



# Règlement de Natation Artistique



## Saison 2022-2023

<i>Règlementation Générale</i>	<i>Page 2</i>
<i>Journées « synchro découverte »</i>	<i>Page 3</i>
<i>ENF</i>	<i>Page 4</i>
<i>Calendrier</i>	<i>Page 7</i>
<i>Formation des Officiels</i>	<i>Page 8</i>
<i>Coupe des Hauts de Seine</i>	<i>Page 9</i>
<i>Coordonnées Clubs</i>	<i>Page 13</i>

### Comité des Hauts de Seine

Siège social : 1, allée de la Libération  
92000 Nanterre  
Tel 01 47 29 90 96  
Fax : 01 47 29 82 06  
Site internet : <http://hautsdeSeine.ffnatation.fr>

**Responsable Natation Artistique :**  
**Martine Esteves**  
**06-70-45-80-76**  
**[martinesteves@hotmail.fr](mailto:martinesteves@hotmail.fr)**



### **I - AFFILIATIONS :**

Les affiliations sont à faire directement sur « extranat.fr ». L'affiliation sera payable uniquement par carte bancaire ou virement auprès de la FFN.

Les 3 premières licences devront être impérativement celles des : Président, Secrétaire, Trésorier.

**Note** : Suite à la saisie de vos trois têtes, vous avez la possibilité d'entrer d'autres licences, sur la même facture. Si vous préférez séparer la facture contenant vos 3 têtes et des autres licences, n'oubliez pas qu'il vous faudra alors attendre l'oblitération de la première facture, pour saisir les suivants.

### **II - LICENCES :**

Tous les nageurs, nageuses, dirigeants et officiels doivent être licenciés F.F.N.

Attention à bien préciser le type de licences : Natation Compétiteur, «Natation pour Tous », encadrement

Les licences sont payables au Comité Départemental soit par virement, soit par Carte bancaire. Les oblitérations seront soit automatique et immédiates dans le cas d'un paiement par CB (après vérification de la provision sur le compte) soit à réception du virement sur le compte bancaire et après aval des trésoriers.

### **II - FINANCEMENT et DROITS D'ENGAGEMENT :**

Les clubs de natation Artistique devront régler aux trésoriers du CD 92

- la participation annuelle à la gestion du Comité :

**150 €**

Les droits d'engagements aux épreuves sont les suivants :

- journées Synchro découverte et Pass'compétition : par épreuve et par nageuse (r)

**2.50 €**

Les engagements sont payables directement sur extranat

### **III - ENGAGEMENTS**

-**Pour les épreuves des journées Synchro découverte** : Les engagements se font sur EXTRANAT ([www.extranat.fr](http://www.extranat.fr)) en ne manquant pas d'indiquer le juge présent (ENF3 ou officiel synchro).

Si le juge est licencié dans un autre club il doit faire son engagement sous le club où il est licencié.

-**Pour la Coupe des Hauts de Seine** : les engagements se feront sur fichier Excel à Valérie Gaude Da Silva.

En cas de forfait de la nageuse, les droits d'engagements ne seront pas remboursés sauf si le forfait est justifié par un certificat médical.

L'engagement de club autre que les Clubs des Hauts de Seine et des Yvelines est laissé à l'appréciation de l'organisation selon le nombre d'inscrits. Tout club demandeur devra se présenter avec **1 officiel** de natation artistique et devra appliquer le règlement du comité des Hauts de Seine (frais d'engagement, formulaire d'engagement...)

### **IV - OFFICIELS : Les clubs doivent obligatoirement présenter au moins 1 officiel dès la 1<sup>ère</sup> nageuse inscrite.**

**Rappel** : 4 officiels ou (ENF3) minimum sont obligatoires pour les épreuves des journées Synchro découverte : propulsion technique, technique et de parcours à sec.

Pour l'épreuve technique, le jury pourra être constitué de 6 officiels.

**Tout club contrevenant met en péril la réalisation de l'épreuve** : Si le nombre d'officiels n'est pas suffisant, l'épreuve ne pourra avoir lieu et sera donc annulée.

### **V - TENUE** : Pour les épreuves de SYNCHRONAT les nageuses doivent être :

En maillot noir et bonnet blanc pour les épreuves techniques (propulsion et figures)

En tenue près du corps et les cheveux attachés pour l'épreuve Parcours à sec. A noter : Le short court et le tee-shirt ample sont interdits.



## JOURNEES SYNCHRO DECOUVERTE

Les contenus des journées Synchro découverte sont ceux définis par le règlement de la FFN dans le SYNCHRONAT. Les départements ont en charge d'organiser ces épreuves conformément au règlement de la Fédération Française de Natation.

La totalité des contenus des épreuves est consultable sur le site de la Fédération Française de Natation et sur les sites de la Ligue d'Ile de France Natation.

COVID-19 : Le protocole sanitaire pourra être de nouveau appliqué selon l'évolution de la pandémie et les préconisations gouvernementales : RESPECT DES GESTES BARRIERES avant pendant après la compétition : port du masque en dehors des épreuves, désinfection au gel hydroalcoolique.

**Le programme des journées Synchro découverte comprend les épreuves suivantes :**

**I – EPREUVE DE PARCOURS A SEC :** Cette épreuve se présente sous la forme d'un exercice au sol, comprenant 22 tâches dont 5 fondamentales, effectué en musique.

**II – EPREUVE TECHNIQUE :** Cette épreuve technique est constituée d'un groupe de 4 figures (Prise de Ballet leg, Position verticale de flottaison, Saut périlleux arrière groupé, prise de position carpée avant.

**III – EPREUVE DE PROPULSION TECHNIQUE:** La nageuse doit réaliser l'un des deux parcours proposés.

Un parcours est tiré au sort 15 jours au plus tard avant le début de la compétition et est communiqué par mail aux différents clubs.

**Les Aménagements de règlement durant la saison 2021-2022 se poursuivront jusqu'au 31 décembre 2022 soit validation de l'épreuve technique obligatoirement, puis validation d'une des deux épreuves pour acquérir le niveau synchro découverte : parcours à sec ou propulsion technique.**

A partir de janvier 2023, il faudra de nouveau valider les trois épreuves.

### COMMUNICATION ET VALIDATION DES RESULTATS

Les résultats des épreuves seront communiqués aux clubs par mail et diffusés sur le site internet du comité.

Pour que ces journées synchro découverte soient validées, il faut que la nageuse ait réussi toutes les épreuves.



## ENF

Aménagements ENF 2022/2023 : (De septembre 2022 à août 2023 ; toutes disciplines) Le dispositif ENF avec ses 3 étapes est maintenu mais le Pass'compétition n'est plus exigé pour accéder aux compétitions pour l'ensemble des disciplines. Ainsi, les dispositions suivantes seront mises en œuvre :

1) Accès direct à la compétition : Les nageur(eus)s de 11 ans et plus (né(e)s en 2012 et avant), titulaires d'une licence compétition, peuvent accéder librement aux compétitions sans disposer obligatoirement au préalable des 3 tests de l'ENF actuel.

2) Test sécuritaire préalable à l'accès à la compétition : **Les nageur(euse)s de 10 ans et moins (né(es) en 2013 et après) doivent préalablement disposer, à minima, du Sauv'nage avant d'accéder à la compétition.** Titulaires du Sauv'nage et d'une licence compétition, ces nageurs pourront accéder librement aux compétitions sans disposer obligatoirement du Pass'sports de l'eau et du Pass'compétition. Outre ces dispositions, l'ensemble des nageur(euse)s peuvent accéder aux tests du dispositif ENF (à encourager !) en respectant la chronologie des tests (Sauv'nage > Pass'sports de l'eau > Pass'compétition).

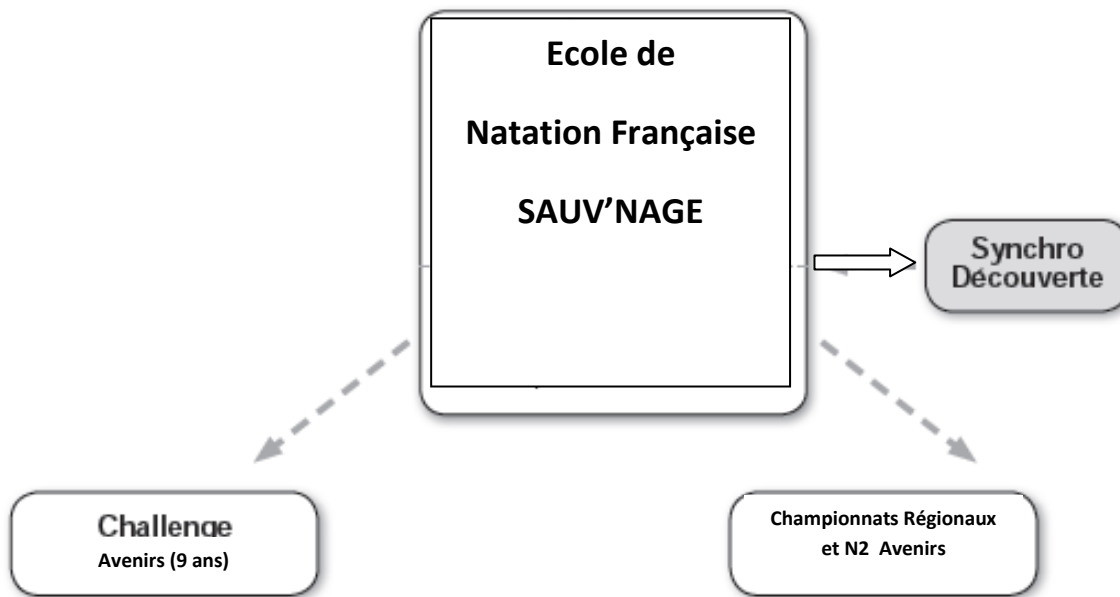
- **Le test du Sauv'nage** peut être organisé, sous la responsabilité d'un club FFN agréé ENF possédant au moins un titulaire de la certification d'évaluateur ENF1.

Les organisations doivent être déclarées auprès du Comité départemental qui peut dépêcher un délégué.

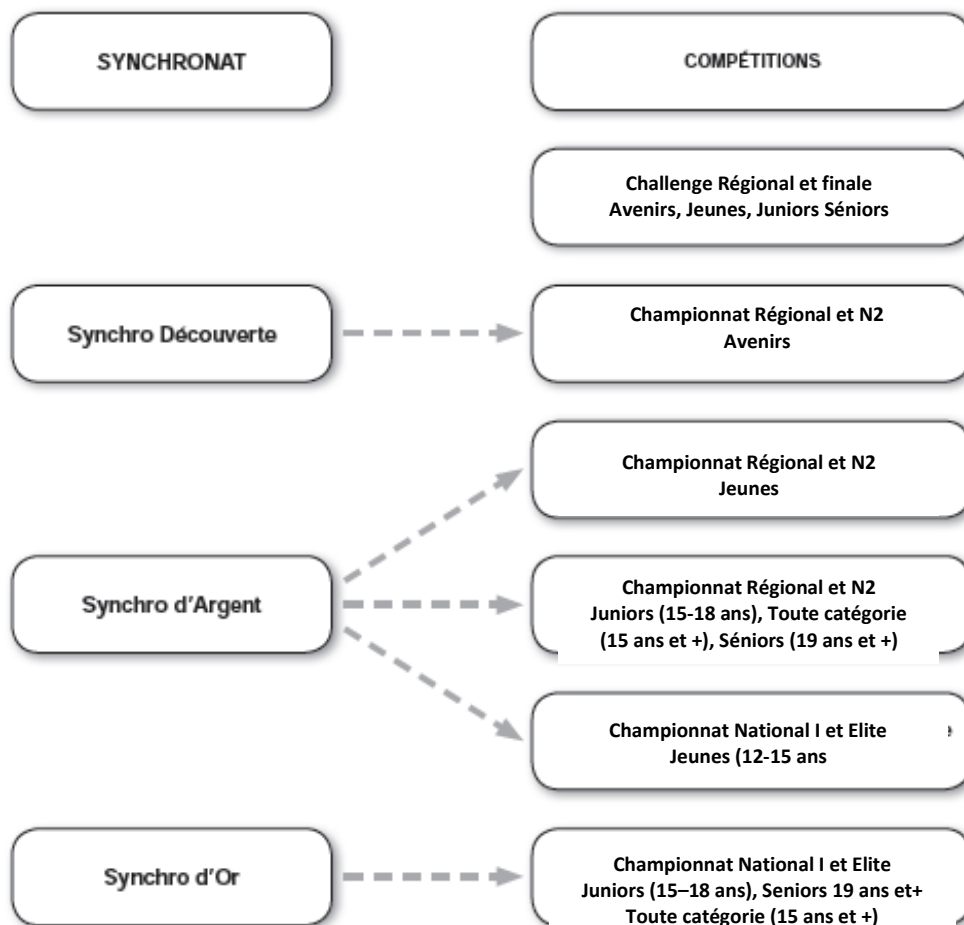
Information : le test du Sauv'nage est reconnu par l'arrêté du 25 avril 2012 (NOR : MENV1221832A) et dans le code du sport : arrêté du 9 septembre 2015, articles A. 322-42 et A. 322-64 (NOR : VJSV1521502A) pour pratiquer les activités aquatiques et nautiques.

## MEMENTO d'accès aux différentes épreuves en Natation artistique :

JE SUIS NE(E) EN 2013 et après



JE SUIS NE(E) EN 2012 et avant








# CALENDRIER 2022-2023

## Natation Artistique

Mise à jour le 18/01/2023



Dates	Epreuves	Ouverture Portes	Lieu / adresse <i>*en attente de confirmation</i>	Dates Engagements Extranat et Catherine Nougé	Juge Arbitre
Samedi 19 novembre 2022 N° 14606	Parcours à sec Propulsion technique Technique	Op 16h30	Piscine de La Garenne Colombes 35 ter rue Lucien Janin La Garenne Colombes	EXTRANAT Du 24/10/2022 au 10/11/2022	Maité Rullière
Samedi 10 décembre 2022	Parcours à sec Propulsion technique Technique	Op 15h30	Rueil Malmaison Piscine des Closeaux Bld Marcel Pourtout	EXTRANAT Du 14/11/22 au 01/12/2022	Maité Rullière
Dimanche 5 février 2023 N°14608	Parcours à sec Propulsion Technique Technique	Op	Piscine de La Garenne Colombes 35 ter rue Lucien Janin La Garenne Colombes	EXTRANAT Du 09/01/2023 au 26/01/2023	Maité Rullière Pauline Groué
Dimanche 12 mars	Compétition de Figures Imposées Avenirs et Jeunes	13h30	Piscine de La Garenne Colombes 35 ter rue Lucien Janin La Garenne Colombes	Fichier :  du 13 février au 02 mars inclus Martine Esteves	Martine Esteves
Dimanche 02 avril 2023 N° 14609	Parcours à sec Propulsion Technique Technique		<b>Pas de lieu</b>	EXTRANAT Du 06/03/23 au 23/03/2023	
Lundi 29 mai 2023	Coupe des Hauts de Seine	13h30	Piscine des Raguidelles 27 R. des Tourneroches Suresnes <i>*en attente de confirmation</i>	FICHIER  du 14 mai 2022 à Valérie Gaude Da Silva	Martine Esteves
Fin de saison Juin 2023	RATTRAPAGE Parcours à sec Propulsion Technique Technique		VIDEO	FICHIER  Martine Esteves	Martine Esteves



## FORMATION DES OFFICIELS

Toute candidature à l'examen de Jeune Officiel et d'Officiel D de Natation Artistique est à adresser à Martine ESTEVES (Responsable de la formation des Officiels).

Les formulaires d'inscriptions ainsi que le contenu de l'examen sont accessibles sur le site de la FFN dans la circulaire des officiels de Natation Artistique 2021-2022.

La formation pratique correspond au jugement en double des épreuves du SYNCHRONAT (Synchro découverte pour le jeune Officiel et Synchro découverte - argent et Or pour l'officiel D) ainsi qu'une épreuve de BALLET (régionaux avenir ou Challenge) et une épreuve de figures imposées en catégorie avenir

Les dates des épreuves sont indiquées dans le calendrier du département pour les journées Synchro découverte et le calendrier de la LIF natation pour les épreuves du synchro argent et or.

La formation théorique : 7h d'information théorique sont nécessaire.

Dimanche 16 octobre de 9h00 à 12h30 (piscine de Garches) Dimanche 15 janvier 2023 mêmes horaires et lieu.

Toutes ces informations sont sous réserve de modification après parution de la circulaire des officiels 2020-2021.

FEDERATION FRANÇAISE DE NATATION

COMITE REGIONAL : .....

Photo

### DEMANDE D'INSCRIPTION A L'EXAMEN DE NATATION SYNCHRONISEE

(1) Niveau : « JO » - « D » - « C » - « B »

(1) Me, Mlle, M. NOM : ..... PRENOM : .....

Né(e) le : ..... à : ..... Nationalité : .....

Demeurant : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Téléphone : ..... Portable : .....

Mail : .....

Licencié(e) F.F.N. pour la saison en cours sous le numéro :

(1) N° : .....

au Club (2) : .....

Date de la demande : ..... Signature : .....

Avis sur candidature	du	Date	Nom et Signature
	Président du Club		
	Responsable de Formation Régionale		

(1) N° complet avec Région/Département/Club/Personnel.  
(2) Numéro complet du Club.



## Coupe des Hauts-de-Seine Lundi 29 mai 2023

### I - La Coupe des Hauts-de-Seine

La Coupe des Hauts-de-Seine est une compétition officielle, organisée par le Comité Départemental de Natation des Hauts-de-Seine.

Elle a pour objectif de faire concourir des équipes de nageuses de tout niveau. Elle valorise la participation en nombre de nageuses et de ballet et la performance (y compris au plus haut niveau). Elle offre un spectacle de qualité afin de promouvoir la natation Artistique des Hauts de Seine.

### II - Conditions générales de participation


La Coupe des Hauts-de-Seine est ouverte à toutes les nageuses de natation artistique du Département, ainsi qu'à celles d'autres départements, à condition d'être licencié FFN pour la saison en cours.

➤ **Les nageuses** : Elles ne peuvent concourir que dans **leur catégorie d'âge** sauf pour les nageuses évoluant en toute catégorie où le sur-classement est autorisé par les règlements FINA. Les nageuses doivent être en possession du niveau demandé.

➤ **Les clubs** : Le nombre de ballets présentés par les **clubs des Hauts-de-Seine n'est pas limité**.

En revanche, pour les clubs invités, la limitation est de **deux ballets par catégorie** et de **quatre ballets sur l'ensemble de la compétition**.

### III - Engagements

Les engagements sont centralisés par Valérie GAUDE DA SILVA. Ils devront être réalisés sur fichier Excel  **avant le 14 mai 2023 minuit** et par mail ([valerie.gaudedasilva@free.fr](mailto:valerie.gaudedasilva@free.fr)) les clubs participants devront transmettre :

- Une fiche récapitulative des ballets engagés avec l'engagement du jury
- Une fiche de ballet.

**Les conditions d'inscriptions prévues au paragraphe 4 seront vérifiées.**

### IV – Catégories pour la saison 2022-2023

**DEBUTANTES (1<sup>ère</sup> année de synchro tout âge) / POUSSINES (nageuses nées en 2014 et après) :**

Cette catégorie est une découverte à la Compétition en Natation Artistique, aucun classement ne sera réalisé à l'issue de cette épreuve.

**AVENIRS : Nageuses nées en 2011 et après**

- **Challenge** : avoir son Sauv'nage pour les nageuses nées en 2013 et après
- **Championnat** : avoir validé le synchro découverte

**JEUNES : Nageuses nées en 2008 – 2009 – 2010 – 2011 (12-15 ans)**

- **Challenge** : pas d'obligation de niveau
- **Championnat** : avoir validé le synchro argent

**JUNIORS : Nageuses nées en 2004 – 2005 – 2006 – 2007 – 2008 (15-19 ans)**

- **Challenge** : pas d'obligation de niveau
- **Championnat** : avoir validé le synchro argent -

**SENIORS et toutes catégories : Nageuses nées en 2003 et avant (15 ans et plus)**

- **Challenge** : pas d'obligation de niveau
- **Championnat** : avoir validé le synchro argent

## V – Epreuves

-Epreuve de ballet libre pour les catégories Avenirs, Jeunes, Juniors et Séniors CHAMPIONNAT mais aussi pour les catégories Avenirs, Jeunes CHALLENGE

-Une épreuve de Highlight/ballet acrobatique pour les catégories Jeunes, Juniors et toute catégorie (15 ans et plus).

-Une épreuve de Ballet Combiné pour les catégories Avenirs, Jeunes et Séniors mais aussi Juniors et Toute catégorie CHALLENGE.

-Une épreuve Ballet Technique pour la catégorie Juniors seulement.

Tous les ballets doivent être conformes aux règlements FINA.

Les équipes sont composées de :

- 4 nageuses minimum à 8 nageuses maximum pour les ballets libre et technique

- 8 à 10 nageuses pour les ballets highlight et combinés sans pénalité pour manque de nageuses

La durée des ballets doit correspondre aux temps indiqués sur le règlement FINA soit :

<b>CHAMPIONNAT</b>		<b>CHALLENGE</b>	
Avenirs :	3'00	Avenirs :	2'30
Jeunes :	3'00	Jeunes :	2'30
Juniors/Séniors:	3'30	Juniors :	3'00
		Inter Catégorie :	3'00
Toute catégorie : Technique	2'50	Toute catégorie :	3'00
Highlight :	3'00 jeunes/juniors/seniors		
Combiné	3'00 avenir/ jeunes/ seniors		

avec une tolérance de +/-5 secondes. La durée de la plage est conforme aux règlements FINA-FFN (+/- 10 secondes). Le dépassement des temps sera sanctionné par une pénalité de 0,5 point.

## V – Jugement

Les épreuves sont notées par des officiels du niveau requis Officiels A-B-C et D (en examen de C)

La notation s'effectue, conformément à la méthode FINA, de 0 à 10, par dixième de point.

Trois à cinq juges par critère :

Pour les ballets Libres, Combinés et Highlights, une note par critère pour : l'Exécution (30% de la note), l'impression artistique (40% de la note) et la difficulté (30% de la note).

Pour les ballets techniques : une note par critère pour l'impression artistique (30% de la note), l'Exécution et la Synchronisation (30% de la note) et 5 notes pour l'Exécution des éléments (une note par élément). Les juges des éléments techniques doivent déduire les pénalités de leur note. Il n'y a pas de juge de contrôle.

### RAPPEL des Pénalités lors des épreuves libres - ballet combiné / Règlementation FINA :

#### **- Un (1) point de pénalité doit être déduit si :**

-La durée de dix (10) secondes pour les mouvements sur la plage de départ est dépassée.

S'il y a écart de la durée limite autorisée pour l'épreuve libre (en plus ou en moins) conformément à la règle SS 14.1.

-La durée de 30 secondes pour la marche de présentation est dépassée.

Pour non respect de la règle SS 4.4.

-Une nageuse a utilisé de façon délibérée le fond de la piscine pendant l'exécution d'une épreuve libre.

#### **- Deux (2) points de pénalité doivent être déduits si :**

-Une nageuse a utilisé de façon délibérée le fond de la piscine pendant l'exécution d'une épreuve libre pour aider d'autre(s) concurrente(s).

-Une épreuve libre est interrompue par une concurrente pendant qu'elle effectue des mouvements sur la plage de départ et un nouveau départ doit être autorisé.

-Durant les mouvements sur la plage de départ en programme libre d'équipe, les concurrentes exécutent des portés ou des pyramides.

-Le nombre de portés dans un ballet libre est supérieur à 6.

### 2. Pénalités lors des ballets technique / highlight :

#### **Pénalités dans les Programmes Techniques**

En ballets techniques, **0,5 point** de pénalité sera déduit de la note « Exécution » pour déviations en équipe des éléments 6 et 7 de l'annexe VI.

#### **Pénalité en « Highlight »**

**Deux (2) points** de pénalités seront déduits de la note de ballet pour chaque élément obligatoire omis.



## **VI – Classement et récompenses :**

### **➤ Classement des ballets par catégorie**

Afin de valoriser la performance des équipes dans chaque catégorie, un classement sera établi à partir de la note finale de l'épreuve libre pour chaque ballet.

Les trois premières équipes par catégorie recevront une médaille selon la place obtenue.

*En cas d'égalité, celle-ci sera reconnue.*

### **➤ Coupe des Hauts de Seine : Deux Classements seront réalisés :**

Afin de valoriser la participation en nombre des nageuses par club et les résultats obtenus, toutes catégories confondues, deux classements seront établis :

Classement des Hauts de Seine de la meilleure participation : Le club présentant la meilleure participation sera récompensé en attribuant un nombre de points par nageuse (y compris les nageuses remplaçantes) et par ballet : 5 points par nageuses engagées et 10 points par ballet engagés.

*A noter, une nageuse faisant deux ballets marquera qu'une seule fois.*

Classement des Hauts de Seine de la meilleure performance : Le Club ayant réalisé la meilleure performance toute catégorie confondue se verra attribué une récompense en additionnant tous les bonus obtenus par leur ballet.

Place obtenue : 1<sup>ère</sup> place 250 points, 2<sup>ème</sup> place 200 points, 3<sup>ème</sup> place 150 points, 4<sup>ème</sup> 100 points, 5<sup>ème</sup> place 50 points

Une Coupe sera remise au premier club classé des Hauts-de-Seine pour le classement :

- de la meilleure participation
- de la meilleure performance.





## Coordonnées des Clubs de Natation Artistiques

Adresse Club/Piscine	Président	Contact Natation Synchro Coordonnées
<b>Garches Aqua Sports</b> Piscine Municipale Rue de Suresnes 92380 Garches	Mme Stricher Laure <a href="mailto:garchesaquasports@hotmail.fr">garchesaquasports@hotmail.fr</a>	Julie Mollet <a href="mailto:july.mollet@gmail.com">july.mollet@gmail.com</a> et Catherine Nougé <a href="mailto:cat.nouge@gmail.com">cat.nouge@gmail.com</a>
<b>Olympic Garennois</b> Piscine Municipale 5 Rue Lucien Jeannin 92250 La Garenne Colombes	Mme Michelet Michèle	Maité Rullière 06-87-91-15-04 <a href="mailto:g.rulliere@free.fr">g.rulliere@free.fr</a>
<b>Les Nymphéas de la Malmaison</b> Piscine des Closeaux Bld Marcel Pourtout 92500 Rueil Malmaison	M. RULLIERE Gilles 06-80-03-86-82	Gilles RULLIERE 06-80-03-86-82 <a href="mailto:g.rulliere@free.fr">g.rulliere@free.fr</a>
<b>Suresnes Sports Nautiques</b> Piscine des Raguidelles 27 rue de Tourneroches 92150 Suresnes	M. Djan 01-45-06-59-25 06-20-41-45-05	Valérie Gaude Da Silva 06-15-10-29-00 <a href="mailto:valerie.gaudedasilva@free.fr">valerie.gaudedasilva@free.fr</a>