

PLAN D' ACTIONS RÉGIONALES 2020

NATATION

(Course – Eau libre)

ACTIONS PROPOSÉES POUR LA SAISON

Elles ont, principalement, pour objectif d'offrir à notre élite régionale, dans le cadre d'un projet personnel, l'accès vers le haut-niveau, des expériences originales et formatives à chaque étape de leur carrière.

Trois types d'actions sont ainsi proposés :

- Les « Océania ».
- Les collectifs.
- Les déplacements.

Ces actions seront revues annuellement et feront l'objet d'un engagement tripartite : nageur, ligue et club.

LES « OCEANIA 2020 » NATATION COURSE – EAU LIBRE 15 au 21 juin à Fidji

Exigences administratives :

- Etre titulaire au 1^{er} novembre 2019 d'une licence délivrée par la Fédération Française de Natation. La sélection sera ouverte aux nageurs expatriés qui seraient présents sur le territoire au moment de la compétition. Les frais de déplacements restent à leur charge.

CRITERES DE SELECTION NATATION COURSE

Temps de qualification :

Les temps de qualification sont à réalisés entre le 1^{er} novembre 2019 et le 17 mai 2020 lors de compétitions en bassin de 50m.

Les performances devront être intégrées au ranking national édité par la FFN.

DAMES	EPREUVES	MESSIEURS
28.80	50m Nage libre	24:88
1:02.83	100m Nage libre	54.94
2:16.85	200m Nage libre	2:01.49
4:46.58	400m Nage libre	4:18.28
9:50.61	800m Nage libre	
	1500m Nage libre	17:04.00
33.14	50m Dos	28.78
1:11.26	100m Dos	1:02.20
2:32.65	200m Dos	2:15.71
36.66	50m Brasse	31.61
1:19.94	100m Brasse	1:09.30
2:51.70	200m Brasse	2:30.69
30.67	50m Papillon	26.96
1:08.75	100m Papillon	1:00.15
2:31.16	200m Papillon	2:13.58
2:35.93	200m 4 Nages	2:17.31
5:29.05	400m 4 Nages	4:52.93

Tout sélectionné à titre individuel est susceptible de participer aux relais.

Validation de la sélection :

Le chef de délégation et les encadrants techniques seront nommés par la ligue.

La sélection sera proposée par la commission natation et validée par le comité directeur de la ligue.

La commission se réunira le mercredi 20 mai 2020 pour arrêter la liste des qualifiés fonction du nombre de places allouées par la ligue.

Par ordre de priorité, seront retenus:

- Les nageur(se)s qui réalisent le plus de temps de qualification.
- Les nageur(se)s potentiellement médaillables.
- Les nageurs licenciés sur le territoire sont prioritaires sur les expatriés.

La ligue se réserve le droit, dans l'intérêt de l'équipe, de sélectionner un nageur éligible n'ayant pas réalisé les critères.

Préparation des « Océania » :

Pour les nageur(se)s s'entraînant sur le territoire :

- Il appartient aux clubs de mettre en place les conditions optimales de préparation en collaboration avec la ligue.
- Ils devront obligatoirement participer (sauf cas de force majeure) :
 - Aux regroupements des collectifs auxquels ils appartiennent.
 - Au meeting NC 1 (30 novembre et 1^{er} décembre 2019).
 - Au meeting NC 2 (28 et 29 mars 2020).
 - Aux Championnats de Nouvelle-Calédonie 50m (30 et 31 mai 2020).
 - Au Circuit 25m sur au moins 2 journées.
 - Au stage préparatoire du 8 au 12 juin 2020.

Pour les expatrié(e)s s'entraînant hors du territoire :

- Le suivi de préparation sera assuré par le chef de délégation et/ou le cadre technique en relation avec le club concerné.
- Ils devront obligatoirement participer au stage préparatoire du 8 au 12 juin 2020.

CRITERES DE SELECTION EAU LIBRE

Critères de sélection :

La sélection sera établie sur les résultats de l'épreuve du 5km des Championnats de Nouvelle-Calédonie du 4 avril 2020.

La 1^{ère} féminine et le 1^{er} masculin, hors qualifiés aux Championnats de France eau libre et effectuant le déplacement seront qualifiés.

Une seconde féminine et/ou un second masculin pourront être retenus en fonction :

- Des résultats de l'épreuve de sélection (terminer à moins de 1 minute du vainqueur).
- Des candidatures des nageur(se)s expatriés (expérience en eau libre avérée).
- Du profil des sélectionné(e)s aux Jeux en natation course.

Validation de la sélection :

La procédure sera identique à celle de la natation course.

Pour des raisons évidentes de calendrier, les nageurs effectuant le déplacement aux championnats de France eau libre ne sont pas sélectionnables.

Préparation des « Océania » :

Pour les nageur(se)s s'entraînant sur le territoire :

- Il appartient aux clubs de mettre en place les conditions optimales de préparation en collaboration avec la ligue.
- Ils devront obligatoirement participer (sauf cas de force majeure) :
 - Aux regroupements du collectif eau libre.
 - Au meeting NC 1 (30 novembre et 1^{er} décembre 2019).
 - Au meeting NC 2 (28 et 29 mars 2020).
 - Aux Championnats de Nouvelle-Calédonie eau libre (30 et 31 mai 2020).
 - Au Circuit 25m sur au moins 2 journées.
 - Au stage préparatoire du 8 au 12 juin 2020.

Pour les expatrié(e)s s'entraînant hors du territoire :

- Le suivi de préparation sera assuré par le chef de délégation et/ou le cadre technique en relation avec le club concerné.
- Ils devront obligatoirement participer au stage préparatoire du 8 au 12 juin 2020.

LES COLLECTIFS

Au travers, d'actions régulières, ils ont pour objectifs :

- Intensifier la dynamique de performance initiée par les clubs.
- Mutualiser les compétences des entraîneurs.
- Multiplier les échanges au travers d'actions d'entraînement.
- Elargir l'offre de confrontation en fonction du niveau de pratique.
- Garder une motivation pour des nageurs proche du niveau national.
- Préparer les échéances de compétitions.

L'appartenance à ces collectifs repose sur des critères sportifs et est prononcée pour la saison sportive considérée. La Ligue se réserve le droit de les faire évoluer en cours d'année en fonction des résultats enregistrés ou des projets de performance individuels élaborés conjointement avec les clubs. Les nageuses et nageurs retenus doivent participer à l'intégralité des actions proposées s'ils veulent bénéficier de la prise en charge de la Ligue pour les déplacements à finalité nationale ou internationale sauf cas de force majeure constaté.

Les collectifs sont au nombre de quatre :

- Collectif « Performance » (filles de 13 ans et plus – garçons de 14 ans et plus).
- Collectif « Développement Jeunes 3^{ème} année – Jeunes 2^{ème} année » (filles de 12 et 13 ans – garçons de 13 et 14 ans).
- Collectif « Développement Jeunes 1^{ère} année – Avenir » (filles 10 et 11 ans – garçons 11 et 12 ans).
- Collectif eau libre (filles et garçons nés en 2006 et avant).

COLLECTIF « PERFORMANCE »

Population concernée :

- Filles nées en 2007 et avant.
- Garçons nés en 2006 et avant.

Critères d'appartenance :

- Avoir réalisé en 2019 un temps de la grille ci-dessous :

DAMES						
	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et +
50m NL	30.50	30.10	29.38	28.82	28.40	27.98
100m NL	1:05.00	1:04.94	1:03.42	1:02.22	1:01.31	1:00.40
200m NL	2:22.00	2:20.90	2:16.71	2:14.50	2:12.55	2:10.59
400m NL	4:57.00	4:56.00	4:49.12	4:43.61	4:39.48	4:35.34
800m NL	10:04.69	10:01.29	9:47.30	9:36.11	9:27.73	9:19.33
1500m NL	19:30.00	19:21.24	18:49.26	18:27.75	18:11.62	17:55.48
50m dos	34.50	34.06	33.26	32.63	32.15	31.68
100m dos	1:14.10	1:13.65	1:11.94	1:10.57	1:09.54	1:08.51
200m dos	2:41.57	2:38.99	2:35.29	2:32.33	2:30.11	2:27.89
50m brasse	38.00	37.74	36.86	36.16	35.63	35.11
100m brasse	1:24.79	1:22.98	1:21.06	1:19.51	1:18.35	1:17.19
200m brasse	3:01.88	2:59.01	2:54.84	2:51.51	2:49.02	2:46.52
50m papillon	31.80	31.65	30.92	30.33	29.89	29.44
100m papillon	1:12.22	1:11.25	1:09.59	1:08.26	1:07.25	1:06.28
200m papillon	2:51.12	2:39.92	2:36.20	2:33.23	2:31.00	2:28.77
200m 4 nages	2:42.00	2:40.71	2:36.97	2:33.97	2:31.73	2:29.49
400m 4 nages	5:45.00	5:40.22	5:32.30	5:25.98	5:21.23	5:16.48
MESSIEURS						
	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans et +
50m NL	00:26.70	26.69	26.07	25.59	25.22	24.60
100m NL	00:58.41	58.21	56.97	55.79	54.99	53.65
200m NL	02:07.94	2:07.35	2:03.68	2:02.07	2:00.31	1:57.37
400m NL	4:33.00	4:30.74	4:24.51	4:19.51	4:15.77	4:09.53
800m NL	9:20.00	9:17.17	9:04.34	8:54.07	8:46.37	8:33.52
1500m NL	17:47.00	17:42.85	17:18.36	16:58.77	16:44.07	16:19.58
50m dos	00:31.22	30.60	29.89	29.33	28.90	28.20
100m dos	01:07.81	1:06.27	1:04.74	1:03.52	1:02.60	1:01.07
200m dos	02:28.06	2:23.69	2:20.37	2:17.73	2:15.74	2:12.43

50m brasse	00:33.84	33.35	32.57	31.96	31.50	30.73
100m brasse	01:15.46	1:13.96	1:12.25	1:10.89	1:09.86	1:08.16
200m brasse	02:45.64	2:40.94	2:37.23	2:34.27	2:32.04	2:28.34
50m papillon	00:28.86	28.25	27.60	27.07	26.68	26.03
100m papillon	01:04.98	1:03.14	1:01.69	1:00.53	59.65	58.20
200m papillon	02:33.39	2:22.91	2:19.61	2:16.99	2:15.01	2:11.71
200m 4 nages	2:27.00	2:25.14	2:21.80	2:19.13	2:17.12	2:13.77
400m 4 nages	05:16.07	5:09.91	5:02.77	4:57.06	4:52.77	4:45.63

Action :

- Regroupements d'entraînement au CARD.

Dates des regroupements :

- Du 14 au 18 octobre 2019 de 7h à 9h – RDV 6h45.
- Du 10 au 14 février 2020 de 7h à 9h – RDV 6h45.
- Du 8 au 12 juin 2020 de 7h à 9h – RDV 6h45 (réservé aux qualifiés aux épreuves nationales estivales).

Composition du collectif :

Sont éligibles au collectif par leurs performances 2019 :

DAMES		MESSIEURS	
DECAIX Julie	Dumbéa Natation	ASRI Timothée	CN Calédoniens
DOUILLARD Malou	Dumbéa Natation	CARRASCO Anthony	CN Calédoniens
EROUT Marine	CN Calédoniens	CAYUELA Loann	CN Calédoniens
FAYARD Jaynie	Dumbéa Natation	CHRETIEN Stephen	CN Calédoniens
FLAMENT Maïana	Dumbéa Natation	CLAEYSEN Mattéo	CN Calédoniens
FREULON Lillie	Dumbéa Natation	COLLADANT Loïs	Dumbéa Natation
GUEZENNEC Joanna	Olymp. Nouméa N	DABIN John-William	CN Calédoniens
HIDRIO Armelle	CN Calédoniens	DEDIEU Brandon	CN Calédoniens
LOUVEL Chéryl	CN Calédoniens	DUMESNIL Ethan	Dumbéa Natation
ROGALA Maili	Dumbéa Natation	GANE Alexandre	Dumbéa Natation
TOVEN May	Dumbéa Natation	GAUVIN Charlie	CN Calédoniens
WEISS Nolwenn	Dumbéa Natation	HUDAN Nathan	CN Calédoniens
WILLIAMS Adeline	Olymp. Nouméa N	JANIN Florent	CN Calédoniens
		JOCTEUR Kyrian	CN Calédoniens
		LY-TAHAM Ryan	Dumbéa Natation
		MATTEI Enzo	Olymp. Nouméa N
		PELEY Lucas	CN Calédoniens
		SAVIGNAC Baptiste	CN Calédoniens
		SAVIGNAC Hugo	CN Calédoniens
		TAVONG Vincent	CN Calédoniens
		WILLOCQ Tom	CN Calédoniens

Cette appartenance sera effective à la réception de l'engagement signé par l'athlète et l'entraîneur.

COLLECTIF « DEVELOPPEMENT JEUNES 3^{ème} ANNEE – JEUNES 2^{ème} ANNEE »

Population concernée :

- Filles nées en 2007 et 2008.
- Garçons nés en 2006 et 2007.

Critères d'appartenance :

- Avoir participé aux Championnats de France Jeunes TLZ 2019.
- Avoir marqué plus de 3 000 pts à la finale régionale NC TLZ 2019.

Actions et dates :

- Stage du 16 au 19 décembre 2019 (lieu à déterminer).
- Regroupement au CARD le samedi 6 juin 2020 de 7h à 10h – RDV 6h45.

Composition du collectif :

Sont éligibles au collectif par leurs performances 2019 :

DAMES		MESSIEURS	
BECUWE Alicia	CN Calédoniens	CHRETIEN Noah	CN Calédoniens
DUBREUIL Léotie	CN Calédoniens	CRUCHET Pierre	CN Calédoniens
FLAMENT Hinareva	Dumbéa Natation	HOULOT Maxime	CN Calédoniens
LETHEZER Carla	CN Calédoniens	HUDAN Sandro	CN Calédoniens
MARQUES Eve	CN Calédoniens	LARHANTEC Alexis	Mont-Dore Natation
POLUTELE Eva	CN Calédoniens	LENOIR Etienne	CN Calédoniens
		MALETRAS Félix	CN Calédoniens
		MICHEL Adam	Olymp. Nouméa N
		NICOLO Mael	CN Calédoniens

Cette appartenance sera effective à la réception de l'engagement signé par l'athlète et l'entraîneur.

COLLECTIF « DEVELOPPEMENT JEUNES 1^{ère} ANNEE – AVENIR »

Population concernée :

- Filles nées en 2009 et 2010.
- Garçons nés en 2008 et 2009.

Critères d'appartenance :

- Avoir marqué plus de 1 000 pts à la finale régionale avenir 2019.

Actions et dates :

- Stage du 6 au 9 avril 2020 (lieu à déterminer).
- Regroupement au CARD le samedi 22 février 2020 de 7h à 10h – RDV 6h45.

Composition du collectif :

Sont éligibles au collectif par leurs performances 2019 :

DAMES		MESSIEURS	
AH SCHA Luisa-Laa	Dumbéa Natation	CERDA Chrissander	Olymp. Nouméa N
CHERRIER Victoria	Olymp. Nouméa N	COURTIER Nolhann	Mont-Dore Natation
CHOLIERE Charlie	Olymp. Nouméa N	DELANDE Théo	CN Calédoniens
DELUNEL Clara	Dumbéa Natation	DOUILLARD Noa	Dumbéa Natation
DENAMIEL Marianne	Olymp. Nouméa N	DUMONT Sandro	CN Calédoniens
FREULON Blanche	Dumbéa Natation	FENUAFANOTE Yodren	Dumbéa Natation
LETHEZER Manon	CN Calédoniens	MARTEL Timothe	Dumbéa Natation
MALETRAS Juliette	CN Calédoniens	NODANCHE Nolan	Dumbéa Natation
MARAYE Emilie	Olymp. Nouméa N	NODANCHE Yaron	Dumbéa Natation
SERCAN Ambre	Dumbéa Natation	TRANEVANE Tony	Mont-Dore Natation

VANSUYPEENE Faustine	Dumbéa Natation	WANAXAENG Joan	Dumbéa Natation
----------------------	-----------------	----------------	-----------------

Cette appartenance sera effective à la réception de l'engagement signé par l'athlète et l'entraîneur.

COLLECTIF EAU LIBRE

Population concernée :

- o Filles et garçons nés en 2006 et avant.

Critères d'appartenance :

- o Avoir participé aux Championnats de France eau libre 2019.
- o Avoir réalisé en 2019 les temps minima de la FFN pour participer aux Championnats de France eau libre.

DAMES			
	14 - 15 ans	16 - 17ans	18 ans et plus
800m nage libre	10:00.00	9:45.00	9:30.00
HOMMES			
	14 - 15 ans	16 - 17ans	18 ans et plus
1500m nage libre	18:30.00	17:30.00	17:00.00

Actions et dates :

- o Regroupement au CARD :
 - ✓ Lundi 23, mardi 24, jeudi 26, vendredi 26 décembre 2019 de 7h à 9h.
 - ✓ Jeudi 2, vendredi 3, lundi 6, mardi 7, mercredi 8 janvier 2020 de 7h à 9h et de 15h à 17h.

Composition du collectif :

DAMES		MESSIEURS	
FLAMENT Maïana	Dumbéa Natation	CARRASCO Anthony	CN Calédoniens
FREULON Lillie	Dumbéa Natation	CARRASCO Nolan	CN Calédoniens
		CAYUELA Loann	CN Calédoniens
		SAVIGNAC Baptiste	CN Calédoniens
		SAVIGNAC Hugo	CN Calédoniens

LES DEPLACEMENTS

Is ont pour objectifs :

- o D'accompagner les nageurs dans la finalité annuelle de leur projet de performance.
- o De préparer les échéances nationales.
- o De s'aguerrir aux contraintes du format séries / finales dans un contexte relevé.
- o De garder une démarche tournée vers la construction de la haute performance.

Dans ce contexte, la ligue organisera le déplacement et mettra en place une participation financière sur 4 déplacements pour les nageurs remplissant les critères fixés :

- Les Championnats de Nouvelle-Zélande eau libre.
- Les Championnats de France eau libre.
- Les Championnats de France Jeunes – Lucien ZINS.
- Les Championnats de France Open d'été.

Dans le cadre de la mutualisation des ressources, les nageurs qualifiés mais qui ne répondraient pas aux critères de la ligue pourront être associés au déplacement à la charge totale des clubs. Cette procédure exceptionnelle se décidera entre le président de la ligue et le ou la président(e) du ou des clubs demandeurs concernés.

Principes applicables aux déplacements :

- o La ligue prendra en charge un entraîneur pour 6 nageurs répondant aux critères.
- o La ligue se réserve le droit de supprimer la prise en charge financière à un nageur dont la mise en œuvre de sa préparation n'est pas en adéquation avec la recherche de performance.

CHAMPIONNATS OPEN DE NOUVELLE-ZELANDE EAU LIBRE :

Dates : du 9 au 13 janvier 2020.

Lieu : Taupo (Nouvelle-Zélande)

Dates du déplacement :

- o Départ : jeudi 9 janvier 2020.
- o Retour : lundi 13 janvier 2020.

Critères de sélection :

- o Compétition régionale.
- o Critères de sélection établis par la ligue :
 - ✓ Avoir participé aux Championnats de France eau libre 2019.
 - ✓ Sur candidatures proposées par les entraîneurs de club pour des nageurs dont le projet sportif est de participer aux Championnats de France et avoir satisfait en 2019 aux minimas de temps imposés par la FFN.

Effectif prévisionnel :

- o 5 personnes :
 - ✓ 1 entraîneur.
 - ✓ 4 nageurs.

CHAMPIONNATS DE FRANCE EAU LIBRE :

Dates :

- o Du vendredi 12 au lundi 15 juin 2020.

Lieu :

- o Saint-Raphaël (83).
- o Stage préparatoire à l'INSEP.

Dates du déplacement :

- o Départ : jeudi 4 juin 2020.

- Retour : lundi 15 juin 2020 – arrivée Nouméa : mardi 16 juin 2020.

Critères de sélection :

- Compétition nationale.
- Critères de qualification établis par la FFN.
 - ✓ Avoir réalisé les temps de qualification en bassin de 50m à compter du 1^{er} janvier 2019 :

DAMES			
	14 - 15 ans	16 - 17ans	18 ans et plus
800m nage libre	10:00.00	9:45.00	9:30.00
HOMMES			
	14 - 15 ans	16 - 17ans	18 ans et plus
1500m nage libre	18:30.00	17:30.00	17:00.00

- Critères de qualification établis par la ligue :
 - ✓ Terminer 1^{er} de sa catégorie d'âge du 5km des Championnats de Nouvelle-Calédonie eau libre 2020 à condition de ne pas classé derrière un nageur d'une catégorie inférieure.
 - ✓ Si, au total, moins de 4 nageurs réalisent les critères, un second nageur d'une catégorie d'âge pourra être qualifié à condition de terminer à moins de 15'' du 1^{er} de l'année considérée, d'avoir rempli le minima de temps FFN et de ne pas être classé derrière un nageur d'une catégorie inférieure.

Effectif prévisionnel :

- 5 personnes :
 - ✓ 1 entraîneur.
 - ✓ 4 nageurs.

CHAMPIONNATS DE FRANCE JEUNES – LUCIEN ZINS

Dates :

- Du jeudi 9 au dimanche 12 juillet 2020.

Lieu :

- Pau (64).
- Stage préparatoire à l'INSEP.

Dates du déplacement :

- Départ : jeudi 2 juillet 2020.
- Retour : lundi 13 juillet 2020 – arrivée Nouméa : mardi 14 juillet 2020.

Critères de sélection :

- Compétition nationale.
- Critères de qualification établis par la FFN :
 - ✓ Avoir réalisé les temps de qualification édictés par la FFN.
- Critères de prise en charge financière par la ligue :
 - ✓ Avoir réalisé deux temps de la grille de qualification FFN hors 50m sur la saison en cours.

Effectif prévisionnel :

- 10 personnes :
 - ✓ 2 entraîneurs.
 - ✓ 8 nageurs.

CHAMPIONNATS DE FRANCE OPEN D'ETE

Dates :

- Du samedi 18 au jeudi 23 juillet 2020.

Lieu :

- Dunkerque (59).
- Stage préparatoire à l'INSEP.

Dates du déplacement :

- Départ : vendredi 10 juillet 2020.
- Retour : vendredi 24 juillet 2020 – arrivée Nouméa : samedi 25 juillet 2020.

Critères de sélection :

- Compétition nationale.
- Critères de qualification établis par la FFN.
 - ✓ Avoir réalisé les temps de qualification édictés par la FFN.
- Critères de prise en charge financière par la ligue :
 - ✓ Avoir réalisé deux temps de la grille de qualification FFN à compter du 1^{er} mars 2019. Au titre de la saison 2019, les performances auront dues être réalisées sur :
 - Le meeting NC2.
 - Les championnats régionaux de Nouvelle-Calédonie bassin de 50m.
 - Les Championnats de France Espoirs (filles 15 ans et moins, garçons 16 ans et moins).
 - Les Championnats de France Jeunes – Lucien ZINS.

Effectif prévisionnel :

- 10 personnes :
 - ✓ 2 entraîneurs.
 - ✓ 8 nageurs.