

NATATION

Infrastructure:

Piscine ENTPE - Vaulx-en-Velin

Référent:



ADAM Matthias

matthias.adam@entpe.fr

0631741398

Inscription des participants

Les engagements sont individuels, les nageurs ont le choix de s'inscrire librement sur les épreuves qu'ils souhaitent.

Les engagements sont à transmettre avec des temps d'engagement.

Chaque école peut aligner 4 nageurs (2 filles / 2 garçons) pour participer aux relais 4 x 50 NL et 4 x 50m 4 nages.

POUR PARTICIPER AU RELAIS, IL FAUT AU MOINS ÊTRE INSCRIT À UNE ÉPREUVE INDIVIDUELLE.

Matériel obligatoire

- Bonnet de bain.
- Maillot de natation / Combinaison de natation (Short de bain interdit).

Déroulement

- Accueil des sportifs a la piscine
- Échauffement (1h)
- Plage de compétition
- Annonce des résultats et récompenses

Programme

Échauffement : 1h

Relais ouverture : 4x50 4 nages

100 pap (F/H)

50 dos (F/H)

100 brasse (F/H)

50 NL (F/H)

Pause (+ affichage résultats intermédiaires)



100 4ng (F/H)
50 pap (F/H)
100 dos (F/H)
50 brasse (F/H)
100 NL (F/H)

Pause (+ affichage résultats intermédiaires) (Modulable en fonction du nombre de relais inscrits)

Relais de clôture : 4x50 nage libre

Cérémonie protocolaire

La répartition des points est la suivante :

Règlement : Le règlement appliqué est le même que celui de la FFN.

Système de classement : Les nageurs seront classés selon les grilles FFN, permettant ainsi un classement en point, qui sera calculé selon les tables de cotation de la FFN :

https://ffn.extranat.fr/html/ressources/nat/table_cotation_2017.pdf

Dans le but de promouvoir la natation, il n'y aura pas de disqualifications. En revanche, lorsqu'une faute est commise, elle entraîne un retrait de points. Le retrait de points est proportionnel à la performance réalisée, afin de ne pas pénaliser excessivement les nageurs débutants tout en responsabilisant les nageurs expérimentés. Voici les fautes qui retireront des points :

- Une coulée supérieure à 15 mètres en papillon, dos ou crawl.
- Un virage papillon/papillon, papillon/dos, brasse/brasse ou brasse/crawl ou une arrivée en papillon ou en brasse pour lequel/laquelle les 2 mains du/de la nageur/se ne touchent pas le mur simultanément.
- Un virage dos/dos ou dos/brasse en touchant le mur sans être sur le dos.
- Une coulée de brasse avec plus d'une ondulation ou des battements.

(Dans la mesure du possible) La compétition récompensera les meilleures nageurs F et H, c'est-à-dire les nageurs ayant réalisés les meilleurs pour toutes nages confondues.

Aucune distinction d'âge ne sera opérée entre les nageurs. Les classements hommes et femmes sont séparés.



Le classement final TRAMS Natation prendra en compte en plus les résultats des la course de relais 4 x 50 NL et d'un relais 4x50 4 nages (si présentés par les écoles).

L'équipe gagnante est celle qui reçoit le plus de points au total. En cas d'égalité sur le nombre de points, l'équipe recevant le plus de première place se verra attribuer la victoire.

Les résultats comptent pour le classement général du TRAMS.

En plus de cela, ENTPE natation récompensera :

- La meilleure performance homme et femme (les nageurs H et F ayant marqués le plus de points)

Organisation :

Chaque équipe (délégation école) désignera un capitaine qui transmettra les engagements (Nom, prénom, nages + temps d'engagements pour chaque nageur).

Ce règlement peut faire l'objet de légères modifications.

Remarque : il est conseillé aux participants d'apporter des encas et collation pour la compétition.

Conduite générale :

Le silence est de rigueur au moment du départ.

Interdiction de courir au bord du bassin.

Les bouteilles en verre sont interdites dans l'enceinte de la piscine.

Interdiction d'amener toute boisson alcoolisée.