



REGLEMENT SPORTIF :

- Catégories Benjamin(es) et Juniors 14 ans
- Les Benjamin(es) déjà qualifiés au France Benjamins ne pourront pas être engagés
- Avoir réalisé un temps de la grille ci-dessous. Pas de courses complémentaires
- Séries Toutes Catégories et Séries Finales par année d'âge
- Podiums par année d'âge
- Bassin de compétition 25m, 8 Couloirs
- Bassin de récupération 25 m, 8 Couloirs
- Chronométrage Omega
- Plots Pékin avec Dispositif Départ Dos
- Lots à chaque podium.
- Saisie Extranat du mardi 25 novembre au mardi 02 décembre 2025. Merci d'inscrire vos officiels sur Extranat pocket lors des engagements
- Tarif 7 € par épreuve
- Paiement par Extranat ou virement
- L'organisateur se réserve le droit de fermer les engagements lorsque les inscriptions atteindront la limite de l'établissement

La SNO propose des repas à 15 € pour le samedi et le dimanche midi servi par un traiteur dans une salle à proximité du centre nautique. Réservation obligatoire sur www.natation-oyonnax.com avant le 2 décembre 2025

PROGRAMME

1° Réunion : samedi 6 décembre 2025 - OP : 08h00 – DE : 09h30 (*)
• 800 Nage Libre Dames
• 50 Dos Messieurs
• 200 Dos Dames
• 200 4 Nages Messieurs
• 100 Brasse Dames
• 100 Papillon Messieurs
• 100 Nage Libre Dames
2° Réunion : samedi 6 décembre 2025 - OP : 14h00 – DE : 15h30 (*)
• 400 Nage Libre Dames
• 100 Dos Messieurs
• 200 Papillon Dames
• 200 Nage Libre Messieurs
• 50 Nage Libre Dames
• 200 Brasse Messieurs
• 400 4 Nages Dames
• 50 Papillon Messieurs
• 50 Brasse Dames
• 1500 Nage Libre Messieurs
3° Réunion : dimanche 07 décembre 2025 - OP : 08h00 – DE : 09h30 (*)
• 800 Nage Libre Messieurs
• 50 Dos Dames
• 200 Dos Messieurs
• 200 4 Nages Dames
• 100 Brasse Messieurs
• 100 Papillon Dames
• 100 Nage Libre Messieurs
4° Réunion : dimanche 07 décembre 2025 - OP : 14h00 – DE : 15h00 (*)
• 400 Nage Libre Messieurs
• 100 Dos Dames
• 200 Papillon Messieurs
• 200 Nage Libre Dames
• 50 Nage Libre Messieurs
• 200 Brasse Dames
• 400 4 Nages Messieurs
• 50 Papillon Dames
• 50 Brasse Messieurs
• 1500 Nage Libre Dames
(*) OP : Ouverture des Portes – DE : Début des Epreuves

GRILLES

Filles 2025	12 ans		13 ans		14 ans	
Bassin	GB	PB	GB	PB	GB	PB
50 nage libre	34.18	33.48	33.14	32.44	31.43	30.73
100 nage libre	1:15.07	1:13.87	1:12.67	1:11.47	1:08.56	1:07.36
200 nage libre	2:45.53	2:42.63	2:39.67	2:36.77	2:29.87	2:26.97
400 nage libre	5:45.74	5:39.54	5:37.34	5:31.14	5:13.32	5:07.12
800 nage libre	x	x	11:46.29	11:33.39	10:43.06	10:30.16
1500 nage libre	x	x	x	x	20:46.58	20:22.08
50 dos	40.30	39.00	38.37	37.07	36.08	34.78
100 dos	1:28.01	1:25.71	1:23.44	1:21.14	1:17.95	1:15.65
200 dos	3:09.48	3:04.08	2:58.72	2:53.32	2:47.65	2:42.25
50 brasse	44.33	43.63	42.77	42.07	40.04	39.34
100 brasse	1:37.60	1:35.70	1:35.16	1:33.26	1:27.62	1:25.72
200 brasse	3:29.63	3:25.13	3:24.16	3:19.66	3:09.15	3:04.65
50 papillon	37.56	36.96	36.11	35.51	33.51	32.91
100 papillon	1:29.94	1:28.54	1:23.83	1:22.43	1:15.81	1:14.41
200 papillon	x	x	3:17.76	3:14.46	2:54.66	2:51.36
200 4 nages	3:09.78	3:06.38	3:01.52	2:58.12	2:49.54	2:46.14
400 4 nages	x	x	6:20.54	6:13.04	6:00.07	5:52.57

Garçons 2025	12 ans	>	13 ans	>	14 ans	>
Bassin	GB	PB	GB	PB	GB	PB
50 nage libre	33.53	32.83	31.33	30.63	29.35	28.65
100 nage libre	1:13.70	1:12.20	1:09.43	1:07.93	1:04.18	1:02.68
200 nage libre	2:41.12	2:37.52	2:36.04	2:32.44	2:20.60	2:17.00
400 nage libre	5:32.48	5:24.78	5:28.17	5:20.47	4:57.72	4:50.02
800 nage libre	x	x	11:32.68	11:16.78	10:16.63	10:00.73
1500 nage libre	x	x	x	x	19:45.52	19:15.42
50 dos	39.43	37.93	37.07	35.57	34.11	32.61
100 dos	1:26.62	1:23.62	1:21.81	1:18.81	1:14.26	1:11.26
200 dos	3:06.07	2:59.17	2:56.82	2:49.92	2:42.09	2:35.19
50 brasse	44.48	43.38	41.60	40.50	37.80	36.70
100 brasse	1:38.17	1:35.67	1:33.19	1:30.69	1:23.03	1:20.53
200 brasse	3:31.77	3:25.87	3:20.37	3:14.47	3:01.94	2:56.04
50 papillon	36.78	36.08	34.43	33.73	31.55	30.85
100 papillon	1:26.30	1:24.90	1:20.06	1:18.66	1:11.00	1:09.60
200 papillon	x	x	3:13.98	3:10.68	2:42.28	2:38.98
200 4 nages	3:06.21	3:02.11	2:57.11	2:53.01	2:41.10	2:37.00
400 4 nages	x	x	6:18.73	6:09.73	5:40.78	5:31.78