



# Programme sportif Alsace

## Natation Course

Saison 2023/2024

## Catégorie d'âges année 2023

	Avenirs 1	Avenirs 2	Avenirs 3	Benjamin 1	Benjamin 2	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4	Seniors
Filles	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005
Garçons	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004

## Catégorie d'âges année 2024

	Avenirs 1	Avenirs 2	Avenirs 3	Benjamin 1	Benjamin 2	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4	Juniors 5	Seniors
Filles	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005
Garçons	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005

## Interclubs poule B

Date : dimanche 5 novembre

Lieux : Saint-Louis

Engagements : 100€ par équipes

OP 7h30 – Début 9h
10x50m NL Dames et Messieurs 100 dos Dames 200 dos Messieurs 100 brasse Dames 200 brasse Messieurs 100 NL Dames 400 NL Messieurs 100 papillon Dames 200 papillon Messieurs 100m 4n Dames 200m 4n Messieurs 4x200m NL Dames
OP 13h30 – Début 15h
4x200m NL Messieurs 200 dos Dames 100 dos Messieurs 200 brasse Dames 100 brasse Messieurs 400 NL Dames 100 NL Messieurs 200 papillon Dames 100 papillon Messieurs 200m 4n Dames 100m 4n Messieurs 4x100m 4n Dames et Messieurs

Chaque équipe est composée de dix nageurs avec l'obligation de participer à une épreuve individuelle et au relais 10 x 50 nage libre. Lorsque les titulaires du relais 10 x 50 nage libre ont nagé, aucun remplaçant ne peut se substituer dans les autres courses.

## Championnats d'Alsace Hiver

**Date : Samedi 18 novembre et dimanche 19 novembre**

**Lieux : Obernai**

### Engagements

6 euros par course.

### Récompense

- Benjamins 1
- Benjamins 2
- Juniors 1 et 2
- Juniors 3 et +

Samedi	Dimanche
<b>Ouverture des portes 7h30 – Début des épreuves 9h00</b>	<b>Ouverture des portes 7h30 – Début des épreuves 9h00</b>
100 4 Nages Dames Séries Toutes catégories 100 4 Nages Messieurs Séries Toutes catégories 50 Papillon Dames Séries Toutes catégories 50 Papillon Messieurs Séries Toutes catégories 800 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories 200 Brasse Messieurs Séries Toutes catégories 200 Brasse Dames Séries Toutes catégories 400 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories	100 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories 100 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories 200 Papillon Dames Séries Toutes catégories 200 Papillon Messieurs Séries Toutes catégories 50 Brasse Dames Séries Toutes catégories 50 Brasse Messieurs Séries Toutes catégories 200 Dos Dames Séries Toutes catégories 200 Dos Messieurs Séries Toutes catégories 400 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories 800 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories
<b>Ouverture des portes 14h00 – Début des épreuves 15h30</b>	<b>Ouverture des portes 14h00 – Début des épreuves 15h30</b>
400 4 Nages Dames Séries Toutes catégories 400 4 Nages Messieurs Séries Toutes catégories 200 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories 200 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories 100 Brasse Dames Séries Toutes catégories 100 Brasse Messieurs Séries Toutes catégories 50 Dos Dames Séries Toutes catégories 50 Dos Messieurs Séries Toutes catégories 1500 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories	100 Papillon Dames Séries Toutes catégories 100 Papillon Messieurs Séries Toutes catégories 100 Dos Dames Séries Toutes catégories 100 Dos Messieurs Séries Toutes catégories 1500 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories 200 4 Nages Dames Séries Toutes catégories 200 4 Nages Messieurs Séries Toutes catégories 50 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories 50 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories

**Pour les 800m et 1500m un maximum de 24 nageurs pourront s'engager par épreuves.**

### Grilles de qualification Dames :

	Benjamines 1	Benjamines 2	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4 et +
Courses	400 points	500 points	600 points	700 points	800 points	850 points
50NL	00:40.28	00:38.05	00:36.03	00:34.17	00:32.44	00:31.61
100NL	01:25.57	01:21.03	01:16.93	01:13.16	01:09.65	01:07.98
200NL	03:09.15	02:58.89	02:49.61	02:41.08	02:33.14	02:29.35
400NL	06:32.46	06:11.72	05:52.96	05:35.72	05:19.67	05:12.02
800NL	13:17.36	12:35.93	11:58.47	11:24.03	10:51.97	10:36.69
1500NL	25:45.80	24:25.06	23:12.08	22:04.97	21:02.50	20:32.74
50 dos	00:47.64	00:44.76	00:42.15	00:39.76	00:37.53	00:36.47
100 dos	01:40.32	01:34.22	01:28.89	01:23.99	01:19.43	01:17.26
200 dos	03:28.89	03:17.18	03:06.59	02:56.86	02:47.80	02:43.48
50 brasse	00:51.58	00:48.60	00:45.91	00:43.43	00:41.12	00:40.03
100 brasse	01:54.40	01:47.59	01:41.43	01:35.78	01:30.51	01:28.00
200 brasse	03:57.99	03:44.52	03:32.34	03:21.14	03:10.72	03:05.75
50 papillon	00:43.64	00:41.15	00:38.89	00:36.82	00:34.89	00:33.97
100 papillon	01:38.05	01:32.39	01:27.26	01:22.55	01:18.17	01:16.08
200 papillon	03:26.01	03:14.91	03:04.86	02:55.63	02:47.04	02:42.94
100 4n	01:40.34	01:34.70	01:29.61	01:24.93	01:20.57	01:18.49
200 4n	03:28.66	03:17.39	03:07.21	02:57.84	02:49.12	02:44.97
400 4n	07:12.44	06:49.80	06:29.33	06:10.51	05:53.00	05:44.65

**Grilles de qualification Messieurs :**

	Benjamins 1	Benjamins 2	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4 et +
Courses	400 points	500 points	600 points	700 points	800 points	850 points
50NL	00:37.74	00:35.46	00:33.40	00:31.51	00:29.75	00:28.91
100NL	01:21.01	01:16.29	01:12.01	01:08.08	01:04.43	01:02.69
200NL	02:51.99	02:42.53	02:33.98	02:26.12	02:18.81	02:15.32
400NL	05:58.68	05:39.62	05:22.39	05:06.54	04:51.79	04:44.76
800NL	12:24.39	11:45.67	11:10.67	10:38.49	10:08.54	09:54.26
1500NL	23:51.97	22:35.98	21:27.28	20:24.12	19:25.33	18:57.31
50 dos	00:43.19	00:40.50	00:38.06	00:35.82	00:33.73	00:32.74
100 dos	01:31.51	01:25.89	01:20.82	01:16.15	01:11.81	01:09.74
200 dos	03:12.58	03:01.30	02:51.11	02:41.74	02:33.01	02:28.86
50 brasse	00:47.61	00:44.61	00:41.89	00:39.40	00:37.07	00:35.97
100 brasse	01:41.95	01:35.91	01:30.46	01:25.44	01:20.78	01:18.55
200 brasse	03:33.29	03:21.15	03:10.18	03:00.09	02:50.70	02:46.23
50 papillon	00:40.03	00:37.66	00:35.51	00:33.54	00:31.70	00:30.83
100 papillon	01:30.52	01:25.03	01:20.06	01:15.50	01:11.25	01:09.22
200 papillon	03:11.71	03:00.80	02:50.94	02:41.87	02:33.43	02:29.41
100 4n	01:31.04	01:25.73	01:20.93	01:16.51	01:12.40	01:10.44
200 4n	03:11.81	03:01.15	02:51.52	02:42.66	02:34.41	02:30.48
400 4n	06:39.11	06:17.73	05:58.40	05:40.63	05:24.10	05:16.22

## Championnats d'Alsace Avenirs Open

**Date :** dimanche 9 juin

**Lieux :** Obernai

**Mode de qualification :**

Seront retenus les 48 meilleures nageurs et nageuses à l'issue de l'addition des 5 meilleures courses définis par années d'âge et d'un minimum de points. (voir tableau ci-dessous)

**Compétitions prises en compte pour la classement :** natathlon avenir 67 et circuit avenir 68

Les nageurs du territoire 90 sont intégrés parmi les 48 qualifiés. En fonction de leur rang, ils prendront part à la remise protocolaire aux côtés des autres nageurs. Ils recevront une médaille open spécifique de l'événement.

Pour être classées, les 5 courses devront impérativement être nagées.

**Engagements :** 3 euros par course.

**Récompense :**

Une récompense (au choix de l'organisateur) sera attribuée aux 8 meilleurs nageurs à l'addition des points des 5 courses par années d'âge.

Avenirs 1	Avenirs 2	Avenirs 3
48 Filles et 48 Garçons	48 Filles et 48 Garçons	48 Filles et 48 Garçons
4x50 + 200 NL	4x50 + 200 NL	4x100 + 400 NL
250 points minimum pour les filles	500 points minimum pour les filles	1000 points minimum pour les filles
200 points minimum pour les garçons	400 points minimum pour les garçons	800 points minimum pour les garçons

Finale Avenirs
OP 7h30 – Début 9h
400 NL Dames 200 NL Messieurs 50 Papillon Dames & Messieurs 100 Papillon Dames & Messieurs 50 Dos Dames & Messieurs 100 Dos Dames & Messieurs
OP 13h30 – Début 15h
400 NL Messieurs 200 NL Dames 50 Brasse Dames & Messieurs 100 Brasse Dames & Messieurs 50 NL Dames & Messieurs 100 NL Dames & Messieurs

## Championnats d'Alsace été

**Date : Samedi 15 juin et dimanche 16 juin**

**Lieux : Saint-Louis**

### Engagements

6 euros par course.

### Récompense

- Benjamins 1
- Benjamins 2
- Juniors 1 et 2
- Juniors 3 et +

<b>Samedi</b>	<b>Dimanche</b>
<b>Ouverture des portes 7h30 – Début des épreuves 9h00</b>	<b>Ouverture des portes 7h30 – Début des épreuves 9h00</b>
100 4 Nages Dames Séries Toutes catégories 100 4 Nages Messieurs Séries Toutes catégories 50 Papillon Dames Séries Toutes catégories 50 Papillon Messieurs Séries Toutes catégories 800 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories 200 Brasse Messieurs Séries Toutes catégories 200 Brasse Dames Séries Toutes catégories 400 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories	100 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories 100 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories 200 Papillon Dames Séries Toutes catégories 200 Papillon Messieurs Séries Toutes catégories 50 Brasse Dames Séries Toutes catégories 50 Brasse Messieurs Séries Toutes catégories 200 Dos Dames Séries Toutes catégories 200 Dos Messieurs Séries Toutes catégories 400 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories 800 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories
<b>Ouverture des portes 14h00 – Début des épreuves 15h30</b>	<b>Ouverture des portes 14h00 – Début des épreuves 15h30</b>
400 4 Nages Dames Séries Toutes catégories 400 4 Nages Messieurs Séries Toutes catégories 200 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories 200 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories 100 Brasse Dames Séries Toutes catégories 100 Brasse Messieurs Séries Toutes catégories 50 Dos Dames Séries Toutes catégories 50 Dos Messieurs Séries Toutes catégories 1500 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories	100 Papillon Dames Séries Toutes catégories 100 Papillon Messieurs Séries Toutes catégories 100 Dos Dames Séries Toutes catégories 100 Dos Messieurs Séries Toutes catégories 1500 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories 200 4 Nages Dames Séries Toutes catégories 200 4 Nages Messieurs Séries Toutes catégories 50 Nage Libre Dames Séries Toutes catégories 50 Nage Libre Messieurs Séries Toutes catégories

**Pour les 800m et 1500m un maximum de 24 nageurs pourront s'engager par épreuves.**



**Grilles de qualification Dames :**

**en cours de création suite aux changements de catégories (parution février/mars 2024)**

**Grilles de qualification Messieurs :**

**en cours de création suite aux changements de catégories (parution février/mars 2024)**

## Les meetings des clubs

Date	Lieu
14-15 octobre 2023	Saint-Louis
21-22 octobre 2023	Erstein
10 décembre 2023	Kaysersberg
10 décembre 2023	Hochfelden
14 janvier 2024	Sélestat
26-28 janvier 2024	Strasbourg
8-9 mai 2024	Belfort
8 mai 2024	Strasbourg (Masters)
18-19 mai 2024	Cernay
1-2 juin 2024	Thann
1-2 juin 2024	Ostwald
22 juin (soir) 2024	Saint-Louis
23 juin 2024	Haguenau

## Tourniquet des compétitions

Manifestation	2023	2024
Interclubs TC	68	67
Championnats d'Alsace hiver TC	67	68
Championnats d'Alsace été TC	67	68