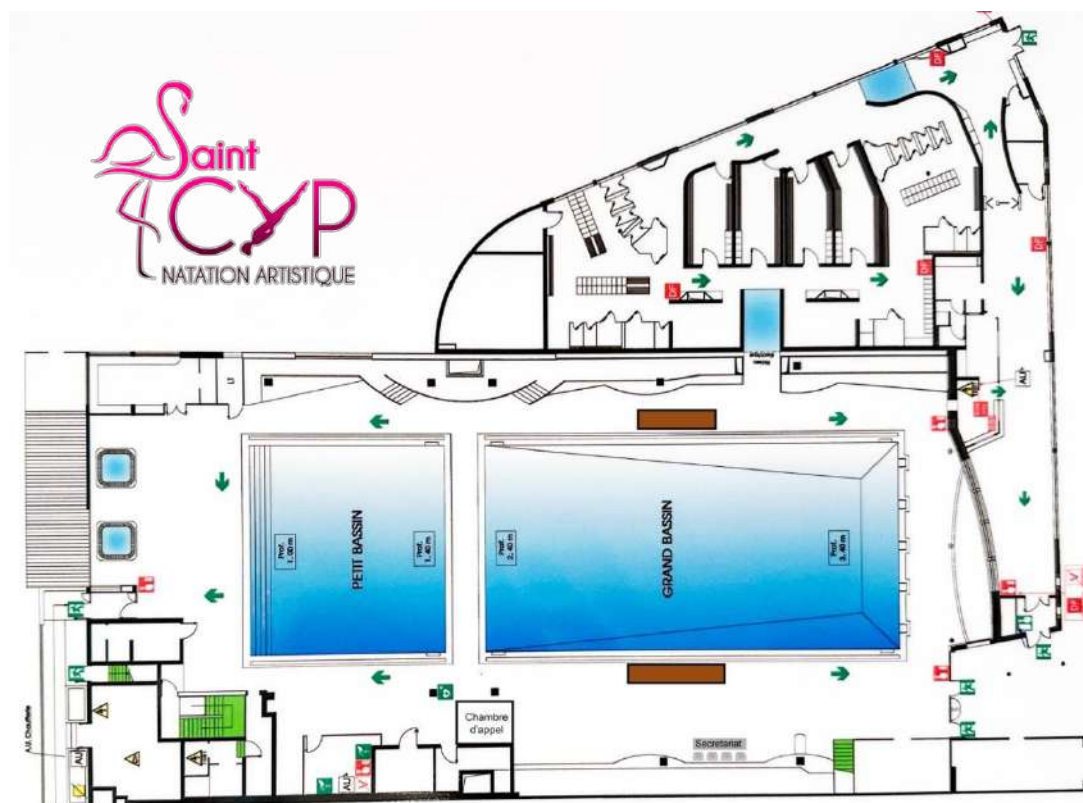
Longitude : 3.0049324 E

### **Bassin de compétition :**

25 m X 5 lignes d'eau – profondeur 3m80 max / 2m40 min

### **Bassin de récupération :**

Petit bassin – profondeur 1m min / 1m40 max



Devant et aux abords de l'Espace Aquasud, des emplacements seront réservés aux minibus et aux voitures des différents clubs. L'accès aux espaces dédiés au public se fera par les portes vitrées, où il sera nécessaire de se déchausser.



**Juge arbitre :** Danijela PILIC

**Déléguée Ligue OPMN :** Christine KITEGI

**Vice arbitre :** Tiffany LATORRE

**PROGRAMME « Prévisionnel »**

**Samedi 29 Mars 2025**

<b>11h00 - 11h45</b>	<b>Réunion des officiels</b> – salle école primaire DESNOYERS
<b>12h00</b>	<b>Ouverture des portes de l'Espace AQUASUD</b>
<b>12h15</b>	Echauffement natation course pour toutes les nageuses/nageurs
<b>12h30 – 13h30</b>	Echauffement des figures imposées ( <i>2 groupes de 30 min – changement à 13h</i> )
<b>13h45</b>	<b>Compétition des figures imposées</b>
<b>15h50</b>	Echauffement natation course pour toutes les nageuses/nageurs solistes
<b>16h00 – 17h00</b>	Echauffement des solos ( <i>2 groupes de 30 min - changement à 16h30</i> )
<b>17h15</b>	<b>Compétition des solos libres</b>
<b>19h00</b>	Débriefing du jury
	<b>Pause Repas - officiels (buvette)</b>
<b>19h20</b>	Echauffement natation course pour toutes les nageuses/nageurs
<b>19h30 – 20h</b>	Echauffement des combinés et ballets acrobatiques
<b>20h15</b>	<b>Compétition des ballets combinés et ballets acrobatiques</b>
<b>20h45</b>	Débriefing du jury
<b>21h00</b>	<b>Présentation des participants et cérémonie protocolaire</b>

## PROGRAMME « Prévisionnel »

**Dimanche 30 Mars 2025**

**09h30 - 11h00**      **Formation Codification Coach Card** – salle école primaire  
DESNOYERS

**11h00 – 12h00 Pause Repas**

**12h00**              **Ouverture des portes de l'Espace AQUASUD**

**12h15**              Echauffement natation course pour toutes les nageuses/nageurs

**12h30 – 13h00**      Echauffement des duos

**13h15**              **Compétition des duos libres**

**14h30**              Débriefing du jury

**14h45**              Echauffement natation course pour toutes les nageuses/nageurs

**15h – 16h**      Echauffement des ballets d'équipes (*2 groupes de 30 min - changement de groupe à 15h30*)

**16h15**              **Compétition des ballets d'équipes**

**17h15**              Débriefing du jury

**17h30**              **Présentation des nageurs et cérémonies protocolaires.**

**BONNE COMPETITION A TOUTES LES PARTICIPANT(E)S !**



	<p><b>NATATION ARTISTIQUE</b></p> <p><b>CHAMPIONNAT REGIONAL OCCITANIE JEUNES</b></p>	
	<p>29 &amp; 30 Mars 2025</p>	
	<p>Piscine Espace Aquasud 1, rue Montesquieu -66750 Saint Cyprien</p>	

### ENGAGEMENTS et REGLEMENT

1/ Engagements sur le logiciel Extranat du **Lundi 03 Mars – Mercredi 19 Mars 2025**

2/ Paiement facture en ligne

Le règlement fédéral s'applique concernant les pénalités.

### ENVOI DES MUSIQUES

Envoyer les enregistrements musicaux, sous format WAV, avant le dimanche 23 Mars 2025, à l'adresse email suivante : [tiffanyla@hotmail.com](mailto:tiffanyla@hotmail.com)

1 musique par mail ou possibilité d'envoyer par We transfer.

Par fichier musique vous devez préciser :

- le nom du club

- la catégorie « Jeune »

- le type de ballet (Solo, Duo, Equipe, Combiné, Acro)

- la composition du ballet : nom et prénom de chaque nageuse et pour les équipes, ballets combinés et acrobatiques 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.**

### ENVOI DES COACHS CARDS

Envoyer les coachs cards (solo – duo - équipe libre – ballet combiné – ballet acrobatique), avant le jeudi 20 mars 2025, à l'adresse email suivante : [clairecornu31@gmail.com](mailto:clairecornu31@gmail.com)

Veuillez utiliser le nouveau tableur Version 7. Les modifications légères des Coachs Cards seront acceptées jusqu'au **mercredi 26 mars au soir**, voire **jeudi 27 mars au plus tard à 10h**. Cela permettra aux Contrôleurs Techniques de les étudier à partir de **12h**.

## INFORMATIONS NAGEUSES/EURS et CLUBS

### Accès et Installation

- **Accès au bassin** : Les entraîneurs et nageuses/eurs entreront par l'accueil et les vestiaires de la piscine.
- **Vestiaires** : Chaque club dispose d'un vestiaire ou cabine attribué(e) avec des espaces pour se changer.
  - Les garçons auront des cabines individuelles.
  - Les nageuses/eurs doivent maintenir la propreté des vestiaires, douches, toilettes et du site d'entraînement. Les entraîneurs doivent s'assurer que cela soit respecté avant de partir.

### Hygiène et Préparation

- **Douche obligatoire** avant d'entrer dans le bassin et après les séances d'échauffement.
- **Pédiluves** : Passage obligatoire avant d'entrer dans les bassins.
- **Coiffure et maquillage** : Les nageuses/eurs doivent arriver coiffés et maquillés.
  - Un espace pour retouches de maquillage et de gélatine sera disponible à l'école Desnoyers.
  - **Attention** : Ne pas jeter l'excédent de gélatine dans les lavabos ou toilettes, mais dans les poubelles.

### Organisation des Sacs et Espaces

- **Sacs** : Les sacs doivent être laissés dans les vestiaires, deux personnes bénévoles surveilleront. Des jetons pour les casiers sont nécessaires.
- **Espace réservé aux nageuses/eurs** : Un espace est réservé pour assister à la compétition, mais elles/ils ne peuvent pas accéder à l'espace public.
- **Chambre d'appel** : Située du côté du petit bassin.

### Tenues et Règlementation

- **Règlements FINA** :
  - Pour les **épreuves de ballets** : Maillot et coiffe conformes, bijoux interdits.
  - Pour les **épreuves de figures imposées** : Maillot noir, bonnet blanc, bijoux et vernis interdits.

### Restauration

- La restauration se fera à l'école Desnoyers, près de la piscine.
  - Les repas doivent être réservés via le lien en ligne.
  - Des verres et assiettes biodégradables seront utilisés pour respecter l'environnement (recyclage du carton et du plastique).
  - **Interdiction de manger sur le bord du bassin et dans les vestiaires**. Les clubs pourront se restaurer dans la cour ou salle de l'école.

## RESTAURATION

### Paniers Repas Savoureux – Un Moment de Convivialité à Partager !

Profitez d'un repas délicieux et partagez un moment de convivialité entre clubs, nageuses/eurs, parents et supporters ! Que vous soyez sur le bord du bassin ou dans les tribunes, nos paniers repas sont l'occasion parfaite de recharger vos batteries tout en créant des liens et en discutant de la compétition !

#### Panier Repas à 10 €

Un menu simple et savoureux pour faire une pause SAMEDI MIDI, SOIR, DIMANCHE MIDI, SOIR :

- **Panini au choix :**
  - Mozza, jambon cru, pesto
  - Jambon, emmental
  - Chèvre
- **Bouteille d'eau**
- **Une compote**
- **Un paquet de chips**

#### Panier Repas à 12 € (Disponible seulement le dimanche midi)

Un menu plus complet pour partager un vrai moment de convivialité :

- **Une portion de fideuà** chaude et pleine de saveurs méditerranéennes, à savourer entre amis, clubs !
- **Barre de céréales**
- **Une banane**
- **Une bouteille d'eau**

### Un Repas, Un Moment, Une Ambiance !

Que vous soyez un nageur, un parent ou un supporter, ces paniers repas sont l'occasion parfaite de vous retrouver autour d'un repas délicieux et de partager un agréable moment avec les autres clubs. Réservez vite !

### Réservez Votre Panier Repas dès Maintenant !

Ne manquez pas cette occasion de vivre un moment convivial tout en dégustant un repas savoureux. Pour cela, merci de valider votre commande avant le **Lundi 24 mars 2025**.

[https://www.cnsaintcyprien.com/collect/description/542764-b-paniers-repas-et-fideua-pour-le-29-et-30-mars-2025?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTEAAR3MCiKtwFzj5VMYRXaj6\\_HnrxKByh0gHvp7tgSDaJL-CITR5vVsAuQcnh8\\_aem\\_qlGP4hD020udl68WNZMBqA](https://www.cnsaintcyprien.com/collect/description/542764-b-paniers-repas-et-fideua-pour-le-29-et-30-mars-2025?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTEAAR3MCiKtwFzj5VMYRXaj6_HnrxKByh0gHvp7tgSDaJL-CITR5vVsAuQcnh8_aem_qlGP4hD020udl68WNZMBqA)

**Pour toutes questions ou renseignements :** Par e-mail : [bureau.cnsaintcyp@gmail.com](mailto:bureau.cnsaintcyp@gmail.com)  
Par téléphone : **06 20 09 15 41**





## RESERVATION ENTREES

 ✨ **Plongez dans la magie de la natation artistique !** ✨ 

Organiser un événement d'une telle ampleur est un véritable défi. Nous faisons face à une augmentation des frais d'organisation pour garantir aux nageurs et nageuses des conditions optimales de compétition. Malgré ces défis, notre priorité reste de vous offrir un spectacle inoubliable et de soutenir nos athlètes dans leur passion.

Pour y parvenir, nous avons pris la décision d'instaurer un tarif d'entrée symbolique :

- ✍ **5€ pour une journée**
- ✍ **8€ pour les deux jours de compétition**
- 👶 **Gratuit pour les moins de 3 ans**

Votre contribution est précieuse et nous permet de maintenir la qualité et l'accessibilité de ces Championnats. Nous savons que, comme nous, vous avez à cœur de soutenir ce beau sport et ses talents émergents.

⚠ **N'oubliez pas de réserver vos billets** pour profiter pleinement du spectacle !

[https://www.cnsaintcyprien.com/collect/description/543221-u-championnat-regional-29-30-mars-2025?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTEAAR0RvIn8pgnzVh7Tdvtbi4QcQab2RzSysLUGbTf8gpQGqNnHyr6JbC7VCqsk\\_aem\\_SPf5e\\_0-viooTIAcCWWLNw](https://www.cnsaintcyprien.com/collect/description/543221-u-championnat-regional-29-30-mars-2025?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTEAAR0RvIn8pgnzVh7Tdvtbi4QcQab2RzSysLUGbTf8gpQGqNnHyr6JbC7VCqsk_aem_SPf5e_0-viooTIAcCWWLNw)

Nous vous attendons nombreux pour encourager ces athlètes qui donnent le meilleur d'eux-mêmes et partager ensemble l'émotion unique de la natation artistique. ❤️ 🌊

 **Merci pour votre soutien et votre compréhension !**

À très bientôt au bord du bassin ! ✨ 💧

## INFORMATIONS OFFICIELS

### Réunion des jurys pour les différentes épreuves :

- **Samedi 29 mars 2025** : De 11h à 11h45 – Jugement des épreuves **FI, solos, combinés, ballets acrobatiques**
- **Dimanche 30 mars 2025** : De 9h30 à 11h – **Formation Codification Coach Card** - Réunion pour les épreuves **duos et équipes**.  
*Lieu : Salle de l'école primaire Desnoyers (à côté de la piscine)*

### Tenue des Jurys

- **Haut** : Polo ou tee-shirt à manches courtes
- **Bas** : Pantalon ou pantacourt noir
- **Chaussures** : Blanches

### Repas des Jurys

- **Samedi soir** : Repas pris en charge à la buvette
- **Dimanche midi** : **Fideu**à servie à la salle de l'école Desnoyers, 1 Rue Jules Lemaître (juste à côté de la piscine)

### Accès au Bassin

L'accès au bassin pour les entraîneurs et les nageuses/eurs se fait par l'accueil et les vestiaires de la piscine.

## VENIR A LA PISCINE EN VOITURE

En venant de Narbonne : Nationale 9 (RN9) ou Autoroute A9, sortie 41 (Perpignan Nord) puis direction Saint-Laurent de la Salanque, Canet, Saint-Cyprien.

Roulez bien informés (tarifs, itinéraires, circulation) :

- Radio Trafic : 107.7

- Autoroutes du Sud de la France : 33 (0)4 68 41 56 12

Préparez votre itinéraire avec Via Michelin ou Mappy.



## NOS PARTENAIRES

