

# XXIX<sup>e</sup> Championnat de France Hiver Open

Lieu :	Le Mans (Sarthe)
Date de la compétition :	Du jeudi 6 mars au dimanche 9 mars 2025
Bassin :	25m
Nombre de réunions :	8 sur 4 jours
Date limite de qualification :	dimanche 16 février 2025
Liste définitive des qualifiés :	jeudi 20 février 2025
Période d'engagement :	du lundi 24 février au lundi 3 mars 2025
Liste des engagés :	mardi 4 mars 2025
Réunion technique :	mercredi 5 mars 2025 à 18h00

## Préambule :

Temps fort de la Natation Maîtres depuis la première édition en 1995, les championnats de France d'hiver constituent, en ce qui concerne la participation, la compétition la plus dense proposée par la FFN. Une grille spécifique à ce championnat est mise en place.

A ce titre, les dates des Championnats de France sont des dates protégées. Toute compétition Maîtres se déroulant conjointement sur un ou plusieurs de ces 4 jours, pourra être invalidée par le CCM.

## Equipements :

Bassin de 25m homologué, huit lignes minimum et un bassin servant à la récupération et à l'échauffement. Chronométrage électronique : une plaque avec affichage huit bandes minimum.

## Contenu du programme :

Epreuves individuelles (17 en dames et 17 en messieurs)

50 nage libre, 100 nage libre, 200 nage libre, 400 nage libre, 800 nage libre ou 1500 nage libre (une année sur quatre), 50 dos, 100 dos, 200 dos, 50 brasse, 100 brasse, 200 brasse, 50 papillon, 100 papillon, 200 papillon, 100 4N, 200 4N et 400 4N.

## Organisation des séries :

Les épreuves individuelles pour les 50, 100 et 200m seront distribuées par catégorie. Pour les distances supérieures ou égales à 400m, ce sera une distribution au temps d'engagement.

Epreuves de relais (2 en dames, 2 en messieurs et 2 en mixtes): 4 x 50 NL, 4 x 50 4N, dames, messieurs et mixtes \*.

N'importe quel nageur licencié compétiteur au club et âgé de 25 ans et plus au 31 décembre peut concourir pour les relais, y compris ceux n'ayant pas obtenu de qualification pour une épreuve individuelle.

Les épreuves de relais seront distribuées par catégorie d'âges.

Tous les classements se feront au temps et par catégorie.

\* Les relais mixtes comprendront obligatoirement deux hommes et deux femmes.

La composition des relais lors des engagements en ligne sur extraNat sera obligatoire.

Une seule modification de composition possible sur place. A partir de la 2<sup>e</sup>, certificat médical exigé et validation du CCM. Si celle-ci entraîne un changement de catégorie, le relais pourra concourir mais l'équipe ne sera pas classée.

Tout nageur qui ratera sa série, et ce quelle qu'en soit la raison, ne pourra être réintégré dans une série ultérieure.

## Jury :

Le jury de tête sera désigné par la FFN (commission des juges et arbitres) parmi les officiels inscrits sur les listes valides pour la saison en cours. Les autres officiels seront désignés par l'organisateur.

#### Mode de qualification :

Compétition ouverte aux nageurs de 25 ans et plus, ayant souscrit une licence compétiteur à la Fédération Française de Natation ou licencié à une fédération étrangère.

Les nageurs pourront s'engager en fonction de la grille de qualification annexée. Les nageurs ne réalisant pas les temps de qualification ne pourront pas concourir.

Les nageurs devront justifier d'un temps dans la grille PB réalisé lors de la saison n-2 à la saison en cours (du 01/01/2022 au 16/02/2025), sous réserve que les performances soient bien intégrées sur le serveur fédéral.

#### **Les temps sont des temps tous bassins (25m et 50m).**

- Pour les C2 et au-dessus : recherche des performances réalisées uniquement lors des compétitions Maîtres.
- Pour les C1 (et uniquement) : recherche des performances réalisées lors des compétitions Maîtres et NC.

#### ATTENTION : Qualification effectuée lors des compétitions internationales

Seules les performances réalisées lors des compétitions internationales inscrites aux calendriers de l'Euro Aqua ou de la World Aqua seront intégrées sous forme d'extrait dans la base fédérale et permettront de se qualifier aux championnats de France, sauf celles qui seraient nagées aux mêmes dates que ces dernières. Une dérogation pourra être accordée exceptionnellement par le CCM pour reconnaître une compétition internationale utilisant notre logiciel extraNat Pocket et en présence d'au moins un Juge Arbitre listé FFN.

Le temps intermédiaire (uniquement le 400 NL au cours d'un 800 NL ou d'un 1500 NL, ou le 800NL au passage du 1500NL) réalisé lors de compétitions qualificatives pourra être pris en compte pour s'engager après demande officielle et accord du CCM. Cette demande devra nous parvenir par mail ([maitres@ffnatation.fr](mailto:maitres@ffnatation.fr)), au plus tard le mercredi précédant l'ouverture de la période d'engagements en ligne. Elle devra préciser le nom du club, les nom et prénom du nageur, la catégorie, le temps, les dates et lieu de réalisation de la performance.

**Tous les nageurs qualifiés sur une ou deux épreuves pourront s'engager sur une ou deux courses « bonus » de distances inférieures à 400m (soit 50m/100m ou 200m), afin de pouvoir nager trois épreuves.**

#### Modalités d'engagements :

Le nombre d'engagements individuels par nageur est limité à trois épreuves par jour au maximum, et à cinq pour toute la compétition.

Si un nageur, lors du championnat N2 se déroulant à une autre date et sur un autre site que les N1, obtient au moins une qualification au Championnat de France hiver 2025 (N1), il pourra nager une quatrième épreuve (« Bonus plus »). Le club devra engager le nageur sur les trois courses autorisées et demander par mail ([maitres@ffnatation.fr](mailto:maitres@ffnatation.fr)) l'engagement à la quatrième épreuve.

Un nageur qualifié aux championnats de France sur au moins une course ne pourra plus s'engager en N2.

#### Récompenses :

Le premier nageur français de chaque épreuve dans chaque catégorie sera déclaré « champion de France ». Le nageur étranger terminant premier d'une épreuve sera déclaré « vainqueur des Championnats Open ».

Les trois premiers nageurs français de chaque épreuve recevront une médaille. En cas de présence de nageurs étrangers sur le podium, seul le meilleur sera récompensé. Les trois premiers relais par épreuve et par catégorie seront également récompensés. Un seul relais open (avec étrangers) sera récompensé. Pour être engagé, un relais ne peut pas être composé de plus de deux étrangers.

Les relais composés d'au moins un étranger ne pourront prétendre au titre de champion de France, mais seront déclarés vainqueurs des championnats de France Open. Dans ce cas, le premier relais qui suit dans le classement et composé uniquement de nationaux sera déclaré champion de France.

## Programme :

Attention : le programme a évolué pour cette nouvelle olympiade. La réunion N°8 du dimanche AM n'est pas « allégée » comme précédemment, afin de permettre une plus grande fluidité des R1 à R7. Il est donc fortement probable que la R8 se finisse aux alentours de 17h00/18h00. Il conviendra de tenir compte de ce timing pouvant être impactant pour la logistique.

<b>Jeudi 06 mars 2025</b>	
R1-1	100 Dos dames
R1-2	100 Dos messieurs
R1-3	400 NL dames
R1-4	200 NL messieurs
R2-5	50 NL dames
R2-6	50 NL messieurs
R2-7	200 Papillon dames
R2-8	200 Papillon messieurs
R2-9	100 Brasse dames
R2-10	100 Brasse messieurs
R2-11	4 x 50 NL mixte

<b>Vendredi 07 mars 2025</b>	
R3-12	50 Papillon messieurs
R3-13	50 Papillon dames
R3-14	200 4N messieurs
R3-15	200 4N dames
R3-16	400 NL messieurs
R4-17	200 NL dames
R4-18	50 Dos messieurs
R4-19	50 Dos dames
R4-20	50 Brasse messieurs
R4-21	50 Brasse dames
R4-22	4 x 50 4N mixte

<b>Samedi 08 mars 2025</b>	
R5-23	200 Brasse dames
R5-24	200 Brasse messieurs
R5-25	200 Dos dames
R5-26	200 Dos messieurs
R6-27	800 NL dames
R6-28	100 4N messieurs
R6-29	100 4N dames
R6-30	4 x 50 4N messieurs
R6-31	4 x 50 4N dames

<b>Dimanche 09 mars 2025</b>	
R7-32	100 NL messieurs
R7-33	100 NL dames
R7-34	400 4N messieurs
R7-35	400 4N dames
R8-36	800 NL messieurs
R8-37	100 Papillon dames
R8-38	100 Papillon messieurs
R8-39	4 x 50 NL dames
R8-40	4 x 50 NL messieurs

En général, l'ouverture des portes se fera à 7h30 ou 8h00, le début des épreuves une heure plus tard. Une pause méridienne de 90 minutes environ sera programmée aux alentours de 12h30. Les pauses avant les relais ne seront effectives que si le timing est raisonnable afin de permettre une fin de journée à une heure acceptable.

Bien évidemment les horaires, ainsi que le découpage par réunion sont prévisionnels, et pourront être modifiés en fonction des engagements. Les pauses facultatives avant les relais mixtes seront effectuées, si le planning le permet.

## Grilles de qualification N1 (PB) :

Pour se qualifier au championnat d'hiver des maîtres, un nageur devra réaliser un temps dans la grille correspondante ci-dessous. Ces grilles ont été revues pour 2024 en fonction des points « masters », afin de demander, pour pouvoir participer, des performances équivalentes quelques soient l'âge et le sexe. Les grilles ont été généralement légèrement durcies pour tenir compte de l'évolution « post-covid », ou simplement pour annuler des incohérences.

**La performance pourra être réalisée indifféremment en bassin de 25m ou en bassin de 50m.**

## Dames :

Épreuves	C1 : 25 - 29 ans	C2 : 30 - 34 ans	C3 : 35 - 39 ans	C4 : 40 - 44 ans	C5 : 45 - 49 ans	C6 : 50 - 54 ans	C7 : 55 - 59 ans	C8 : 60 - 64 ans	C9 : 65 - 69 ans	C10 : 70 - 74 ans	C11 : 75 - 79 ans	C12 : 80 - 84 ans	C13 : 85 - 89 ans	90 ans et plus
50 Nage Libre	00:31.30	00:31.80	00:32.30	00:33.30	00:34.30	00:35.80	00:37.30	00:39.80	00:42.50	00:46.30	00:50.80	---	---	---
100 Nage Libre	01:07.80	01:08.80	01:10.80	01:12.80	01:15.30	01:18.80	01:22.80	01:28.80	01:35.80	01:44.80	01:56.30	02:11.30	02:31.80	---
200 Nage Libre	02:29.60	02:33.60	02:36.60	02:40.60	02:47.10	02:55.10	03:05.10	03:19.10	03:36.10	03:57.60	04:25.10	05:04.10	05:53.10	---
400 Nage Libre	05:15.80	05:21.30	05:27.80	05:36.80	05:49.80	06:06.30	06:29.80	06:58.80	07:36.80	08:22.80	09:27.80	10:50.80	12:41.80	---
800 Nage Libre	10:50.10	11:02.10	11:15.10	11:40.10	12:10.10	12:45.10	13:37.10	14:31.10	15:47.10	17:25.10	19:28.10	22:02.10	25:23.10	---
1500 Nage Libre	20:54.50	21:24.50	21:55.50	22:45.50	23:46.50	25:00.50	26:45.50	28:38.50	31:09.50	34:30.50	38:33.50	44:18.50	51:26.50	---
50 Dos	00:37.70	00:38.70	00:39.70	00:40.70	00:43.70	00:45.70	00:48.70	00:51.70	00:57.20	01:02.70	01:10.70	01:20.70	01:30.70	---
100 Dos	01:18.70	01:22.70	01:25.70	01:27.70	01:32.70	01:36.70	01:41.70	01:48.70	01:56.70	02:07.70	02:22.70	02:57.70	03:20.70	---
200 Dos	02:51.60	02:57.60	03:02.60	03:14.60	03:28.60	03:39.60	03:53.60	04:06.60	04:29.60	04:59.60	05:31.60	06:18.60	07:18.60	---
50 Brasse	00:41.30	00:42.30	00:44.30	00:45.30	00:47.30	00:48.80	00:51.30	00:55.30	01:02.80	01:08.30	01:17.30	01:26.30	01:37.30	---
100 Brasse	01:30.60	01:32.10	01:34.60	01:38.10	01:44.10	01:49.10	01:55.10	02:02.10	02:14.10	02:30.10	02:44.10	03:01.10	03:23.10	---
200 Brasse	03:12.50	03:17.50	03:24.00	03:31.50	03:43.50	03:54.00	04:08.50	04:24.00	04:44.50	05:15.50	05:45.50	06:21.50	07:08.50	---
50 Papillon	00:34.40	00:35.40	00:37.40	00:38.40	00:40.90	00:43.40	00:45.90	00:50.40	00:55.40	01:03.40	01:12.40	01:28.40	01:45.40	---
100 Papillon	01:17.60	01:19.60	01:23.60	01:26.60	01:32.60	01:37.60	01:44.60	01:56.10	02:09.60	02:27.60	02:50.60	03:23.60	04:11.60	---
200 Papillon	02:52.70	02:57.70	03:02.70	03:08.70	03:17.70	03:30.70	03:44.70	04:03.70	04:33.70	05:13.70	06:25.70	07:36.70	09:29.70	---
100 4 Nages	01:16.00	01:18.00	01:20.00	01:23.00	01:26.00	01:30.00	01:36.00	01:44.00	01:54.00	02:10.00	02:27.00	02:48.00	03:15.00	---
200 4 Nages	02:43.60	02:47.60	02:52.60	03:00.60	03:09.60	03:21.60	03:35.60	03:53.60	04:15.60	04:45.60	05:21.60	06:15.60	07:20.60	---
400 4 Nages	06:04.50	06:17.50	06:24.50	06:44.50	06:58.50	07:15.50	07:45.50	08:15.50	08:56.50	10:10.50	11:36.50	13:26.50	15:56.50	---

## Messieurs :

Épreuves	C1 : 25 - 29 ans	C2 : 30 - 34 ans	C3 : 35 - 39 ans	C4 : 40 - 44 ans	C5 : 45 - 49 ans	C6 : 50 - 54 ans	C7 : 55 - 59 ans	C8 : 60 - 64 ans	C9 : 65 - 69 ans	C10 : 70 - 74 ans	C11 : 75 - 79 ans	C12 : 80 - 84 ans	C13 : 85 - 89 ans	90 ans et plus
50 Nage Libre	00:26.30	00:26.80	00:27.30	00:27.80	00:28.80	00:29.80	00:31.80	00:33.30	00:35.30	00:38.30	00:41.30	---	---	---
100 Nage Libre	00:58.50	01:00.00	01:01.00	01:02.50	01:04.50	01:07.50	01:10.50	01:14.50	01:20.50	01:26.50	01:35.50	01:45.50	01:58.50	---
200 Nage Libre	02:08.40	02:11.40	02:13.40	02:16.90	02:21.40	02:27.40	02:36.40	02:46.40	02:59.40	03:15.40	03:35.40	04:01.40	04:34.40	---
400 Nage Libre	04:33.30	04:39.30	04:43.30	04:52.30	05:02.30	05:17.30	05:32.30	05:52.30	06:17.30	06:52.30	07:32.30	08:27.30	09:37.30	---
800 Nage Libre	09:34.10	09:45.10	09:54.10	10:12.10	10:29.10	10:59.10	11:29.10	12:19.10	13:14.10	14:24.10	15:49.10	17:44.10	20:17.10	---
1500 Nage Libre	18:24.90	18:42.90	19:06.90	19:34.90	20:11.90	20:59.90	22:14.90	23:39.90	25:19.90	27:34.90	30:27.90	34:24.90	40:14.90	---
50 Dos	00:31.00	00:32.00	00:33.50	00:34.50	00:36.00	00:37.50	00:40.00	00:42.50	00:46.00	00:52.00	00:57.00	01:03.00	01:12.00	---
100 Dos	01:06.50	01:09.00	01:12.50	01:15.00	01:18.50	01:23.00	01:28.50	01:34.00	01:42.00	01:52.00	02:07.00	02:21.00	02:42.00	---
200 Dos	02:24.10	02:29.60	02:36.10	02:42.10	02:52.10	03:02.10	03:11.10	03:24.10	03:39.10	03:59.10	04:41.10	05:16.10	06:00.10	---
50 Brasse	00:33.90	00:34.40	00:35.40	00:36.40	00:37.90	00:39.40	00:41.40	00:43.90	00:47.90	00:51.40	00:58.90	01:05.90	01:14.40	---
100 Brasse	01:15.00	01:16.00	01:18.00	01:21.00	01:23.50	01:27.50	01:31.50	01:37.00	01:46.50	01:55.50	02:13.00	02:30.00	02:51.50	---
200 Brasse	02:39.10	02:44.10	02:47.10	02:53.10	02:59.10	03:07.10	03:17.10	03:29.10	03:49.10	04:10.10	04:46.10	05:22.10	06:09.10	---
50 Papillon	00:28.80	00:29.80	00:30.80	00:31.80	00:32.80	00:34.30	00:36.30	00:38.80	00:41.80	00:47.30	00:55.30	01:03.30	01:16.30	---
100 Papillon	01:05.60	01:07.60	01:08.60	01:11.60	01:14.60	01:18.60	01:24.60	01:30.60	01:41.60	01:55.60	02:13.60	02:39.60	03:30.60	---
200 Papillon	02:28.70	02:32.70	02:36.70	02:42.70	02:48.70	03:01.70	03:13.70	03:28.70	03:48.70	04:15.70	04:49.70	05:39.70	07:44.70	---
100 4 Nages	01:05.50	01:07.00	01:09.00	01:11.00	01:13.00	01:16.00	01:20.00	01:27.00	01:35.00	01:44.00	01:55.00	02:09.00	02:30.00	---
200 4 Nages	02:25.90	02:27.90	02:31.90	02:35.90	02:40.90	02:47.90	02:59.90	03:10.90	03:30.90	03:56.90	04:27.90	05:02.90	05:52.90	---
400 4 Nages	05:09.00	05:16.00	05:23.00	05:31.00	05:41.00	06:01.00	06:25.00	07:05.00	07:41.00	08:26.00	09:30.00	10:45.00	12:31.00	---