

**Samedi 13 décembre**  
**Dimanche 14 décembre 2025**

**CHAMPIONNATS DE NORMANDIE**  
**HIVER**  
**BENJAMINS – AVENIRS 11 ans**

**PONT-AUDEMER**  
Bassin : 25 x 6 couloirs  
Compétition qualificative  
Chronométrage automatique

## PREAMBULE

Afin de s'approcher au mieux de la réalité des performances régionales, la Ligue de Normandie a fait le choix de présenter une grille de qualification régionale, basée sur l'indice de performance régional par catégorie.  
Ce sont les grands rendez-vous d'hiver, ouverts au grand nombre.

## CATEGORIES

## MODALITES D'ACCES

**BENJAMINS 1 et 2 :**  
(2012-2013 filles et garçons)

**AVENIRS 11 ans :**  
(2014 filles et garçons)

☞ Avoir réalisé les temps de la grille de qualification jointe, en bassins de 50 m ou de 25m (sans conversion) lors de la saison en cours 2025 (à compter du 1<sup>er</sup> janvier) ou N-1 (à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2024).

☞ Les nageurs et nageuses Avenirs nés en 2014 sont autorisés à participer sous réserve, d'avoir réalisé les temps de la grille de qualification jointe de la catégorie Benjamins 1.

☞ Les nageurs et nageuses ayant réalisé au moins 2 performances de la grille régionale peuvent s'inscrire à autant de courses complémentaires qu'ils le souhaitent, exception faite du 400 Nage libre.

☞ Si un nageur ou une nageuse ne réalise qu'une seule performance dans la grille de temps, la possibilité lui est donnée de choisir **deux** épreuves complémentaires, exception faite du 400 Nage libre.

Les 3 engagements (épreuve au temps réalisé + 2 épreuves complémentaires) doivent être envoyés par mail au plus tard, le mardi 9 décembre 2025 à :  
[philippe.marquet@ffnnormandie.com](mailto:philippe.marquet@ffnnormandie.com).

## ENGAGEMENTS

**☞ Sur EXTRANAT jusqu'au Mardi 9 décembre 2025**

**☞ 6.50 € par épreuve**

Règlement à envoyer à la Ligue de Normandie Natation (péricentre 4 - 147 rue de la Délivrande 14000 CAEN)

### Rappel règles d'engagement :

- S'acquitter des frais d'engagement soit 6.50 € par épreuve et régler des frais de dossier à hauteur de 50 € par demi-journée.
- Ces frais sont obligatoires pour valider les engagements.
- Les engagements n'ayant pas fait l'objet du paiement des frais de dossier ne seront pas retenus.
- Chaque club doit présenter un officiel par demi-journée de présence.
- Au terme de la compétition, chaque club ayant satisfait à son obligation de présenter un officiel, sera remboursé de l'intégralité de ses frais de dossiers.
- Par dérogation, chaque club présentant moins de 5 nageurs, dans une compétition régionale, sera exonéré de ce dispositif.

## EPREUVES

## CLASSEMENT

### DAMES et MESSIEURS

**Nage libre** : 50 - 100 - 200 - 400

**Brasse** : 50 - 100 - 200

**Dos** : 50 - 100 - 200

**Papillon** : 50 - 100 - 200

**4 Nages** : 100 - 200

Classement au temps

## RECOMPENSES

3 premiers par catégories et par épreuve

Benjamins 2 (2012 filles et garçons)

Benjamins 1 et Avenirs 11 ans (2013 - 2014 filles et garçons)

## PROGRAMME

### SAMEDI 13 DECEMBRE 2025

Ouverture des portes 14 h 00

Début des épreuves 15 h 15

### Première réunion

50 Papillon

100 Dos

200 Brasse

**Récompenses**

100 Nage libre

200 Papillon

**Récompenses**

### DIMANCHE 14 DECEMBRE 2025

Ouverture des portes 8 h 15

Début des épreuves 9 h 30

Ouverture des portes 14 h 00

Début des épreuves 15 h 15

### Seconde réunion

50 Dos

100 Papillon

200 Nage libre

**Récompenses**

100 Brasse

200 4 Nages

**Récompenses**

### Troisième réunion

400 Nage libre

50 Brasse

200 Dos

**Récompenses**

100 4 Nages

50 Nage libre

**Récompenses**

CHAMPIONNATS DE NORMANDIE HIVER				
GRILLE DES TEMPS DE QUALIFICATIONS - TOUS BASSINS (sans conversion)				
DAMES			MESSIEURS	
Benjamines 2	Benjamines 1 Avenirs 11 ans		Benjamins 1 Avenirs 11 ans	Benjamins 2
34.87	37.27	50 NL	33.71	31.39
1:16.59	1:21.23	100 NL	1:14.43	1:09.44
2:50.68	2:59.52	200 NL	2:45.94	2:34.56
5:52.41	6:24.31	400 NL	6:04.73	5:32.32
41.57	43.33	50 DOS	40.29	36.90
1:28.37	1:33.64	100 DOS	1:27.15	1:19.14
3:16.24	3:34.98	200 DOS	3:12.53	2:54.85
44.43	49.92	50 BRASSE	44.57	40.71
1:38.39	1:48.57	100 BRASSE	1:39.13	1:28.26
3:37.75	3:57.06	200 BRASSE	3:39.04	3:18.96
38.64	43.46	50 PAPILLON	38.97	34.38
1:29.07	1:38.89	100 PAPILLON	1:32.59	1:19.01
3:36.47	3:56.36	200 PAPILLON	3:43.88	3:05.46
1:32.45	1:37.63	100 4 NAGES	1:28.57	1:23.75
3:20.42	3:36.88	200 4 NAGES	3:11.71	2:49.95