

# NATATION SYNCHRONISEE

Journées d'Automne NE  
les 20/21 Novembre 2010 à METZ

Cette compétition compte 7 épreuves, réparties comme suit :

- ▶ Figures Imposées : les 2 obligatoires (Espoir et Junior)
- ▶ 1/2 Solo Libre : durée 1'30" (Espoir, Junior et Senior)
- ▶ **Solo Technique : nageuses visant une qualification solo en FINA**
- ▶ Duo Technique : nageuses ayant un positionnement en duo FINA

Chaque nageuse peut être engagée librement dans une ou plusieurs épreuves.

| ESPOIRS                        | JUNIORS                        | SENIORS               |
|--------------------------------|--------------------------------|-----------------------|
| EN FINA NATIONAL ET ELITE      | EN PERE                        | EN QUALIFICATION SOLO |
| ▶ Figures Imposées             | ▶ Figures Imposées             | ▶ Solo Technique      |
| ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30") | ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30") |                       |
|                                | EN FINA NATIONAL ET ELITE      | EN FINA               |
|                                | ▶ Figures Imposées             | ▶ Duo Technique       |
|                                | ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30") |                       |

**Journées Techniques d'Hiver  
les 29 et 30 Janvier 2011 à COMPIEGNE**

Cette compétition compte 10 épreuves, réparties comme suit :

- ▶ Figures Imposées : les 2 obligatoires + 1 groupe optionnel (Espoir et Junior)
- ▶ Solo Technique : nageuses ayant un positionnement en solo FINA
- ▶ 1/2 Solo Libre : durée 1'30" (Espoir, Junior et Senior)
- ▶ Duo Technique : nageuses ayant un positionnement en duo FINA
- ▶ 1/2 Duo Libre : durée 1'45" (Espoir, Junior et Senior)

Chaque nageuse peut être engagée librement dans une ou plusieurs épreuves.

Les nageuses ayant évolué aux Hiver Elite ne peuvent pas s'engager sur cette compétition.

| ESPOIRS                                     | JUNIORS                                     | SENIORS   |
|---|---|---|
| EN FINA NATIONAL ET ELITE                   | EN PERF                                     | EN PERF   |
| ▶ Figures Imposées                          | ▶ Figures Imposées                          | ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30")<br>▶ 1/2 Duo Libre (durée 1'45 avec + ou - 5") |
| ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30")              | ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30")              |   |
| ▶ 1/2 Duo Libre (durée 1'45 avec + ou - 5") | ▶ 1/2 Duo Libre (durée 1'45 avec + ou - 5") |   |
|   | EN FINA NATIONAL ET ELITE                   | EN FINA   |
|   | ▶ Figures Imposées                          | ▶ Solo Technique  |
|   | ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30")              | ▶ Duo Technique   |
|   | ▶ 1/2 Duo Libre (durée 1'45 avec + ou - 5") | ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30")  |
|   |   | ▶ 1/2 Duo Libre (durée 1'45 avec + ou - 5")                                   |

**OPEN CLUBS DE PRINTEMPS**  
**les 26 et 27 Mars 2011**  
**CHARLEVILLE MEZIERES**

Les Open Clubs de Printemps comptent 11 épreuves, réparties comme suit :

- ▶ Figures Imposées : les 2 obligatoires + 1 groupe optionnel (Espoir et Junior)
- ▶ Solo Libre : Espoir, Junior et Senior
- ▶ Duo Libre : Espoir, Junior et Senior
- ▶ Equipe Libre : Espoir et Junior
- ▶ Combiné Libre : Toutes Catégories

Cette compétition est ouverte aux autres interrégions et aux pays voisins.

Chaque nageuse peut être engagée librement dans une ou plusieurs épreuves.

| ESPOIRS                   |  | JUNIORS                   |  | SENIORS      |  | TC                        |  |
|---------------------------|--|---------------------------|--|--------------|--|---------------------------|--|
| EN FINA NATIONAL ET ELITE |  | EN PERF                   |  | EN PERF      |  | EN PERF                   |  |
| ▶ Figures Imposées        |  | ▶ Figures Imposées        |  | ▶ Solo Libre |  | ▶ Combiné                 |  |
| ▶ Solo Libre              |  | ▶ Solo Libre              |  | ▶ Duo Libre  |  |                           |  |
| ▶ Duo Libre               |  | ▶ Duo Libre               |  |              |  |                           |  |
| ▶ Equipe Libre            |  | ▶ Equipe Libre            |  |              |  |                           |  |
|                           |  |                           |  |              |  |                           |  |
|                           |  | EN FINA NATIONAL ET ELITE |  | EN FINA      |  | EN FINA NATIONAL ET ELITE |  |
|                           |  | ▶ Figures Imposées        |  | ▶ Solo Libre |  | ▶ Combiné                 |  |
|                           |  | ▶ Solo Libre              |  | ▶ Duo Libre  |  |                           |  |
|                           |  | ▶ Duo Libre               |  |              |  |                           |  |
|                           |  | ▶ Equipe Libre            |  |              |  |                           |  |

**Tournoi Interrégional de Qualification DUO (Junior et Senior)**  
**Challenge du Nord Est**  
**les 9 et 10 Avril 2011**  
**STRASBOURG**

**TIRQ**

| JUNIORS   | SENIORS  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Figures Imposées</li> <li>▶ Duo Libre</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Duo Technique</li> <li>▶ Duo Libre</li> </ul> |

**CHALLENGE**

| ESPOIRS   | JUNIORS   | SENIORS  | TC  |
|---|---|--|---|
| <b>EN FINA NATIONAL ET ELITE</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Solo Libre</li> <li>▶ Duo Libre</li> <li>▶ Equipe Libre</li> </ul> | <b>EN PERF</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Figures Imposées</li> <li>▶ Solo Libre</li> <li>▶ Duo Libre</li> <li>▶ Equipe Libre</li> </ul> | <b>EN PERF</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Solo Libre</li> <li>▶ Duo Libre</li> </ul>                    | <b>EN PERF</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Combiné</li> </ul> |
|   | <b>EN FINA NATIONAL ET ELITE</b>  | <b>EN FINA</b>   | <b>EN FINA NATIONAL ET ELITE</b>  |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Figures Imposées</li> <li>▶ Solo Libre</li> <li>▶ Duo Libre</li> <li>▶ Equipe Libre</li> </ul>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Solo</li> <li>▶ Technique</li> <li>▶ Solo Libre</li> <li>▶ Duo Libre</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Combiné</li> </ul>                   |

**N3 Performance TC**  
**Critérium Nord Est**  
**les 28 et 29 Mai 2011 à CHENOVE**

**N3 PERF**

|                    | JUNIORS | SENIORS                     | TC        |
|--------------------|---------|-----------------------------|-----------|
|                    | EN PERF | EN PERF                     | EN PERF   |
| ▶ Figures Imposées |         | ▶ Solo Libre<br>▶ Duo Libre | ▶ Combiné |
| ▶ Solo Libre       |         |                             |           |
| ▶ Duo Libre        |         |                             |           |
| ▶ Equipe Libre     |         |                             |           |

**CRITERIUM NORD EST**

| ESPOIRS                   |
|---------------------------|
| EN FINA NATIONAL ET ELITE |
| ▶ Figures Imposées        |
| ▶ Solo Libre              |
| ▶ Duo Libre               |
| ▶ Equipe Libre            |

**Finale individuelle + INTER SOCLE C2**  
**les 11 et 12 Juin 2011 à LILLE**

La compétition "Finale individuelle du socle" est accessible aux nageuses nées en 1997 et après, figurant dans le Cycle 2 et ayant validé au préalable, au moins 2 épreuves de C2 Formation (parmi la danse, la propulsion et la technique).

| DANSE          | PROPULSION     | TECHNIQUE      | SOCLE                          |
|----------------|----------------|----------------|--------------------------------|
| C2             | C2             | C2             | C2                             |
| ▶ Epreuve N° 1 | ▶ Epreuve N° 2 | ▶ Epreuve N° 3 | ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30") |

La compétition "Intersocle C2" est ouverte aux nageuses figurant dans le Cycle 2.

| SOCLE C2               |
|------------------------|
| ▶ Epreuve combiné N° 5 |

## CALENDRIER

|                        |   |                      |
|------------------------|---|----------------------|
| 2 et 3 Octobre 2010    | Colloque Montage Chorégraphique               | REIMS                |
| 2 et 3 Octobre 2010    | Réunion des Formateurs d'Officiels            | REIMS                |
| 23 au 25 Octobre 2010  | Stage Collectif Solos ZN                      | CALAIS               |
| 29 au 31 Octobre 2010  | Stage Collectif Solos ZE                      |                      |
| 20 et 21 Novembre 2010 | Journées Techniques Automne                   | METZ                 |
| 18 et 19 Décembre 2010 | Formation des ETR                             | STRASBOURG           |
| 29 et 30 Janvier 2011  | Journées Techniques Hiver                     | COMPIEGNE            |
| 26 et 27 Mars 2011     | Open Clubs Printemps                          | CHARLEVILLE MEZIERES |
| 9 et 10 Avril 2011     | Tournoi de Qualification Duos Juniors/Seniors | STRASBOURG           |
| 28 et 29 Mai 2011      | Championnat N3 Eté Performance                | CHENOVE              |
| 11 et 12 Juin 2011     | Finale Individuelle Socle - Finale Cycle 2    | LILLE                |
| 25 et 26 Juin 2011     | Stage C2 de la Finale                         |                      |

# WATER POLO

## 11 ans et moins : joueurs nés en 2000 et 2001

**Finalité : compétition interrégionale Polonate** : 2 équipes Nord 1 équipe Pas de Calais

Encadrement : Olivier JUNG, Damien PUCHE, Julian VERMEERSCH

Détection : Dimanche 13 Mars 2011 (Lille)

Stage : du Dimanche 24 au Mercredi 27 Avril 2011 (Solesmes)

Coupe Interrégion Polonate : Dimanche 08 Mai 2011 (Epernay)

## 12 ans et moins : joueurs nés en 1999/2000

**Finalité : Coupe de France des Départements**

Encadrement : Emilien CARON, Benjamin RUDENT

Stage : Dimanche 27 Février au Mercredi 02 Mars 2011 (Solesmes)

Stage commun avec la zone EST

Tournoi : Dimanche 10 Avril 2011 (Belgique)

Coupe de France des Départements : Samedi 18 et Dimanche 19 Juin 2011 (Longwy)

## 18 ans et moins : joueurs nés en 1993, 1994

**Finalité : Tournoi International 17 ans**

Encadrement : Thomas BOURDET, Cédric MORONVAL

Détection : Dimanche 23 Janvier 2011 (Douai)

Rassemblements : Février et Mars 2011

Tournoi : Samedi 12 et Dimanche 13 Mars 2011 (Reims)

**DISPOSITIONS FINANCIÈRES INTERRÉGIONALES 2010 /2011**  
**TARIF DES ENGAGEMENTS**

**NATATION COURSE - MAITRES - EAU LIBRE - INDOOR**

|                                  |                          |                       |  |
|----------------------------------|--------------------------|-----------------------|--|
| INDIVIDUEL                       | 6 €                      | 5 € à l'organisateur  | 1 € à l'interrégion                    |
| RELAIS                           | 9 €                      | 8 € à l'organisateur  | 1 € à l'interrégion                    |
| NATATHLON                        | 10 € Pour les 6 épreuves | 8 € à l'organisateur  | 2 € à l'interrégion                    |
| Coupe de France des Départements | 30 €                     | 30 € à l'organisateur | 80 € en cas de forfait à l'interrégion |

**Remboursement Juge Arbitre INTER CLUBS**

|             |  |
|-------------|--|
| Déplacement | 0, 35 € / kms à la charge de l'interrégion                               |
| Hébergement | 1 nuit pour une personne à la charge de la Région qui reçoit             |
| Repas       | Tous les repas durant la compétition à la charge de la Région qui reçoit |

**NATATION SYNCHRONISEE**

|  |                                     |                                     |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Compétitions Nationale 3                   | 8 € par nageuse pour l'organisateur | 8 € par ballet pour l'interrégion   |
| Compétitions Interrégionales préparatoires | 4 € par nageuse pour l'organisateur | 4 € par ballet pour l'interrégion   |
| Amende pour non présentation d'Officiel    |                                     | 100 € pour l'interrégion            |
| Crédit de fonctionnement CTR               |                                     | 400 € par Région pour l'interrégion |

**WATER POLO**

|                                  |                                |                                    |
|----------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|
| POLONAT                          | Equipe                         | 30 € pour l'interrégion            |
| Coupe de France des Départements | Equipe                         | 80 € pour l'interrégion            |
| Coupe de France des Départements | Amende pour défaut d'arbitrage | 80 € pour l'interrégion            |
| Crédit de Formation              |                                | 75 € par Région pour l'interrégion |

**RECOMPENSES**

Pour toutes les disciplines, les récompenses sont à la charge de l'organisateur.