



## **Comité Régional de Natation d'Ile de France**

---



# **Natation Synchronisée**

## **Règlement et Calendrier 2014 - 2015**

✉ 163 Boulevard Mortier 75020 PARIS

☎ 01 40 31 19 53

Internet : <http://www.cif-natation.fr>

E.mail : [nat-synchro@cif-natation.fr](mailto:nat-synchro@cif-natation.fr)

## INTRODUCTION

Une nouvelle saison démarre. Une saison pleine de nouveautés pour certains, un retour aux grands classiques pour d'autres.

La Natation Synchronisée française prend en effet un virage cette année. Les règles FINA seront dorénavant appliquées pour la quasi-totalité de nos épreuves.

La catégorie benjamine retrouve sa place dans nos programmes, avec toutes ses épreuves de ballets et ses figures imposées.

Deux nouvelles épreuves dans l'agenda de nos Seniors. Le Ballet d'équipe technique qui fait son retour après quelques années d'absence, et le Highlight, nouvelle épreuve inédite, courte et acrobatique, qui fait son apparition et que nous découvrirons en fin de saison.

Le socle de formation laisse sa place au Synchronat. Certaines épreuves disparaissent, d'autres restent. L'essentiel étant que dorénavant, chaque épreuve acquise, le sera définitivement. La nageuse pourra donc évoluer et progresser à son rythme sans subir la pression de devoir tout recommencer si elle n'avait pas terminé à temps.

La mise en place des qualifications dans l'année permettra la présence de nos meilleurs ballets dans les niveaux successifs de nos championnats nationaux.

Enfin la volonté fédérale d'organiser nos programmes autour du calendrier international, nous imposera de modifier un peu nos habitudes de travail. Il nous faudra dorénavant, être prêt plus tôt dans la saison pour aller le plus loin possible dans les compétitions nationales.

Nul doute que nos entraîneurs sauront s'adapter rapidement, comme ils ont toujours su le faire lors des changements successifs de programme.

Une année passionnante nous attend.

**Pascal NOIREZ**  
**Président de la Natation Synchronisée**

# SOMMAIRE

I. CORRESPONDANCES & FORMALITES D'ENGAGEMENTS	4
A – NATIONAL	4
B – REGIONAL	5
1. FORMALITES D'ENGAGEMENTS AUX EPREUVES	5
2. ENGAGEMENTS JURY QUELQUE SOIT LE TYPE DE COMPETITION	6
3. HABILLAGE CD	6
4. PROPOSITIONS PISCINES	7
C - DEPARTEMENTAL	7
II. FRAIS D'ENGAGEMENT ET AMENDES	8
A - DROITS D'ENGAGEMENT	8
B - AMENDES	8
III. TABLEAU DE COMPETENCES DES OFFICIELS	9
IV. CALENDRIER DES COMPETITIONS	10
A - REGIONAL	10
B - NATIONAL	11
V. PROGRAMME FEDERAL	12
VI. PROGRAMME SPORTIF ILE DE FRANCE	14
A - DELEGATION AUX DEPARTEMENTS POUR LES EPREUVES DU SOCLE	14
VII. FICHES COMPETITIONS	15
ENF 3 PASS'COMPETITION	15
SYNCHRONAT	16
JOURNEES D'AUTOMNE	17
CHALLENGE NEPHELIANE HIVER	18
TOURNOI ILE DE FRANCE DE BALLETS	19
CHAMPIONNATS REGIONAUX & N 3 JUNIORS / TC	20
CHAMPIONNATS REGIONAUX BENJAMINES	22
CHAMPIONNATS REGIONAUX & N 3 ESPOIRS	21
CHAMPIONNATS REGIONAUX & N 3 SENIORS	23
CHAMPIONNATS N3 BENJAMINES	24
CHALLENGE NEPHELIANE ETE ESPOIRS	25
CHALLENGE (coupe promo)	26
VIII. CLASSEMENT DES CLUBS FORMATEURS	27
IX . FORMATION	28
A - FORMATION DES OFFICIELS	28
B - FORMATION DES ENTRAINEURS	28
X. COMMISSION REGIONALE D'ILE DE FRANCE	29
XI. CONTACTS CLUBS D'ILE DE FRANCE	30

## I. CORRESPONDANCES & FORMALITES D'ENGAGEMENTS

Les règlements fédéraux de la Fédération Française de Natation concernent toutes les disciplines de la Fédération. C'est le «Spécial règlements» qui est adressé à tous les clubs en début de saison. Il contient en ce qui nous concerne, le règlement de toutes les compétitions fédérales de la natation synchronisée, le calendrier national et le règlement financier.

Le Comité d'Ile de France édite ses propres règlements.

Les règlements FFN et CIF pour la Natation Synchronisée sont disponibles sur les sites Internet de la FFN et du CIF.

Les Comités Départementaux peuvent avoir aussi un règlement complémentaire concernant leurs organisations départementales.

**Il faut donc toujours distinguer ce qui est départemental, régional, interrégional ou national et adresser les courriers, documents et courriels au bon destinataire.**

### A – NATIONAL

Seuls doivent arriver à la FFN, les pré-engagements, les engagements aux compétitions nationales, les inscriptions aux formations d'officiels A, aux colloques organisés par la FFN, les inscriptions aux sélections d'équipe de France, les réponses particulières demandées par la FFN, et tout courrier concernant ses actions.

Ces courriers doivent cependant obligatoirement passer par les départements (copie au Comité d'Ile de France) puis par la région pour information et validation, le cas échéant.

Tous les engagements pour les Championnats Nationaux doivent être réalisés par Extranat. Cependant, nous conseillons aux clubs de faire une impression papier de l'écran et de le transmettre avec le chèque des frais d'engagements de la compétition concernée.

Les clubs, sélectionnés en Championnats Nationaux, devront veiller au respect des dates de pré engagement.

## **B – REGIONAL**

### **1. FORMALITES D'ENGAGEMENTS AUX EPREUVES**

Toutes les nageuses engagées dans les différentes épreuves du programme sportif, ainsi que les officiels, doivent être licenciés à la F.F.N. avant de prendre part à une compétition.

Les clubs devront acquitter le montant forfaitaire d'engagement demandé en début de saison, avant la première épreuve.

Les formalités d'engagements sont à consulter dans les fiches pratiques des compétitions.

**NB : des pré-engagements (sur formulaire CIF) pour les compétitions CIF seront demandés pour le 31 octobre 2014**

#### **ATTENTION : PROCEDURE D'ENGAGEMENT**

**Merci d'indiquer le nom de vos clubs lors de l'enregistrement du fichier, de remplir le formulaire en majuscule et d'indiquer le Nom et la disponibilité du Jury**

1. J-30 de la compétition : envoi du récapitulatif d'engagements par mail (variable en fonction des périodes : vacances scolaires, jours fériés. Bien vérifier sur le calendrier régional). Envoi obligatoire des feuilles de jury pour les clubs engagés.
2. J-15 Ouverture Extranat
3. J-10 Fermeture Extranat et envoi de la start-list

## **2. ENGAGEMENTS JURY QUELQUE SOIT LE TYPE DE COMPETITION**

- Tout engagement dans une compétition nécessite l'engagement et la présence au minimum d'un Officiel du niveau requis de la compétition. Dans le cas où cette règle ne serait pas respectée le club sera soumis à l'amende correspondante.
- Chaque club doit présenter 1 officiel correspondant au niveau de la compétition à juger.
- L'engagement du jury se fait sur le bordereau récapitulatif des engagements, 1 juge pour 1 à 5 nageuses, 1 juge supplémentaire par tranche de 5 nageuses + des officiels de table pour toutes les compétitions de figures imposées. Pour les compétitions de ballet, 1 juge par ballet.
- Les juges devront s'engager pour des demi-journées minimum et non pour des épreuves séparées.
- Tout juge qui n'aurait pas signalé sa présence en signant la feuille d'émargement à son arrivée auprès du Juge Arbitre au moins 1 heure avant le début des épreuves sera considéré comme absent.
- En cas de non respect des engagements en nombre de Jury, les différentes amendes prévues au paragraphe frais et amendes seront appliquées.

**Le fait de faire forfait pour toutes ses nageuses, après la parution de la liste définitive à J-6 de la compétition, ne dispense pas le club engagé à une compétition de la présence du juge prévu. Il y aura cumul des 2 amendes.**

## **3. HABILLAGE CD**

Pour les compétitions de ballets (solo, duo, équipe, combiné) il est rappelé que les CD doivent être remis dès l'ouverture des portes, à la sonorisation :

- l'habillage papier du CD précisera le nom du club, la catégorie et le nom des nageuses, ce document est téléchargeable sur le site de la FFN.
- le CD lui-même devra porter le nom du club, le numéro du ballet, si le club en a plusieurs, la catégorie et le nom des nageuses pour les solos, duos.
- Une seule musique doit se trouver sur le CD.
- Un CD de secours doit être prêt en cas de problème.

Couleur à utiliser selon les compétitions et catégories :

<b>Challenge Néphélie Hiver :</b>	Espoirs : Jaune Benjamines : Rose Poussines : Blanc
<b>Benjamines :</b>	Rose
<b>Espoirs :</b>	Jaune
<b>Juniors :</b>	Vert
<b>Séniors :</b>	Saumon
<b>TC :</b>	Bleu

## **4. PROPOSITIONS PISCINES**

Les propositions de piscine pour les organisations sont à envoyer au CIF, mais il est nécessaire d'en informer le département et de confirmer par écrit ces propositions.

**Contrairement aux autres inter-régions, le Comité d'Ile de France prend en charge les frais de sonorisation (achat de la sono et haut-parleur du CIF, entretien du matériel, sonorisation par un professionnel) pour les compétitions. Par conséquent, il est demandé au club ou département accueillant la compétition d'assurer si nécessaire le transport et la manutention du matériel de sonorisation.**

## **C - DEPARTEMENTAL**

S'adresser au département pour :

- Les épreuves du Pass'Compétition
- Toutes les épreuves des Journées de Découvertes. Les engagements doivent se faire selon la procédure départementale
- Les formations et inscriptions aux examens d'officiel D et Jeune Officiel
- La transmission des licences, tout problème administratif, et toutes demandes de renseignements

Le département doit recevoir les classements nationaux des clubs et les transmettre au CIF.

## II. FRAIS D'ENGAGEMENT ET AMENDES

Une somme forfaitaire est demandée à chaque club en début de saison. Cette somme tient compte :

1. du montant des engagements et des amendes de la saison précédente
2. du montant de la somme forfaitaire de la saison précédente
3. du reliquat entre ces 2 montants

Un relevé sera adressé à chaque club courant septembre, le montant dû sera à acquitter avant la 1<sup>ère</sup> compétition.

### A - DROITS D'ENGAGEMENT

Ces sommes resteront acquises au C.I.F. même en cas de désistement (après J moins 15)

- 1. Compétitions avec épreuves techniques et ballets :** Tournois, Journées d'Automne, Journées techniques, Championnats Régionaux et Inter-régionaux, Challenge Néphéliane
  - 9 € par nageuse + 11 € par ballet (solos, duos, équipes, combinés)
- 2. Epreuves Synchronat**
  - 3 € par nageuse et par épreuve dans les sessions organisées par le CIF ou par les zones

Lors de l'établissement du relevé (voir ci-dessus), une remise de 20% sera appliquée sur le montant des engagements aux clubs qui licencient la totalité de leurs adhérents (vérification faite tout au long de la saison).

### B - AMENDES

- 1. Il sera perçu une amende de 40 €**  
Pour tout forfait de nageuse non justifié par un certificat médical dans un délai d'une semaine maximum (transmission par courrier ou mail).
- 2. Il sera perçu une amende de 80 €**  
Pour tout forfait non déclaré le jour même de la compétition au début des épreuves.
- 3. Il sera perçu une amende de 150 €**  
Pour défaut ou forfait de juge pour toutes compétitions et pour tout juge engagé absent au début de la 1<sup>ère</sup> épreuve de chaque demi-journée.



### III. TABLEAU DE COMPETENCES DES OFFICIELS

NIVEAU DE COMPETENCES	COMPETITIONS HABILITES A JUGER
<b>Jeune Officiel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Délégué aux nageurs</li> <li>• Secrétariat</li> <li>• Jugement des journées de découvertes</li> </ul>
<b>D</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Idem JO</li> <li>• Jugement SYNCHRONAT</li> </ul>
<b>C</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Idem JO</li> <li>• Jugement totalité SYNCHRONAT</li> <li>• Chronométrateur</li> <li>• Jugement des figures imposées aux championnats régionaux- Interrégionaux</li> <li>• Jugement Ballets aux championnats régionaux</li> <li>• Juge arbitre du niveau acquisition si validation de l'écrit de l'officiel B</li> </ul>
<b>B</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Idem officiel C</li> <li>• Championnats de niveau Régional et Interrégional, de compétitions préparatoires aux épreuves F.I.N.A, du programme performance et du tournoi de qualification</li> <li>• Responsable sonorisation /entraînement</li> <li>• Juge-Arbitre SYNCHRONAT</li> <li>• Juge-Arbitre Championnats Régionaux et Interrégionaux, de compétitions préparatoires aux épreuves F.I.N.A, du programme performance</li> <li>• Jugement du Tournoi National de Qualification, sous condition</li> </ul>

Sous réserve des modifications de la circulaire des Officiels qui doit paraître prochainement.

## IV. CALENDRIER DES COMPETITIONS

### A - REGIONAL

Date	Compétition	Catégorie	Niveau	Période engagements préliminaires mail CIF	Période engagements Extranat	Lieu
22/23 Novembre 2014	Journées d'Automne	Espoirs/Juniors/Séniors	Tous	22/10/14	30/10 au 13/11/14	
29/30 Novembre 2014	SYNCHRONAT			29/10/14	06/11 au 20/11/14	
17/18 Janvier 2015	SYNCHRONAT			17/12/14	25/12/14 au 06/01/15	
31 Janvier/ 1 <sup>er</sup> Février 2015	Challenge Néphéliane Hiver	Benjamines, Espoirs	Journées Découvertes & Synchro d'Argent	05/01/15	08/01 au 22/01/15	
7/8 Mars 2015	Tournoi de Printemps	Espoirs Juniors Séniors Toutes Catégories	Interrégional	06/03/15	12/02 au 26/02/15	
21/22 Mars 2015	Championnats Interrégionaux Eté Nationale 3 Juniors/TC	Juniors/ TC	Interrégional	20/02/15 (attention vacances scolaires)	26/02 au 12/03/15	
28/29 Mars 2015	SYNCHRONAT			27/02/15 (attention vacances scolaires)	05/03 au 19/03/15	
18/19 Avril 2015	Championnats Interrégionaux Eté Nationale 3 Espoirs	Espoirs	Synchro d'Argent	20/03/15	26/03/ au 09/04/15	
9/10 Mai 2015	Championnats Régionaux Benjamines	Benjamines	Journées Découvertes	09/04/15	16/04 au 23/04/15 (attention vacances scolaires)	
23/24 Mai 2014	Eliminatoire Challenge Coupe Promo	Benjamines Espoirs Juniors Toutes Catégories	Interrégional	24/04/15 (attention vacances scolaires)	30/04 au 14/05/15 (attention jour férié)	
30/31 Mai 2015	SYNCHRONAT			30/03/15	07/05 au 21/05/15	
6/7 Juin 2015	Championnats Interrégionaux Eté Nationale 3 Séniors	Séniors	Interrégional	06/05/15	14/05 au 28/05/15	
13/14 Juin 2015	Championnats Interrégionaux Eté Nationale 3 Benjamines	Benjamines	Journées Découvertes	15/05/15	21/05 au 04/06/15	
13/14 Juin 2015	Challenge Néphéliane Eté	Espoirs	Synchro d'Argent	15/05/15	21/05 au 04/06/15	
20/21 Juin 2015	Finale Challenge Coupe Promo & Gala du CIF	Benjamines, Espoirs, Juniors, TC	Interrégional	20/05/14	28/05 au 11/06/15	

**En fonction des pré-engagements du 31 octobre 2014, la Commission Régionale se réserve le droit d'aménager le contenu des compétitions et du calendrier régional.**

**Du 13 au 15 mars 2015 OPEN DE France, nous demandons aux départements de ne pas placer de compétitions sur ces dates.**

## B - NATIONAL

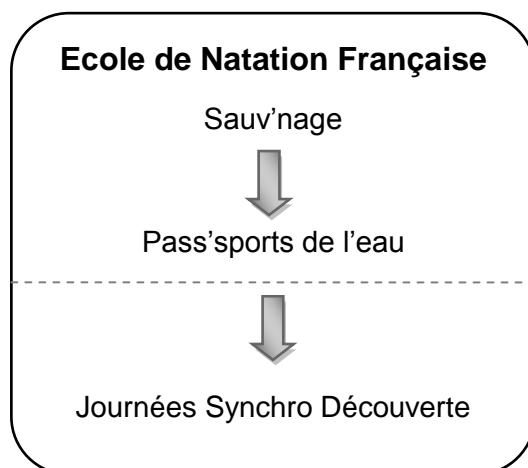
Compétitions	Dates	Engagements préliminaires	Période de saisie des engagements sur Extranat
Journées d'Automnes	22 & 23/11/14		Voir Extranat
Championnat de France Hiver	11 au 14/12/14		Voir Extranat
Championnat de France Juniors et Combinés Toutes Catégories National 2 & National 1	7 au 12/04/15	A l'issue des N3	Voir Extranat
Championnat de France Espoirs National 2 & National 1	12 au 17/05/15	A l'issue des N3	Voir Extranat
Finale Jeunes	02/07/15		
Championnats de France Séniors	3 au 05/07/15	A l'issue des N3	Voir Extranat

**ATTENTION A L'ECHANCIER DES PRE ENGAGEMENTS ET ENGAGEMENTS**

## V. PROGRAMME FEDERAL

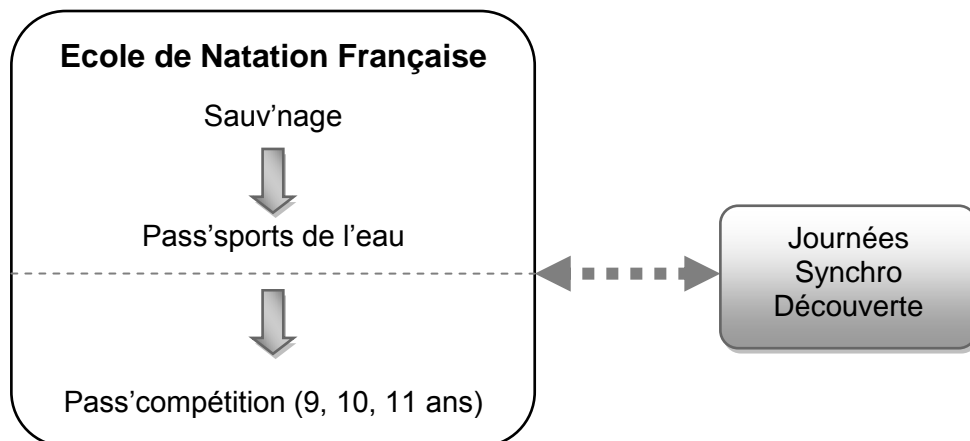
Années d'âge	Saison 2014-2015	Synchronat	Challenge Benj, Esp, Jun et Sen	Régionaux, N3 Benjamins	Régionaux, N3, N2, N1-Elite, Espoirs	Régionaux, N3, N2, N1-Elite Juniors Espoirs	Régionaux, N3, N2, N1-Elite Seniors	Régionaux, N3, N2, N1-Elite Toutes Catégories	Finale des Jeunes
11 ans et -	2007* et après	X							
	2003 à 2006	X	X	X					X 2003 & 2004
12 ans	2003	X	X	X	X				X
13 ans	2002	X	X		X				X
14 ans	2001	X	X		X				
15 ans	2000	X	X		X	X	X	X	
16 ans	1999	X	X			X	X	X	
17 ans	1998	X	X			X	X	X	
18 ans	1997	X	X			X	X	X	
19 ans et +	1996 et avant	X	X				X	X	

### JE SUIS NE(E) EN 2007 ET APRES



Une nageuse née en 2007 déjà titulaire du Pass'compétition pourra rentrer dans le Synchro'Nat et/ou participer au Challenge

### JE SUIS NE(E) EN 2004, 2005 ET 2006



**JE SUIS NE(E) EN 2003 ET AVANT**

**SYNCHRONAT**  
(anciennement socle)

**COMPETITIONS**

**Challenge régional & N3**  
Benjamines (12 ans) - Espoirs - Juniors - Seniors

Journées Synchro  
Découverte

**Championnats régionaux & N3**  
Benjamines (12 ans)

PASSAGE OBLIGATOIRE

Synchro d'Argent

**Championnats régionaux & N3**  
Espoirs (12-15 ans)

**Championnats régionaux & N3**  
Juniors (15-18 ans) / Séniors (19 ans et plus)  
Toutes catégories (15 ans et +)

PASSAGE OBLIGATOIRE

Synchro d'Or

**Championnats Nationale 2 et Nationale 1 - Elite**  
Espoirs (12-15 ans)

**Championnats Nationale 2 et Nationale 1 - Elite**  
Juniors / Séniors (15-18 ans)  
Toutes catégories (15 ans et +)

## VI. PROGRAMME SPORTIF ILE DE FRANCE

Le programme sportif du Comité d'Ile de France est adapté aux règlements FFN.

Afin de permettre aux clubs de se préparer à leurs différentes échéances dans leurs niveaux de pratique, le Comité d'Ile de France a décidé de mettre en place une compétition de préparation appelée «Tournoi »

Le Comité d'Ile de France est maître d'œuvre pour l'ensemble des compétitions régionales mais délègue un certain nombre d'épreuves (comme indiqué dans le tableau ci-dessous).

### TABLEAU RECAPITULATIF DE DELEGATION DES EPREUVES SYNCHRO'NAT

EPREUVES	JOURNEES DECOUVERTES		SYNCHRO D'ARGENT		SYNCHRO D'OR	
	Dépt	Région	Dépt	Région	Dépt	Région
PARCOURS A SEC	X			X		X
TECHNIQUE	X			X		X
PROPULSION	X			X		X

#### A - DELEGATION AUX DEPARTEMENTS POUR LES EPREUVES DU SOCLE

Les épreuves de parcours à sec, de propulsion, de technique du Synchro Nat – Journées Découvertes sont déléguées aux départements.

## VII. FICHES COMPETITIONS

### ENF 3 PASS'COMPETITION

#### DATE

Voir les calendriers départementaux

#### PUBLIC CONCERNE

Tout public

#### CONDITIONS D'ACCES

CATEGORIES D'AGE	EPREUVES
2007 et après	Obligation de valider les 2 tests sauv'nage et pass'sport de l'eau pour accéder aux Journées Découvertes.
2004 et après	Obligation de valider les 2 tests sauv'nage et pass'sport avant d'accéder au pass'compétition (les nageuses pourront parallèlement accéder aux Journées Découvertes)
2003 et avant	Pas d'obligation de passer les épreuves de l'ENF.

#### PROCEDURES D'ENGAGEMENT

Voir organisation du département

#### CONTENU DES EPREUVES

Cf. Réglementation de l'ENF de la FFN.

# SYNCHRONAT

## DATE

Voir les calendriers départementaux

## PUBLIC CONCERNE

Pas de limite d'âge

## CONDITIONS D'ACCES

**EPREUVES TECHNIQUES**  
(Propulsions, imposées, parcours à sec)

**AVOIR VALIDE LE NIVEAU PRECEDENT**

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

Epreuves individuelles :  
Pour les « Journées Découvertes » voir les départements organisateurs  
Pour SYNCHRO D'ARGENT & SYNCHRO D'OR (cf page 6 & 8 du règlement CIF)

## CONTENU DES EPREUVES

**PARCOURS A SEC**  
**EPREUVES TECHNIQUES**  
**PROPULSION BALLET**  
**PROPULSION TECHNIQUE**

**VOIR ANNEXE DU REGLEMENT FEDERAL EN SEPTEMBRE**

## CLASSEMENT ET PODIUM

Un classement par épreuve sera réalisé.



# JOURNEES D'AUTOMNE

## DATE

22 & 23 NOVEMBRE 2014

## PUBLIC CONCERNE

Les Journées d'Automne espoirs, juniors et seniors sont qualificatives pour l'épreuve solo libre espoirs et juniors et l'épreuve solo technique seniors pour les championnats de France d'hiver 2014. Toutefois, les solistes déjà qualifiés aux championnats d'hiver lors de la saison N-1 peuvent participer à cette compétition sans pour autant remettre en cause leur qualification.

## CATEGORIES D'AGE

ESPOIRS	12, 13, 14, 15 ans (2003, 2002, 2001, 2000)
JUNIORS	15, 16, 17, 18 ans (2000, 1999, 1998, 1997)
SENIORS	19 et ans plus (96 et avant)

## CONDITIONS D'ACCES

- Avoir validé au minimum le niveau « Synchro d'Argent » pour la catégorie espoirs.
- Avoir validé le niveau « Synchro d'Or » pour les catégories juniors et seniors pour pouvoir être sélectionnées aux championnats de France d'hiver.
- Les nageuses juniors et seniors n'ayant validé que le niveau « Synchro d'Argent - Développement\* » peuvent participer mais ne pourront pas être sélectionnées pour les championnats de France d'hiver sauf si elles ont déjà participé à un championnat de France tous niveaux confondus (remplaçantes comprises).

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
<b>Voir calendrier régional</b>	ESPOIRS	Imposées	Journées d'Automne	Epreuves individuelles et de ballet : cf page 5 du règlement CIF + engagement Extranat (attention compétition FFN) Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 7 du règlement CIF
		Solo		
	JUNIORS	Imposées		
		Solo		
	SENIORS	Solo technique		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	
ESPOIRS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ariane (423)</li> <li>• Barracuda vrille 360° (301)</li> </ul> +1 tirage au sort selon les 3 groupes optionnels FINA	Solo	2'15 (+ ou - 15 sec)
JUNIORS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Barracuda grand écart aérien (308)</li> <li>• Marsouin tour vrille (355g)</li> </ul> +1 tirage au sort selon les 3 groupes optionnels FINA	Solo	2'30 (+ ou - 15 sec)
SENIORS	Pas d'épreuve technique	Solo technique	2'00 (+ ou - 15 sec)

## CLASSEMENT ET PODIUM

Un classement sera effectué par catégorie.

Classement 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges.

Classement 50% Epreuves Libres et 50% Epreuves imposées pour les catégories Espoirs et Juniors.

Classement 100% solos techniques pour la catégorie Séniors.

# CHALLENGE NEPHELIANE HIVER

Ces épreuves ne rentrent pas dans le classement National des Clubs

## DATE

31 JANVIER 2015 & 1<sup>er</sup> FEVRIER 2015

## PUBLIC CONCERNE

Nageuses âgées de 15 ans et moins (00 et après)  
Le surclassement est autorisé à condition d'être dans le niveau de pratique dans la saison en cours.

## CATEGORIES D'AGE

BENJAMINES

Nageuses nées en 2003 et après

ESPOIRS

Nageuses nées 2003, 2002, 2001, 2000

## CONDITIONS D'ACCES

Benjamines

Etre titulaire des Journées Découvertes

Espoirs

Etre titulaire du Synchro d'Argent

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
Voir calendrier régional	BENJAMINES	Imposées Natation Ecart	Challenge HIVER	Epreuves individuelles : cf page 5 du règlement CIF Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
	ESPOIRS	Imposées Natation Ecart		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES
BENJAMINES	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Barracuda (301)</li><li>Ballet.leg simple (101)</li></ul> Notation FINA
ESPOIRS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Ariane (423)</li><li>Barracuda vrille 360° (301<sup>e</sup>)</li></ul> Notation FINA

## EPREUVE DE SOUPLESSE

Les écarts antéropostérieurs et facial seront mesurés au sol

## EPREUVE DE NATATION

Les benjamines seront évaluées sur un 100 X 4 N  
Les espoirs seront évaluées sur un 200 NL  
La grille de temps sera communiquée en début de saison  
L'épreuve de natation permettra d'obtenir un bonus sur le classement général

## CLASSEMENT ET PODIUM

Un classement par année d'âge sera effectué sur le classement général, prenant en compte les 3 épreuves, les 3 meilleures nageuses seront récompensées.

Cette compétition fera partie des moyens de sélection des collectifs régionaux.

# TOURNOI ILE DE FRANCE DE BALLETS

Ce tournoi ne rentre pas dans le classement National des Clubs

## DATE

7 & 8 MARS 2015

## PUBLIC CONCERNE

Le Tournoi Ile de France de Printemps est une étape de préparation pour les nageuses qui se préparent aux Championnats N3, N2, N1

## CATEGORIES D'AGE

ESPOIRS	12, 13, 14, 15 ans (2003, 2002, 2001, 2000)
JUNIORS	15, 16, 17, 18 ans (2000, 1999, 1998, 1997)
SENIORS	19 et ans plus (96 et avant)
TOUTES CATEGORIES	15 ans et plus (2000 et avant)

## CONDITIONS D'ACCES

Idem conditions d'accès FFN

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
<b>Voir calendrier régional</b>	ESPOIRS	Ballets	Tournoi Ballets	Epreuves individuelles et de ballet : cf page 5 du règlement CIF + engagement Extranat (attention compétition FFN) Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 7 du règlement CIF
	JUNIORS	Ballets		
	SENIORS	Ballets		
	TOUTES CATEGORIES	Combiné		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	NIVEAU PRATIQUE	EPREUVES LIBRES	
ESPOIRS	National 3 National 2 National 1	Duo	2'45 (+ ou - 15 sec)
		Equipe	3'30 (+ ou - 15 sec)
JUNIORS	National 3 National 2 National 1	Duo	3'00 (+ ou - 15 sec)
		Equipe	4'00 (+ ou - 15 sec)
SENIORS	National 3 National 2 National 1	Duo libre	3'00 (+ ou - 15 sec)
		Duo technique	2'20 (+ ou - 15 sec)
		Ballet technique	2'50 (+ ou - 15 sec)
		Highlight	2'30 (+ ou - 15 sec)
TOUTES CATEGORIES	National 3 National 2 National 1	Combiné (règlement FINA)	4'30 (+ ou - 15 sec)

## CLASSEMENT ET PODIUM

Un classement sera effectué par catégorie.

Classement 100% ballet.

Un classement par niveau de préparation aux compétitions sera étudié par la Commission Régionale en fonction des engagements.

# CHAMPIONNATS REGIONAUX & N 3 JUNIORS / TC

## DATE

21 & 22 MARS 2015

## PUBLIC CONCERNE

**JUNIORS**

15, 16, 17, 18 ans  
(2000, 1999, 1998, 1997)

**TOUTES CATEGORIES**

15 ans plus (2000 et avant)

## CONDITIONS D'ACCES

Etre titulaire du niveau SYNCHRO D'ARGENT au minimum  
MAIS SI LES NAGEUSES SE QUALIFIENT EN N2 ELLES DEVRONT ETRE TITULAIRE DU NIVEAU SYNCHRO D'OR

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
<b>Voir calendrier régional</b>	JUNIORS/ TC	IMPOSEES	Régionaux Juniors/TC	Epreuves individuelles : cf page 5 du règlement CIF Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
		BALLETS		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	
JUNIORS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Barracuda grand écart aérien (308)</li> <li>Marsouin tour vrille (355g)</li> </ul> +1 tirage au sort selon les 3 groupes optionnels FINA	Solo	2'30 (+ ou - 15 sec)
		Duo	3'00 (+ ou - 15 sec)
		Equipe	4'00 (+ ou - 15 sec)
TOUTES CATEGORIES	Combiné (règlement FINA)		4'30 (+ ou - 15 sec)

## CLASSEMENT ET PODIUM

Pour les Juniors un classement 100% Imposées sera réalisé par groupe de 2 années d'âges.

Pour les épreuves libres Juniors un classement 50% Epreuves Libres et 50 % Epreuves imposées.

Pour les Combinés toutes catégories 100% ballet.

# CHAMPIONNATS REGIONAUX & N 3 ESPOIRS

## DATE

18 & 19 AVRIL 2015

## PUBLIC CONCERNE

12, 13, 14, 15 ans (2003, 2002, 2001, 2000)

## CONDITIONS D'ACCES

Etre titulaire du niveau SYNCHRO D'ARGENT au minimum

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
Voir calendrier régional	ESPOIRS	IMPOSEES	Régionaux Espoirs	Epreuves individuelles : cf page 5 du règlement CIF Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
		BALLETS		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	
ESPOIRS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Ariane (423)</li><li>Barracuda vrille 360° (301)</li></ul> +1 tirage au sort selon les 3 groupes optionnels FINA	Solo	2'15 (+ ou - 15 sec)
		Duo	2'45 (+ ou - 15 sec)
		Equipe	3'30 (+ ou - 15 sec)

## CLASSEMENT ET PODIUM

Classement 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges.

Classement 50% Epreuves Libres et 50 % Epreuves imposées.

Cette compétition fera partie des moyens de sélection pour les collectifs régionaux.

Les Championnats Nationale 3 Espoirs 2015 serviront de phases qualificatives pour la Finale nationale des jeunes 2015 (uniquement pour les nageuses nées en 2002, 2003).

# CHAMPIONNATS REGIONAUX BENJAMINES

## DATE

9 & 10 MAI 2015

## PUBLIC CONCERNE

Nageuses âgées de 12 ans et moins (03 et après)  
Le surclassement est autorisé à condition d'être dans le niveau de pratique dans la saison en cours.

## CATEGORIES D'AGE

BENJAMINES

Nageuses nées en 2003 et après

## CONDITIONS D'ACCES

Etre titulaire des Journées Découvertes au minimum

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
Voir calendrier régional	BENJAMINES	IMPOSEES	Régionaux Benjamines	Epreuves individuelles : cf page 5 du règlement CIF Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
		BALLETS		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	
BENJAMINES	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Barracuda (301)</li><li>Ballet.leg simple (101)</li></ul> + 1 tirage au sort selon les 3 groupes optionnels FINA	Solo	2'00 (+ ou - 15 sec)
		Duo	2'30 (+ ou - 15 sec)
		Equipe	3'00 (+ ou - 15 sec)

## CLASSEMENT ET PODIUM

Classement 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges.

Classement 50% Epreuves Libres et 50 % Epreuves imposées.

Cette compétition est qualificative pour les N3 Benjamines, les nageuses devront réaliser un minima de points en résultats combinés (figures imposées et ballets libres) sans tenir compte des pénalités pour nageuse manquante en équipe, à savoir :

- Equipe : 50 points
- Duo : 51 points
- Solo : 52 points

# CHAMPIONNATS REGIONAUX & N 3 SENIORS

## DATE

6 & 7 JUIN 2015

## PUBLIC CONCERNE

SENIORS

18 ans et plus (1996 et avant)  
15 ans et plus (2000 et avant) voir conditions d'accès

## CONDITIONS D'ACCES

Etre titulaire du niveau SYNCHRO D'ARGENT au minimum  
MAIS SI LES NAGEUSES SE QUALIFIENT EN N2 ELLES DEVRONT ETRE TITULAIRE DU NIVEAU SYNCHRO D'OR

Les nageuses de 15, 16, 17 et 18 ans considérées comme « juniors » et « toutes catégories » peuvent nager également en catégorie seniors les épreuves suivantes : l'équipe technique, le highlight, ainsi que le duo technique et/ou libre avec une nageuse senior (une nageuse senior doit obligatoirement être titulaire. Le duo technique et/ou libre ne pourra pas participer si une nageuse senior n'est pas en mesure de nager à la compétition).

Exception : les nageuses juniors de 15, 16, 17 et 18 ans ne peuvent pas participer en solo technique et/ou libre seniors.

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
Voir calendrier régional	SENIORS	IMPOSEES	Régionaux Juniors/TC	Epreuves individuelles : cf page 5 du règlement CIF Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
		BALLETS		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	
SENIORS	Pas d'épreuve technique	Solo libre	2'30 (+ ou - 15 sec)
		Duo Technique	2'20 (+ ou - 15 sec)
		Duo Libre	3'00 (+ ou - 15 sec)
		Equipe technique	2'50 (+ ou - 15 sec)
		Highlight	2'30 (+ ou - 15 sec)

## CLASSEMENT ET PODIUM

100% ballets libre, 100% ballets technique et Highlight.

# CHAMPIONNATS N3 BENJAMINES

## DATE

13 & 14 JUIN 2015

## PUBLIC CONCERNE

Nageuses âgées de 12 ans et moins (03 et après)  
Le surclassement est autorisé à condition d'être dans le niveau de pratique dans la saison en cours.

## CATEGORIES D'AGE

BENJAMINES

Nageuses nées en 2003 et après

## CONDITIONS D'ACCES

Etre titulaire des Journées Découvertes au minimum.

Avoir réalisé les minima de points en résultats combinés des Régionaux Benjamines (figures imposées et ballets libres) sans tenir compte des pénalités pour nageuse manquante en équipe, à savoir :

- Equipe : 50 points
- Duo : 51 points
- Solo : 52 points

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
<b>Voir calendrier régional</b>	BENJAMINES	IMPOSEES	Régionaux Benjamines	Epreuves individuelles : cf page 5 du règlement CIF Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
		BALLETS		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	
BENJAMINES	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Barracuda (301)</li> <li>• Ballet.leg simple (101)</li> </ul> + 1 tirage au sort selon les 3 groupes optionnels FINA	Solo	2'00 (+ ou - 15 sec)
		Duo	2'30 (+ ou - 15 sec)
		Equipe	3'00 (+ ou - 15 sec)

## CLASSEMENT ET PODIUM

Classement 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges.

Classement 50% Epreuves Libres et 50 % Epreuves imposées.

Cette compétition fera partie des moyens de sélection pour les collectifs régionaux.

Les Championnats Nationale 3 benjamines 2015 serviront de phases qualificatives pour la Finale nationale des jeunes 2015.



# CHALLENGE NEPHELIANE ETE ESPOIRS

Ces épreuves ne rentrent pas dans le classement National des clubs

## DATE

13 & 14 juin 2015

## PUBLIC CONCERNE

12, 13, 14, 15 ans (2003, 2002, 2001, 2000)

## CONDITIONS D'ACCES

Etre titulaire du niveau SYNCHRO D'ARGENT au minimum

## PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	EPREUVES	FORMULAIRE	PROCEDURE
Voir calendrier régional	ESPOIRS	IMPOSEES	Néphélie Eté	Epreuves individuelles : cf page 5 du règlement CIF Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
		BALLETS		

## CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES TECHNIQUES	EPREUVES LIBRES	
ESPOIRS	<b>2 figures obligatoires :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Ariane (423)</li><li>Barracuda vrille 360° (301)</li></ul> +1 tirage au sort selon les 3 groupes optionnels FINA	Solo	2'15 (+ ou - 15 sec)
		Duo	2'45 (+ ou - 15 sec)
		Equipe	3'30 (+ ou - 15 sec)

## CLASSEMENT ET PODIUM

Classement 100% Imposées : un classement sera réalisé par groupe de 2 années d'âges.

Classement 50% Epreuves Libres et 50 % Epreuves imposées.

Cette compétition fera partie des moyens de sélection pour les collectifs régionaux.

## CHALLENGE (coupe promo)

### DATE

Eliminatoires : 23 & 24 MAI 2014 - Finale : 20 & 21 JUIN 2015

### PUBLIC CONCERNE

Nageuses de 9 ans et plus

### CATEGORIES D'AGE

<b>BENJAMINES</b>	9, 10, 11, 12 ans (2006, 2005, 2004, 2003)
<b>ESPOIRS</b>	12, 13, 14, 15 ans (2003, 2002, 2001, 2000)
<b>JUNIORS</b>	15, 16, 17, 18 ans (2000, 1999, 1998, 1997)
<b>TOUTES CATEGORIES</b>	15 ans plus (2000 et avant)

### CONDITIONS D'ACCES

Pour les nageuses nées en 2004 et après elle est accessible aux titulaires du Pass'compétition.  
Pour les nageuses nées en 2003 et avant il n'y a pas de condition de participation.

### PROCEDURES D'ENGAGEMENT

DATE ENGAGEMENT	CATEGORIE	FORMULAIRE	PROCEDURE
Voir calendrier régional	Benjamines	CHALLENGE	Epreuves de ballet : cf page 5 du règlement CIF Obligation engagement Jury : cf page 6 du règlement CIF Frais d'engagements : cf page 8 du règlement CIF
	Espoirs		
	Juniors		
	Toutes Catégories		

### CONTENU DES EPREUVES

CATEGORIES	EPREUVES	TEMPS DU BALLET
Benjamines	Ballet libre (4 à 8 nageuses)	3'00 (+ou -15 secondes)
Espoirs		3'30 (+ou -15 secondes)
Juniors		4'00 (+ou -15 secondes)
Toutes catégories		4'00 (+ou -15 secondes)

Règlementation et notation FINA.

### CLASSEMENT ET PODIUM

Les 3 premiers ballets seront récompensés.

Une finale par catégorie sera organisée avec 6 ballets. Si 6 ballets ou moins sont engagés lors des éliminatoires cette compétition sera requalifiée en finale directe.

## VIII. CLASSEMENT DES CLUBS FORMATEURS

Le classement 2014 sera réalisé grâce à la saison 2013/2014 et prendra en compte :

- Le nombre de validations en socle cycle 1 et 2
- Les résultats du Challenge Néphéliane
- Un bonus pour participation effective aux collectifs régionaux.

Les 8 premiers clubs classés seront récompensés de leur effort de formation :

1 <sup>er</sup> club	500 €
2 <sup>ème</sup> club	410 €
3 <sup>ème</sup> club	325 €
4 <sup>ème</sup> club	245 €
5 <sup>ème</sup> club	245 €
6 <sup>ème</sup> club	165 €
7 <sup>ème</sup> club	165 €
8 <sup>ème</sup> club	165 €

Pour valoriser les clubs ainsi récompensés, les chèques seront remis au cours de l'Assemblée Générale annuelle du C.I.F. aux représentants des clubs présents. Les clubs absents ne seront pas récompensés.

## **IX. FORMATION**

### **A - FORMATION DES OFFICIELS**

Le CIF organise une session d'examen d'officiels C et B.

Pour s'inscrire, vous devez nous faire parvenir l'imprimé d'inscription dûment signé par le Président du club et une photo.

Des formations pour ces examens sont prévues régulièrement.

Les dates et les lieux de formation et d'examens vous seront fournis à la rentrée sportive 2014.

### **RECYCLAGE D'OFFICIELS B & C OBLIGATOIRE**

**LE DIMANCHE 28 SEPTEMBRE 2014**

### **B - FORMATION DES ENTRAINEURS**

Les dates, lieux et modalités d'inscription vous seront fournis à la rentrée sportive

### **ORGANISATION D'UN COLLOQUE REGIONAL (DATE A PRECISER)**

**Lisez chaque semaine le bulletin du CIF, et/ou consultez les sites Internet :**

<http://www.ffnatation.fr>

<http://www.cif-natation.fr>

## X. COMMISSION REGIONALE D'ILE DE FRANCE DE NATATION SYNCHRONISEE

Président	Pascal NOIREZ	13 allée de la Saussaie 77220 PRESLES EN BRIE	06.32.23.99.03	pnoirez@aol.com
Membre	Gisèle CROUZILLES	34 Impasse Sainte Colombe 94550 CHEVILLY LA RUE	06.03.12.19.86 01.45.60.45.31	ygrenadine@aol.com
Membre	Laurence DOISNEAU	23 Villa Robert Schuman 91850 ETRECHY	06.87.58.64.16	doisneau.laurence@bbox.fr
Membre	Marie-France DECROIX	20 Rue des trois cèdres 95000 CERGY	06.03.28.65.01	marie.decroix@sfr.fr
Membre	Martine ESTEVES	10 Bd du Général de Gaulle 92380 GARCHES	06.70.45.80.76 01.47.41.98.42	martinesteves@hotmail.fr
Membre	Paule LACROIX	27 Avenue Henri Bergson 92380 GARCHES	06.81.96.37.94 01.47.41.83.32	paule.lacroix@wanadoo.fr
Membre	Marie-Christine MONGIAT	12 Résidence Bel Ebat 78 LA CELLE ST CLOUD	06.61.79.71.80 01.30.82.71.80	mc.mongiat@bbox.fr
Membre	Corinne NOIREZ	13 allée de la Saussaie 77220 PRESLES EN BRIE	XXXXXXXX	pnoirez@aol.com
Membre	Noémie LONE			

Gestion	Nathalie LAVOUX	Comité Ile de France 163 boulevard Mortier 75020 PARIS	01.40.31.19.53	nat-synchro@cif-natation.fr
---------	-----------------	--	----------------	-----------------------------



## XI. CONTACTS CLUBS D'ILE DE FRANCE

DEPARTEMENT	NOM DU CLUB	MAIL CONTACT	TEL CONTACT
75	LES MOUETTES DE PARIS	synchromdp@gmail.com	06.28.82.21.55
	STADE FRANCAIS	juliettejuju@hotmail.com secretariat@stadesynchro.org	06.63.83.55.43
	C.A.S.C. 3 <sup>ème</sup> arrondissement	comiteaction.sportivetrois@wanadoo.fr	01.42.77.12.07
	PARIS AQUATIQUE	synchro@parisaquatique.org	06.12.80.74.82
77	DAUPHINS DU CENTRE BRIE	moutonceline@wanadoo.fr	06.32.39.32.26
	LES SIRENES D'OZOIR	l.calmin@free.fr	06.60.21.65.45
	AQUARINES PONTAULT	pnoirez@aol.com anslesaquarines@gmail.com	06.32.23.99.03
	U.S. VAIRES	saturnin.elo@wanadoo.fr	06.03.49.35.08
		syl.cec@bbox.fr	06.12.29.66.35
LE MEE NATATION	misaia@neuf.fr		
78	VELIZY NATATION SYNCHRONISEE	velizynatsynchro@gmail.com	
	C.N.O. ST GERMAIN LE PECQ	orianelafin@yahoo.fr	
	A.S. DU MESNIL ST DENIS	jjlrfamille@hotmail.com	01.34.61.16.84
	C.N. PLAISIR	typhainedenis@yahoo.fr club.nata.plaisirois@free.fr	06.61.99.51.06
	C.N. MEULAN	guillaume.chambord@club-internet.fr	06.60.45.13.35
91	ASCE DAUPHINS	synchro_corbeil@hotmail.fr	06.14.87.77.32
	C.N. BRUNOY 91	martinedrean91@gmail.com	06.66.34.94.76
	C.A. ORSAY	orsay.synchro@gmail.com	
	E.S. MASSY	synchromassy@gmail.com	01.69.20.16.08 06.86.97.83.02
92	GARCHES AQUA'SPORTS	julizze@hotmail.com martinesteves@hotmail.fr	01.47.41.98.42 06.70.45.80.76
	LES NYMPHEAS RUEIL MALMAISON	g.rulliere@free.fr	
	SURESNES SPORTS NAUTIQUES	valerie.gaudedasilva@free.fr	01.47.28.91.60 06.15.10.29.00
		suresnes.snautiques@wanadoo.fr	
	OLYMPIC GARENNOIS	g.rulliere@free.fr	01.72.42.45.70 06.87.91.15.04
	C.O. SEVRES	vmarlart@noos.fr	01.45.34.58.51

93	A.S. BONDY	asbsynchro@gmail.com	06.89.11.25.74
	JA DRANCY	mchastagner@yahoo.fr	06.72.98.65.56
	CS VILLETANEUSE	csvnatsynchro@gmail.com	06.76.71.63.78
94	V.G.A. SAINT MAUR	sportsdeauvga@gmail.com jcmantey@live.fr	
	CSA KREMLIN BICETRE	natationcsakb.president@gmail.com	06.73.18.92.98
	VILLIERS SPORTS JEUNESSE	vsj.natsynchro@orange.fr	06.87.56.07.72
	U.S. ALFORTVILLE NATATION	usanatation@aol.com	01.43.75.49.00
	ELAN CHEVILLY.LARUE	noemie.lone@wanadoo.fr	06.63.82.27.38
95	ERMONT NAT. ARTISTIQUE	natsynchro.ermont@gmail.com	06.25.04.25.71
	CERGY NAT. SYNCHRO	marie.decroix@sfr.fr	06 03 28 65 01
	ERAGNY AQUATIQUE CLUB	eragnyaquatiqueclub@gmail.com	Piscine : 01.34.64.15.06
	C.S.V.O. MONTMORENCY	erickirchberg@wanadoo.fr	01.34.12.98.31

# Nos partenaires :



 **île de France**

MEGATEK



**VIBRA'SON**