



Programme sportif Alsace

Natation Course

Saison 2025/2026

Catégorie d'âges année 2025

	Avenirs 1	Avenirs 2	Avenirs 3	Benjamin 1	Benjamin 2	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4	Seniors
Filles	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007
Garçons	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007

Catégorie d'âges année 2026

	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17	U18	Seniors
Filles	2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007
Garçons	2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007

JURY

Les juges arbitres et starters seront constitués par les responsables des officiels du territoire EST, selon les règles FFN. Ils seront inscrits sur les listes valides pour la saison en cours des Officiels Natation Course.

Le jury de tête sera composé :

- 1 juge arbitre du Bas-Rhin
- 1 juge arbitre du Haut Rhin
- 1 starter du Bas-Rhin
- 1 starter du Haut-Rhin

(si le jury de tête n'est pas au complet, nous prendrons sur place les postes manquants)

Nombre d'officiels par clubs :

Les clubs devront mettre à disposition un minimum de 1 officiel titulaire par club pour 1 à 5 nageurs engagés et 2 officiels titulaires pour les clubs qui ont plus de 5 nageurs engagés.

Interclubs poule B

Date : dimanche 2 novembre

Lieux : Guebwiller

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 22 novembre et dimanche 23 novembre

Lieux : Saint-Louis

Engagements

6 euros par course.

Récompense

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

Samedi	Dimanche
Ouverture des portes 7h30 – Début des épreuves 9h00	Ouverture des portes 7h30 – Début des épreuves 9h00
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
Ouverture des portes 14h00 – Début des épreuves 15h30	Ouverture des portes 14h00 – Début des épreuves 15h30
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 les 24 meilleurs nageurs pourront s'engager par épreuves.

Grilles de qualification Dames :

	Avenirs 3	Benjamines 1	Benjamines 2	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4 et +
Courses	300 points	400 points	500 points	600 points	700 points	800 points	850 points
50NL	00:42.82	00:40.28	00:38.05	00:36.03	00:34.17	00:32.44	00:31.61
100NL	01:30.72	01:25.57	01:21.03	01:16.93	01:13.16	01:09.65	01:07.98
200NL	03:20.80	03:09.15	02:58.89	02:49.61	02:41.08	02:33.14	02:29.35
400NL	06:56.01	06:32.46	06:11.72	05:52.96	05:35.72	05:19.67	05:12.02
800NL	14:04.40	13:17.36	12:35.93	11:58.47	11:24.03	10:51.97	10:36.69
1500NL	27:17.45	25:45.80	24:25.06	23:12.08	22:04.97	21:02.50	20:32.74
50 dos	00:50.90	00:47.64	00:44.76	00:42.15	00:39.76	00:37.53	00:36.47
100 dos	01:46.81	01:40.32	01:34.22	01:28.89	01:23.99	01:19.43	01:17.26
200 dos	03:42.19	03:28.89	03:17.18	03:06.59	02:56.86	02:47.80	02:43.48
50 brasse	00:54.96	00:51.58	00:48.60	00:45.91	00:43.43	00:41.12	00:40.03
100 brasse	02:02.12	01:54.40	01:47.59	01:41.43	01:35.78	01:30.51	01:28.00
200 brasse	04:13.29	03:57.99	03:44.52	03:32.34	03:21.14	03:10.72	03:05.75
50 papillon	00:46.48	00:43.64	00:41.15	00:38.89	00:36.82	00:34.89	00:33.97
100 papillon	01:44.49	01:38.05	01:32.39	01:27.26	01:22.55	01:18.17	01:16.08
200 papillon	03:38.62	03:26.01	03:14.91	03:04.86	02:55.63	02:47.04	02:42.94
100 4n	01:46.73	01:40.34	01:34.70	01:29.61	01:24.93	01:20.57	01:18.49
200 4n	03:41.45	03:28.66	03:17.39	03:07.21	02:57.84	02:49.12	02:44.97
400 4n	07:38.13	07:12.44	06:49.80	06:29.33	06:10.51	05:53.00	05:44.65

Grilles de qualification Messieurs :

	Avenirs 3	Benjamins 1	Benjamins 2	Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4 et +
Courses	250 points	300 points	400 points	500 points	600 points	700 points	800 points
50NL	00:41.78	00:40.32	00:37.74	00:35.46	00:33.40	00:31.51	00:29.75
100NL	01:29.40	01:26.38	01:21.01	01:16.29	01:12.01	01:08.08	01:04.43
200NL	03:08.77	03:02.72	02:51.99	02:42.53	02:33.98	02:26.12	02:18.81
400NL	06:32.52	06:20.33	05:58.68	05:39.62	05:22.39	05:06.54	04:51.79
800NL	13:33.10	13:08.34	12:24.39	11:45.67	11:10.67	10:38.49	10:08.54
1500NL	26:06.83	25:18.24	23:51.97	22:35.98	21:27.28	20:24.12	19:25.33
50 dos	00:47.98	00:46.25	00:43.19	00:40.50	00:38.06	00:35.82	00:33.73
100 dos	01:41.47	01:37.88	01:31.51	01:25.89	01:20.82	01:16.15	01:11.81
200 dos	03:32.59	03:25.38	03:12.58	03:01.30	02:51.11	02:41.74	02:33.01
50 brasse	00:52.93	00:51.01	00:47.61	00:44.61	00:41.89	00:39.40	00:37.07
100 brasse	01:52.65	01:48.80	01:41.95	01:35.91	01:30.46	01:25.44	01:20.78
200 brasse	03:54.83	03:47.07	03:33.29	03:21.15	03:10.18	03:00.09	02:50.70
50 papillon	00:44.25	00:42.73	00:40.03	00:37.66	00:35.51	00:33.54	00:31.70
100 papillon	01:40.27	01:36.76	01:30.52	01:25.03	01:20.06	01:15.50	01:11.25
200 papillon	03:31.07	03:24.09	03:11.71	03:00.80	02:50.94	02:41.87	02:33.43
100 4n	01:40.47	01:37.08	01:31.04	01:25.73	01:20.93	01:16.51	01:12.40
200 4n	03:30.73	03:23.91	03:11.81	03:01.15	02:51.52	02:42.66	02:34.41
400 4n	07:17.05	07:03.38	06:39.11	06:17.73	05:58.40	05:40.63	05:24.10

Les meetings des clubs

Date	Lieu
5 octobre 2025	Mulhouse (25m)
11-12 octobre 2025	Saint-Louis
18-19 octobre 2025	Erstein
26 octobre 2025	Mulhouse (25m)
14 décembre 2025	Kaysersberg
22 décembre 2025	Hochfelden