

# PLONGEON

## 2022 - 2023

**PROGRAMME SPORTIF  
BORDEREAUX**



# PLONGEON

## CALENDRIER SAISON 2022.2023

<u>Date</u>	<u>Désignation</u>	<u>Lieu</u>
<i>Dimanche 14 mai 2023 (8h00 - 16h00)</i>	<i>Pass compétition et Championnat de Ligue Auvergne Rhône-Alpes d'été</i>	<i>LYON VAISE</i>

## DISPOSITIONS COMMUNES AUX COMPETITIONS

ORGANISEES PAR LA LIGUE AUVERGNE RHÔNE-ALPES DE NATATION :

### HORAIRES :

*Ouverture des portes* : 1 heure 00 avant le début de la compétition.

*Début de la compétition* : suivant le programme.

### OFFICIELS :

Table informatique : 2 personnes

Secrétariat : 1 personne

Speaker : 1 personne

3, 5 ou 7 juges

Nombre d'officiels à prévoir par club : au moins 3 officiels par club.

### ENGAGEMENTS :

Ils se feront **obligatoirement sur fiches d'engagement (cf annexe 3) qui seront ensuite saisies dans DiveRecorder**. Ces fiches devront parvenir 8 jours avant le début du premier jour de la compétition, sans lesquelles l'inscription ne sera pas validée.



Les engagements seront réglés par **VIREMENT** (voir RIB ci-dessous) correspondant au nombre d'engagements :

**\* 5,50 €** par plongeur et par engagement

Les droits d'engagements se calculent par plongeur et par hauteur.

Crédit Mutuel				
RELEVÉ D'IDENTITÉ BANCAIRE				
Identifiant national de compte bancaire - RIB				
Banque	Guichet	N° compte	Clé	Devise
10278	07316	00020677201	26	EUR
Identifiant international de compte bancaire				
IBAN (International Bank Account Number)				
FR7610278073160002067720126				
Domiciliation				
CCM OULLINS				
121 GRANDE RUE				
69600 OULLINS				
TÉL: 0820 34 55 94 (Service 0,12 €/min + prix appel)				
Titulaire du compte (Account Owner)				
LIGUE AUVERGNE-RHÔNE-ALPES DE NATATION				
BATIMENT 3 5				
24 AVENUE JOANNES MASSET				
69009 LYON				
PARTIE RESERVEE AU DESTINATAIRE DU RELEVÉ				

Remettez ce relevé à tout autre organisme ayant besoin de connaître vos références bancaires pour la domiciliation de virements ou de prélèvements de votre compte. Vous éviterez ainsi des erreurs ou des retards.

+

### **DEROULEMENT DES EPREUVES :**

Voir le programme de chaque compétition.

**MODE DE QUALIFICATION ET DE PARTICIPATION :** championnats qualificatifs aux compétitions nationales (voir l'annuel règlement de la FFN 2022.2023).

### **PODIUM :**

Les plongeuses et plongeurs ne se présentant pas à la remise des récompenses ne pourront se voir attribuer celles-ci après. Il sera remis une médaille aux trois premières et premiers de chaque catégorie.

### **DELEGUES :**

#### **Délégué fédéral et jury d'appel :**

Pour toute réunion sportive fédérale, un délégué fédéral est désigné par le Président de la Fédération de Natation. En cas d'empêchement de celui-ci, le juge arbitre assurera les fonctions du délégué. Le délégué régional représente le Président dans l'organisation et la sécurité générale de la manifestation et notamment le respect des règlements fédéraux. Dans les cas de partage des voix, la voix du délégué ou de son représentant est prépondérante. Il peut notamment, en outre, disqualifier à quelque moment que ce soit tout concurrent dont l'engagement aurait été fait sous de fausses déclarations, tout membre de la Fédération dont la tenue, la conduite ou les propos laisseraient à désirer. Il devra adresser dans les trois jours un rapport à la Ligue et / ou à la Fédération.

En l'absence de ce rapport, aucun remboursement de frais ne lui sera accordé.

## Délégué régional :

Pour toute réunion interclubs (régionale, interrégionale), le Comité Régional de l'association organisatrice pourra désigner un délégué officiel. Ce délégué pourra être déplacé aux frais de l'association organisatrice ou appartenir aux associations en présence. Ce délégué pourra contrôler les licences et éventuellement l'identité des concurrents et officiels et interdire la participation de ceux qui ne seraient pas régulièrement qualifiés ou licenciés. Il aura en outre les mêmes pouvoirs que ceux définis ci-dessus pour le délégué fédéral. Il devra fournir au Comité Régional un rapport qui devra être adressé dans les trois jours qui suivent la réunion.

**RESULTATS** : Les résultats seront consultables sur le site de la LIGUE :

<https://abcnatation.fr/sc/170000001/page/35193>

Les résultats seront envoyés par mail.

**ENF** : Dans le cadre de l'ENF, les Nageurs ont une licence « Natation pour tous ».

Dans le cadre de l'aménagement de l'Ecole de Natation Française, **seuls les enfants de 10 ans (2013) et moins, pourront s'ils le désirent passer leur pass'compétition** sous réserve qu'ils aient leur sauv'nage.

**Dans les autres cas, les plongeurs devront avoir** une licence compétiteur pour s'engager dans une compétition.

## Règlements Plongeon

### CATÉGORIES D'ÂGES FFN / FINA TREMLIN ET HAUT-VOL

Catégories d'âge FFN Tremplin et Haut-vol Garçons et Filles : Saison 2022 – 2023

Catégories		Années	Ages*
Poussins	D	2012, 2013 et 2014	9, 10 et 11 ans
Benjamins	C	2010, 2011	12 et 13 ans
Minimes	B	2008, 2009	14 et 15 ans
Cadets	A	2005, 2006, 2007	16, 17 et 18 ans
Juniors	J	2003 et après	20 ans et moins
Elite	E	2009 et avant	14 ans et plus

\*au 31 décembre de l'année de la compétition.

Catégories d'âge FINA Tremplin et Haut-vol Garçons et Filles : Saison 2022 - 2023

Catégories		Années	Ages
Benjamins	C	2010, 2011	12 et 13 ans
Minimes	B	2008, 2009	14 et 15 ans
Cadets	A	2005, 2006, 2007	16, 17 et 18 ans

## Règlements Plongeon

### Programme traditionnel des compétitions régionales :

Catégories		1 m	3 m	Haut-vol
<b>D</b> Poussins 09, 10 et 11 ans	<i>Filles</i>	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101, 201, 301, 401 (position au choix) + 3 livres de groupes différents.	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101, 201, 301, 401 (position au choix) + 3 livres de groupes différents.	-
	<i>Garçons</i>	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101, 201, 301, 401 (position au choix) + 3 livres de groupes différents.	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101, 201, 301, 401 (position au choix) + 3 livres de groupes différents.	-
<b>C</b> Benjamins 12 et 13 ans	<i>Filles</i>	<b>7 plongeurs</b> 5 (9,0) + 2 livres	<b>7 plongeurs</b> 5 (9,5) + 2 livres	5m ou 7,5 m <b>6 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 2 livres
	<i>Garçons</i>	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,0) + 3 livres	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,5) + 3 livres	5 m ou 7,5 m <b>7 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 3 livres
<b>B</b> Minimes 14 et 15 ans	<i>Filles</i>	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,0) + 3 livres	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,5) + 3 livres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>7 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 3 livres 5 groupes ≠
	<i>Garçons</i>	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,0) + 4 livres	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,5) + 4 livres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>8 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 4 livres 5 groupes ≠
<b>A</b> Cadets 16, 17 et 18 ans	<i>Filles</i>	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,0) + 4 livres	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,5) + 4 livres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>8 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 4 livres 5 groupes ≠
	<i>Garçons</i>	<b>10 plongeurs</b> 5 (9,0) + 5 livres	<b>10 plongeurs</b> 5 (9,5) + 5 livres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>9 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 5 livres 6 groupes ≠
<b>Synchro A et B filles et garçons *</b>		-	<b>5 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2,0) + 3 tours (sans limite) 4 groupes doivent être utilisés	-
<b>Dames</b>		Éliminatoires : 5 livres Finales (6) : 5 livres 5 groupes doivent être utilisés	Éliminatoires : 5 livres Finales (6) : 5 livres 5 groupes doivent être utilisés	Éliminatoires : 5 livres Finales (6) : 5 livres 5 groupes doivent être utilisés
<b>Messieurs</b>		Éliminatoires : 6 livres Finales (6) : 6 livres 5 groupes doivent être utilisés	Éliminatoires : 6 livres Finales (6) : 6 livres 5 groupes doivent être utilisés	Éliminatoires : 6 livres Finales (6) : 6 livres 6 groupes doivent être utilisés
<b>Synchro dames*</b>		-	<b>5 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés	<b>5 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés
<b>Synchro messieurs*</b>		-	<b>6 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 4 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés	<b>6 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 4 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés
<b>Synchro Mixte*</b>		-	Finale : 2 tours (coef. Assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés	Finale : 2 tours (coef. Assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés

\*Pour le plongeon synchronisé, les épreuves qualificatives seront organisées par la ligue régionale le cas échéant.

## CHAMPIONNAT DE LIGUE D'ÉTÉ

Ouverture des portes : **8h00**  
Début de la compétition : **9h30**

**Le dimanche 14 mai 2023**

Piscine de **LYON VAISE**

**Date limite des engagements et réception des feuilles de plongeon : Vendredi 5 mai 2023 à 23h59**

**CHAQUE CLUB SE CHARGE D'ENVOYER LES DIFFÉRENTES ANNEXES AUX DIFFÉRENTES PERSONNES NOMMÉES CI DESSOUS :**

**ANNEXE 1** à envoyer à la Ligue : [secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr](mailto:secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr)

**ANNEXES 1 et 2** à envoyer à [sv.caillet@orange.fr](mailto:sv.caillet@orange.fr) qui se chargera de préparer le programme, les jurys et les tables des officiels.

**ANNEXE 3** à envoyer aux clubs chargés de la gestion des engagements sur DIVE RECORDER :

**LYON PLONGEON CLUB** pour cette compétition - [lpcfired@gmail.com](mailto:lpcfired@gmail.com) – [lyonplongeon@gmail.com](mailto:lyonplongeon@gmail.com)

**ANNEXES 4 (ENF3)** à envoyer à la Ligue : [secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr](mailto:secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr)

**Règlement financier** des engagements avant le : **Vendredi 5 mai 2023**, à la **LIGUE** par **virement** accompagné de la fiche des engagements (annexe 1).

**Responsable ENF 3 : Sylvie CAILLET et Frédéric PAROT (LPC)**

Faire parvenir l'**ANNEXE 6** au plus tard, **48 heures après la fin du test** à la Ligue AURA de natation :  
[secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr](mailto:secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr)

**Responsable formation et évaluation des JUGES : Frédéric PAROT et Sylvie CAILLET**

Faire parvenir l'**ANNEXE 6** au plus tard **5 jours après la fin du test**

**A la Ligue : [secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr](mailto:secretariat@auvergnerhonealpes-natation.fr)**

Faire parvenir les **ANNEXES 5 et 6** au plus tard, **5 jours après la fin du test** à :  
[sv.caillet@orange.fr](mailto:sv.caillet@orange.fr)

-  **La compétition sera préparée par le LPC.**
-  **Le LYON PLONGEON CLUB se charge de trouver UN LIEU POUR LA RESTAURATION des officiels de table et des juges de plongeon.**
-  **Quelques modifications ont été apportées dans la prise en charge et organisation du jury :**

Dans la mesure des possibilités d'accueil du club support de la compétition, la ligue prend à sa charge les déjeuners (plateaux repas à hauteur de 20 €uros maximum) dans un local mis à sa disposition par le club, pour les 8 officiels désignés du jury de tête (5 juges, 2 officiels de table, 1 speaker) et 2 bénévoles du club support, soit 10 personnes maximum.

En cas d'impossibilité d'accueil par le club support, le déjeuner est organisé dans un restaurant de proximité à hauteur de 20 €uros maximum par personne.

Les 8 officiels du jury de tête, désignés par l' élu responsable de la Ligue, qui ne sont pas dans la proximité du lieu de compétition peuvent bénéficier d'une indemnité de 40 € par réunion. Cette indemnité versée par la ligue couvre le déplacement (kilomètres et péages), les frais d'hébergement et de repas du soir, le cas échéant.

-  Afin de respecter les règles URSSAF, un document géré par un officiel désigné par la ligue, est présenté au demandeur pour signature.

## DIFFERENTS CONCOURS

### ✓ Concours PROMOTION

#### Les programmes promotionnels :

<b>11 ans et moins</b>	<i>Filles et Garçons</i>	5 plongeurs	4 plongeurs à 1m aux coefficients imposés : 100 A (1,0), 200 A (1,0), 010 B (1,1), 020 A (1,2).	1 plongeur imposé 1m au coefficient de difficulté déterminé par la table de des coefficients FINA en vigueur : 101 C.
<b>12 - 14 ans</b>	<i>Filles et Garçons</i>	6 plongeurs de numéros différents.	3 plongeurs aux coefficients de difficultés suivants : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Chute avant carpée à 1m (1,1) ou 3m (1,2)</li> <li>▪ Chute arrière droite à 1m (1,2) ou 3m (1,3)</li> <li>▪ 101 C à 1m uniquement au coefficient FINA en vigueur.</li> </ul>	3 plongeurs libres mais de groupes différents réalisés à 1m uniquement. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.
<b>15 - 18 ans</b>	<i>Filles et Garçons</i>	6 plongeurs de numéros différents.	3 plongeurs imposés à 1m ou 3m aux coefficients de difficultés déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.	3 plongeurs libres à 1m ou 3m sans limite de coefficient. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.
			Pour l'ensemble des plongeurs imposés et libres, 4 groupes de plongeur doivent être réalisés. Aucun plongeur ne doit être doublé.	

### ✓ CONCOURS MAITRES

<b>Maîtres 39 ans et moins</b>	<i>Dames</i>	4 plongeurs	4 plongeurs différents sans limites de coefficients de difficultés. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.
	<i>Messieurs</i>	5 plongeurs	5 plongeurs différents sans limites de coefficients de difficultés. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.
<b>Maîtres 40 ans et plus</b>	<i>Dames</i>	4 plongeurs	4 plongeurs différents sans limites de coefficients de difficultés. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.
	<i>Messieurs</i>	5 plongeurs	5 plongeurs différents sans limites de coefficients de difficultés. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.

- ✓ **CONCOURS TRADITIONNELS** : programme défini par le règlement FFN en vigueur :

Poussins / poussines 1m et 3m - Benjamins / Benjamines 1m et 3m

Minimes garçons / filles 1m et 3m - Cadets / cadettes 1m et 3m - Seniors dames et messieurs 1m et 3m

L'ensemble des concours régis par le règlement FFN permettra aux plongeurs y participant de pouvoir prétendre à une qualification aux championnats de France été, à condition d'avoir réalisé les minimas de qualification requis.

Aucun sur-classement n'est possible, il est nécessaire d'engager le (la) plongeur (se) dans la catégorie supérieure.

## Règlements Plongeon

### LES EPREUVES NATIONALES JEUNES 1M, 3M ET HAUT-VOL

#### Conditions d'accès :

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Filles et Garçons : de 9 à 18 ans <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ Poussin(e)s</li> <li>✦ Benjamin(e)s *</li> <li>✦ Minimes filles / garçons</li> <li>✦ Cadettes et cadets</li> </ul> </li> </ul> <p><i>* inclus les poussin(e)s de 11 ans surclassé(e)s</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Avoir réalisé les minimas de points requis pour les catégories Benjamins, Minimes, Cadets lors des compétitions régionales d'été et/ou territoriales (hors épreuve bonus et dans la limite des surclassements autorisés).</li> </ul> <p>Ou</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Faire partie du collectif national Jeunes en ayant réalisé les minimas de points requis lors des championnats de France de la saison passée. Si le plongeur/la plongeuse a changé de catégorie d'âge, il lui faudra avoir réalisé les points de sa nouvelle catégorie au cours du championnat de France toutes catégories de la saison précédente.</li> </ul>
---	--

### **Modalités de qualification :**

Pour rappel, chaque plongeur engagé dans une épreuve doit, auparavant, avoir réalisé les minimas de points requis lors des compétitions régionales d'été et/ou territoriales (hors catégorie « poussins »).

- **Plongeon individuel :**

	1m			3m			Haut-Vol		
	C	B	A	C	B	A	C	B	A
Filles	140	170	210	150	180	220	130	155	200
Garçons	165	200	260	175	210	270	150	180	250

## PROGRAMME MODULABLE EN FONCTION DU NOMBRE D'INSCRITS :

Championnats de LIGUE	HORAIRES MATIN	JURY
<p><b>Dimanche</b> <b>14 mai 2023</b> <b>MATIN</b></p>	<p>8h00 - 9h10 <b>entraînement</b> 9h15 : Défilé des concurrents 9h30 : <b>Concours traditionnels :</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Benjamin (8 plongeurs)</b></li> <li><b>Poussins 1M (7 plongeurs)</b></li> <li><b>Séniors – F -1M (5 plongeurs)</b></li> </ul> </p> <p>10h00 : Echauffement / Remise des récompenses 10h15 : <b>Promotion F/G – 1 METRE OU 3 METRES :</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li><b>14-18 ans (6 plongeurs)</b></li> <li><b>11, 12, 13 (6 plongeurs)</b></li> <li><b>Promotion F/G – 1 METRE 10 ans et moins +</b></li> <li><b>Maîtres F / G – 1 METRE (4 plongeurs)-</b></li> </ul> </p> <p>10h45 : Echauffement / Remise des récompenses 11h15 : <b>Concours traditionnels :</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Cadettes F (9 plongeurs) –</b></li> <li><b>Benjamin (8 plongeurs) –</b></li> <li><b>Poussins H (7 plongeurs) – 3 METRES</b></li> </ul> </p> <p>11h45 : Remise des récompenses – Fin des concours.</p>	<p><b>Pass'comp et Annexe 6 Cf annexe 2</b></p>

## Annexe 1 : BORDEREAU D'ENGAGEMENT PLONGEON

COMPETITION :

DATE :

CLUB :

CATEGORIES	PROMOTION	TRADITIONNEL
Equipe		
Poussins		
Benjamins		
Minimes		
Cadets		
Juniors		
Séniors		
Maîtres		

REEMPLIR UNE FEUILLE PAR CATEGORIE

**Cocher la ou les cases correspondantes**

NOM	Prénom	Licence ou Année	CONCOURS	HAUTEUR
1 -				
2 -				
3 -				
4 -				
5 -				
6 -				
7 -				
8 -				
9 -				
10 -				
11 -				
12 -				
13 -				
14 -				
15 -				
16 -				
17 -				
18 -				

TOTAL DES ENGAGEMENTS : \_\_\_\_\_ x 5,50 € = \_\_\_\_\_

## Annexe 2 A : CHAMPIONNATS DE LIGUE : PLANNING DES JUGES

Date : **14 mai 2023** LIEU : **VAISE**

Dimanche 14 mai 2023 CONCOURS MATIN	Juge 1	Juge 2	Juge 3	Juge 4	Juge 5	Remplaçant
Tous les concours						

## Annexe 2 B : CHAMPIONNATS DE LIGUE : PLANNING DES OFFICIELS DE TABLE

Date : **14 mai 2023** LIEU : **VAISE**

Dimanche 14 mai 2023 CONCOURS MATIN	Secrétariat manuel (x2)	Informatique (x2)	Speaker	Remplaçant éventuel
Tous les concours				

## Annexe 2 B : CHAMPIONNATS DE LIGUE : PLANNING DES OFFICIELS DE TABLE

Date : \_\_\_\_\_ LIEU : \_\_\_\_\_

	Secrétariat manuel (x2)	Informatique (x2)	Speaker	FORMATION OFFICIELS DE TABLE



