

## CHAMPIONNATS DE L'OUEST WEB CONFRONT@TION

|           |   |   |  |
|-----------|---|---|--|
| Date      | <b>Vendredi 4, Samedi 5 &amp; Dimanche 6 juillet 2025</b>   |   |  |
| Bassin    | 50 m x 8 lignes extérieur   | extraNat  | <b>Engagements du 25 juin au 1<sup>er</sup> juillet 2025</b> |
| Catégorie | ♀   | Juniors et Séniors :<br>14 ans & plus (2010 et avant) | <b>LAVAL</b>   |
|           | ♂   | Juniors et Séniors :<br>14 ans & plus (2010 et avant) |  |
| Note      | Compétition qualificative pour les épreuves nationales<br>Déléguée ETI : Léa PINEAU<br><b>Engagements à effectuer et à régler sur extraNat Centre-Val de Loire</b><br>Tarifs des engagements : 9 € (par épreuve individuelle) |   |  |

| Vendredi 4 juillet 2025                                    |                   | Samedi 5 juillet 2025                  |  | Dimanche 6 juillet 2025  |                                    |
|--|-------------------|--|--|--------------------------|------------------------------------|
|  |                   | OP : 07h30<br>DE : 09h00               |  | OP : 07h30<br>DE : 09h00 |                                    |
| Bassin disponible<br>pour les clubs<br>de 9 h 00 à 11 h 30 | SÉRIES            | 200 NAGE LIBRE D & M                   | 100 BRASSE D & M                       |                          |                                    |
|  |                   | 100 DOS D & M                          | 200 DOS D & M                          |                          |                                    |
|  |                   | 200 4 NAGES D & M                      | 400 4 NAGES D & M                      |                          |                                    |
|  |                   | 100 PAPILLON D & M                     | 200 PAPILLON D & M                     |                          |                                    |
|  |                   | 50 NAGE LIBRE D & M                    | 100 NAGE LIBRE D & M                   |                          |                                    |
|  |                   | 200 BRASSE D & M                       | 400 NAGE LIBRE M                       |                          |                                    |
|  |                   | 400 NAGE LIBRE D                       | 800 NAGE LIBRE D<br>(premières séries) |                          |                                    |
|  |                   | 800 Nage Libre M<br>(premières séries) |  |                          |                                    |
| OP : 13h30<br>DE : 15h00                                   |                   | OP : 14h30<br>DE : 16h00               |  | OP : 13h45<br>DE : 15h15 |                                    |
| SERIES   | 50 BRASSE D & M   | S.                                     | 800 NAGE LIBRE M<br>(série finale)     | FINALES A                | 800 NAGE LIBRE D<br>(série finale) |
|  | 50 DOS D & M      | FINALES A                              | 400 NAGE LIBRE D                       |                          | 400 NAGE LIBRE M                   |
|  | 50 PAPILLON D & M |  | 200 BRASSE M & D                       |                          | 100 BRASSE D & M                   |
|  | 1500 NL D & M     |  | 50 NAGE LIBRE M & D                    |                          | 200 DOS D & M                      |
| FINALES A  | 50 BRASSE D & M   |  | 100 PAPILLON M & D                     | 400 4 NAGES D & M        |                                    |
|  | 50 DOS D & M      | 200 4 NAGES M & D                      | 200 PAPILLON D & M                     |                          |                                    |
|  | 50 PAPILLON D & M | 100 DOS M & D                          | 100 NAGE LIBRE D & M                   |                          |                                    |
| Relais 4 x 50 4 N mixte                                    |                   | 200 NAGE LIBRE M & D                   |  |                          |                                    |
|  |                   | Relais 4 x 50 NL mixte                 |  |                          |                                    |

◆ Modalités de participation :

- Compétition réservée uniquement aux nageurs licenciés dans l'interrégion Ouest
- Cette compétition est ouverte à tous les Juniors et Séniors (filles et garçons 14 ans et plus), sous condition d'avoir réalisé les temps de la grille de qualification en bassin de 25 ou de 50 mètres durant la période du 1<sup>er</sup> janvier 2024 au 29 juin 2025 à partir des performances enregistrées dans la base extraNat.
- Deux épreuves complémentaires sont autorisées
- Les séries seront nagées toutes catégories confondues et classement au temps.

◆ Organisation des finales :

- Trois finales sur les épreuves de 50, 100, 200 et 400 mètres :
  - Finales A & B Toutes catégories
  - Finales C « Espoirs » (Juniors 1 & 2 : Filles & Garçons 14 & 15 ans)
- Pour les 800 Nage Libre organisation en premières séries et série finales toutes catégories confondues
- Pour les 1500 Nage Libre séries toutes catégories.

◆ Récompenses :

- Pour les épreuves de 50, 100, 200 et 400 mètres, les trois premiers de la finale A.
- Pour les épreuves 800, 1500 Nage Libre, les 3 premiers Toutes catégories.
- A l'issue des épreuves : les 3 premiers à la table de cotation par catégorie (J1 – J2 & J3) et par genre.

## Performances à réaliser en bassin de 25 mètres

| DAMES                         |                               |                               |                               |   |         | MESSIEURS                     |                               |                               |                               |   |
|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|---|---------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|---|
| Catégorie « Espoirs »         |                               | Catégorie « Relève »          |                               |   |         | Catégorie « Espoirs »         |                               | Catégorie « Relève »          |                               |   |
| Juniors 1<br>14 ans<br>(2010) | Juniors 2<br>15 ans<br>(2009) | Juniors 3<br>16 ans<br>(2008) | Juniors 4<br>17 ans<br>(2007) | Juniors 5<br>Séniors<br>18 ans & +<br>(2006 et -) |         | Juniors 1<br>14 ans<br>(2010) | Juniors 2<br>15 ans<br>(2009) | Juniors 3<br>16 ans<br>(2008) | Juniors 4<br>17 ans<br>(2007) | Juniors 5<br>Séniors<br>18 ans & +<br>(2006 et -) |
| 00:30.63                      | 00:30.14                      | 00:29.50                      | 00:28.58                      | 00:28.29  | 50 NL   | 00:28.09                      | 00:27.38                      | 00:26.50                      | 00:26.19                      | 00:25.54  |
| 01:07.19                      | 01:05.53                      | 01:04.25                      | 01:02.97                      | 01:02.33  | 100 NL  | 01:02.92                      | 00:59.82                      | 00:57.72                      | 00:57.37                      | 00:55.75  |
| 02:25.80                      | 02:22.58                      | 02:19.33                      | 02:17.21                      | 02:15.81  | 200 NL  | 02:17.57                      | 02:10.28                      | 02:05.38                      | 02:03.72                      | 02:01.74  |
| 05:05.68                      | 04:57.04                      | 04:52.42                      | 04:44.76                      | 04:41.85  | 400 NL  | 04:52.11                      | 04:36.70                      | 04:26.37                      | 04:21.52                      | 04:17.53  |
| 10:25.46                      | 10:12.15                      | 09:57.77                      | 09:45.73                      | 09:39.74  | 800 NL  | 09:49.60                      | 09:36.93                      | 09:12.76                      | 09:02.73                      | 08:54.82  |
| 20:28.32                      | 19:54.73                      | 19:17.48                      | 18:39.34                      | 18:27.90  | 1500 NL | 18:29.90                      | 18:06.82                      | 17:51.55                      | 17:15.20                      | 17:07.29  |
| 00:34.48                      | 00:33.42                      | 00:33.21                      | 00:32.23                      | 00:31.90  | 50 DOS  | 00:32.24                      | 00:30.92                      | 00:29.71                      | 00:29.48                      | 00:28.60  |
| 01:14.96                      | 01:13.29                      | 01:12.64                      | 01:10.66                      | 01:09.92  | 100 DOS | 01:11.34                      | 01:06.89                      | 01:04.20                      | 01:03.43                      | 01:02.01  |
| 02:43.76                      | 02:36.88                      | 02:35.41                      | 02:32.23                      | 02:30.64  | 200 DOS | 02:30.91                      | 02:25.25                      | 02:19.32                      | 02:17.85                      | 02:14.40  |
| 00:39.25                      | 00:38.68                      | 00:37.28                      | 00:36.28                      | 00:35.92  | 50 BRA  | 00:36.57                      | 00:34.32                      | 00:33.32                      | 00:32.40                      | 00:31.86  |
| 01:25.60                      | 01:24.05                      | 01:22.05                      | 01:19.78                      | 01:18.96  | 100 BRA | 01:21.40                      | 01:16.29                      | 01:14.11                      | 01:11.67                      | 01:10.16  |
| 03:04.51                      | 02:59.44                      | 02:56.18                      | 02:52.24                      | 02:50.47  | 200 BRA | 02:54.60                      | 02:49.25                      | 02:40.12                      | 02:34.83                      | 02:32.76  |
| 00:32.83                      | 00:31.92                      | 00:31.30                      | 00:30.57                      | 00:30.26  | 50 PAP  | 00:31.46                      | 00:29.09                      | 00:28.49                      | 00:27.69                      | 00:27.30  |
| 01:14.16                      | 01:12.39                      | 01:09.86                      | 01:08.29                      | 01:07.59  | 100 PAP | 01:11.89                      | 01:05.59                      | 01:02.75                      | 01:01.86                      | 01:00.42  |
| 02:47.81                      | 02:43.10                      | 02:37.96                      | 02:34.25                      | 02:32.67  | 200 PAP | 02:35.92                      | 02:27.19                      | 02:23.01                      | 02:19.46                      | 02:16.44  |
| 02:46.90                      | 02:42.33                      | 02:39.73                      | 02:35.40                      | 02:33.80  | 200 4N  | 02:35.12                      | 02:26.67                      | 02:23.86                      | 02:19.90                      | 02:18.16  |
| 05:51.48                      | 05:39.70                      | 05:34.13                      | 05:26.61                      | 05:23.27  | 400 4N  | 05:25.90                      | 05:13.15                      | 05:04.84                      | 05:00.64                      | 04:55.47  |

## Performances à réaliser en bassin de 50 mètres

| DAMES                         |                               |                               |                               |   |                | MESSIEURS                     |                               |                               |                               |   |
|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|---|----------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|---|
| Catégorie « Espoirs »         |                               | Catégorie « Relève »          |                               |   |                | Catégorie « Espoirs »         |                               | Catégorie « Relève »          |                               |   |
| Juniors 1<br>14 ans<br>(2010) | Juniors 2<br>15 ans<br>(2009) | Juniors 3<br>16 ans<br>(2008) | Juniors 4<br>17 ans<br>(2007) | Juniors 5<br>Séniors<br>18 ans & +<br>(2006 et -) |                | Juniors 1<br>14 ans<br>(2010) | Juniors 2<br>15 ans<br>(2009) | Juniors 3<br>16 ans<br>(2008) | Juniors 4<br>17 ans<br>(2007) | Juniors 5<br>Séniors<br>18 ans & +<br>(2006 et -) |
| 00:31.33                      | 00:30.84                      | 00:30.20                      | 00:29.28                      | 00:28.99  | <b>50 NL</b>   | 00:28.79                      | 00:28.08                      | 00:27.20                      | 00:26.89                      | 00:26.24  |
| 01:08.39                      | 01:06.73                      | 01:05.45                      | 01:04.17                      | 01:03.53  | <b>100 NL</b>  | 01:04.42                      | 01:01.32                      | 00:59.22                      | 00:58.87                      | 00:57.25  |
| 02:28.70                      | 02:25.48                      | 02:22.23                      | 02:20.11                      | 02:18.71  | <b>200 NL</b>  | 02:21.17                      | 02:13.88                      | 02:08.98                      | 02:07.32                      | 02:05.34  |
| 05:11.88                      | 05:03.24                      | 04:58.62                      | 04:50.96                      | 04:48.05  | <b>400 NL</b>  | 04:59.81                      | 04:40.40                      | 04:34.07                      | 04:29.22                      | 04:25.23  |
| 10:38.36                      | 10:25.05                      | 10:10.67                      | 09:58.63                      | 09:52.64  | <b>800 NL</b>  | 10:05.50                      | 09:52.83                      | 09:28.66                      | 09:18.63                      | 09:10.72  |
| 20:52.82                      | 20:19.23                      | 19:41.98                      | 19:03.84                      | 18:52.40  | <b>1500 NL</b> | 19:00.00                      | 18:37.02                      | 18:21.75                      | 17:45.30                      | 17:37.49  |
| 00:35.78                      | 00:34.72                      | 00:34.51                      | 00:33.53                      | 00:33.20  | <b>50 DOS</b>  | 00:33.73                      | 00:32.42                      | 00:31.21                      | 00:30.98                      | 00:30.10  |
| 01:17.26                      | 01:15.59                      | 01:14.94                      | 01:12.96                      | 01:12.22  | <b>100 DOS</b> | 01:14.34                      | 01:09.89                      | 01:07.20                      | 01:06.43                      | 01:05.01  |
| 02:49.16                      | 02:42.28                      | 02:40.81                      | 02:37.63                      | 02:36.04  | <b>200 DOS</b> | 02:37.81                      | 02:32.15                      | 02:26.22                      | 02:24.75                      | 02:21.30  |
| 00:39.95                      | 00:39.38                      | 00:37.98                      | 00:36.98                      | 00:36.62  | <b>50 BRA</b>  | 00:37.68                      | 00:35.42                      | 00:34.42                      | 00:33.50                      | 00:32.96  |
| 01:27.50                      | 01:25.95                      | 01:23.95                      | 01:21.68                      | 01:20.86  | <b>100 BRA</b> | 01:23.90                      | 01:18.79                      | 01:16.61                      | 01:14.17                      | 01:12.66  |
| 03:09.01                      | 03:03.94                      | 03:00.68                      | 02:56.74                      | 02:54.97  | <b>200 BRA</b> | 03:00.50                      | 02:55.15                      | 02:46.02                      | 02:40.73                      | 02:38.66  |
| 00:33.43                      | 00:32.52                      | 00:31.90                      | 00:31.17                      | 00:30.86  | <b>50 PAP</b>  | 00:32.16                      | 00:29.79                      | 00:29.19                      | 00:28.39                      | 00:28.00  |
| 01:15.56                      | 01:13.79                      | 01:11.26                      | 01:09.69                      | 01:08.99  | <b>100 PAP</b> | 01:13.29                      | 01:06.99                      | 01:04.15                      | 01:03.26                      | 01:01.82  |
| 02:51.11                      | 02:46.40                      | 02:41.26                      | 02:37.55                      | 02:35.97  | <b>200 PAP</b> | 02:38.69                      | 02:30.49                      | 02:26.31                      | 02:22.76                      | 02:19.74  |
| 02:50.30                      | 02:45.73                      | 02:43.13                      | 02:38.80                      | 02:37.20  | <b>200 4N</b>  | 02:39.22                      | 02:30.77                      | 02:27.96                      | 02:24.00                      | 02:22.26  |
| 05:58.98                      | 05:47.20                      | 05:41.63                      | 05:34.11                      | 05:30.77  | <b>400 4N</b>  | 05:34.90                      | 05:22.15                      | 05:13.84                      | 05:09.64                      | 05:04.47  |