



**FEDERATION FRANÇAISE DE
NATATION**

SPECIAL REGLEMENT

**Comité de la Manche
Saison
2009-2010**



Partenaire Officiel

SOMMAIRE

Horaires d'ouverture du Comité	3
Adresses utiles	4
Membres du Comité Directeur	5
Clubs.....	7
Calendrier sportif Natation.....	8
Catégories d'âge	12
 <i>Programme Avenirs Poussins</i>	
1^{ère} Journée de District Hiver.....	14
2^{ème} Journée de District Hiver.....	15
Championnat de la Manche Hiver	16
Coupe de la Manche Interclubs Avenirs Poussins	18
1^{ère} Journée de District Eté.....	19
2^{ème} Journée de District Eté.....	20
Championnat de la Manche Eté	21
 Approche de l'application des règles	 23
 <i>Programme Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors-Seniors</i>	
Interclubs Départementaux	26
Championnat de la Manche Hiver 1^{ère} et 2^{ème} Journée	27
Grilles de qualification Championnat de la Manche Hiver Eté	29
Championnat de la Manche Hiver ½ Fond	30
1^{ère} Journée de District.....	31
2^{ème} Journée de District	32
Championnat de la Manche Eté 1^{ère} et 2^{ème} Journée	33
Coupe de District.....	35
 <i>Programme des Maîtres</i>	
1^{ère} Journée des Maîtres	37
2^{ème} Journée des Maîtres	37
Demi/Fond Maîtres	38
Championnat de la Manche des Maîtres	38
 <i>Records de la Manche</i>	
Records de la Manche Dames bassin de 50 m	40
Records de la Manche Messieurs bassin de 50 m	42
Records de la Manche Dames bassin de 25 et 50 m.....	44
Records de la Manche Messieurs bassin de 25 et 50 m	46

**Horaires d'ouverture
du Comité de la Manche de Natation :**

	MATIN	APRES MIDI
LUNDI	8h –12h30	13h30 – 16h30
MARDI	8h –12h30	13h30 – 16h30
MERCREDI	8h –12h30	13h30 – 16h30
JEUDI	8h –12h30	13h30 – 16h30
VENDREDI	8h –13h	

Comité de la Manche de Natation

Maison des Associations
BP 274
50004 SAINT LO Cedex
Tél : 02.33.55.81.48 ou 02.50.99.00.12
Email : ffn.manche@infonie.fr
Site web : <http://manche.ffnatation.fr>



Adresses utiles :

Fédération Française de Natation

148 Avenue Gambetta
75980 PARIS Cedex 20

Standard : 01.40.31.17.70

Fax : 01.40.31.19.90

Comité de Normandie de Natation

55 Route de Bretagne
14760 BRETTEVILLE SUR ODON

Email : normandie@ffnatation.org

Site web : www.natapassion.com/normandieffn

Tél : 02.31.75.04.19

Fax : 02.31.74.16.06

Comité de la Manche de Natation

Maison des Associations BP 274
50004 SAINT LO Cedex

Email : ffn.manche@infonie.fr

Site web : <http://www.natapassion.com/ffnmanche/>

Tél : 02.33.55.81.48 ou

02.50.99.00.12

Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports

4, rue Léon Dériès
50008 SAINT LO Cedex

Email : dd050@jeunesse-sports.gouv.fr

Site web : <http://www.ddjs-manche.jeunesse-sports.gouv.fr>

Tél : 02.33.77.14.20

Fax: 02.33.77.14.29

Comité Départemental Olympique des Sports

40, rue de la Poterne
50000 SAINT LO

Email : info@cdos-manche.org

Site web : www.cdos-manche.org

Tél : 02.33.57.67.97

Fax : 02.33.57.19.25

Conseil Général de la Manche

Maison du Département
98 route de Candol
50008 ST LO Cedex

Tél : 02.33.05.95.00

Membres du Comité Directeur

PRESIDENT

BRIOUT Christine

288 rue de l'Exode 50000 ST LO Tel : 06.80.08.24.45 ou 02.33.57.28.29
christine.briout@saint-lo.fr ou ph.briout@free.fr

VICE-PRESIDENT

PATAULT Maurice

174 rue de la Grotte 50710 CREANCES Tel : 02.33.07.26.70
MauricePATAULT@aol.com

KIEBA Edouard

4 Résidence de la Banquette 50130 CHERBOURG OCTEVILLE Tél : 02.33.94.43.88
edouard.kieba@neuf.fr

TRESORIERS

LACROIX Olivier

29 Route des Fieffes 50270 SURTAINVILLE Tél : 02.33.53.52.00
o.lacroix@club.fr

COMPIANO Antoine

Rue du Moulin Lot Robin 50400 YQUELON Tel : 06.45.61.06.21
antoine501@free.fr

SECRETAIRE ET COMMISSION NATATION COURSE

LUCAS Bruno

10 rue du Bois Ardent 50000 ST LO Tel : 06.33.77.70.19
b.lucas1@free.fr

SECRETAIRE ADJOINT

TROADEC Pascal

21 rue Paul Eluard 50130 CHERBOURG OCTEVILLE Tel : 02.33.01.32.81
scalpaone@free.fr

RESPONSABLE NATATION SYNCHRONISEE

LAGALLE Yveline

Hameau Samson 50440 JOBOURG Tél : 02.33.52.70.64
neptune48@wanadoo.fr

RESPONSABLE DES MAITRES

FAUCHARD Frédéric

110 rue des Terres parées 50110 TOURLAVILLE Tel : 06.21.12.51.24
frfaucha@free.fr

COMMISSION NATATION ESTIVALE

PERONNE Franck

16 rue de l'Eglise 50300 ST SENIER SOUS AVRANCHES Tel : 02.33.79.46.50
titi.francky@wanadoo.fr

MAILLARD Jacky

15 rue du Colombier 50500 ST HILAIRE PETITVILLE Tél : 02.33.42.13.54
jacky.maillard3@orange.fr

RESPONSABLE WATER-POLO

MAILLARD Jacky

15 rue du Colombier 50500 ST HILAIRE PETITVILLE Tél : 02.33.42.13.54
jacky.maillard3@orange.fr

RESPONSABLE DES OFFICIELS

PATAULT Maurice

174 rue de la Grotte 50710 CREANCES Tél : 02.33.07.26.70

MauricePATAULT@aol.com

AUTRES MEMBRES DU COMITE

BARTHEL David

23 rue Saint Pierre 50200 COUTANCES Tel : 06.61.88.09.63

clubnautiquecoutances@hotmail.fr

BOUTEILLIER Loïc

15 rue des Trois Cheminées 50400 GRANVILLE Tel : 06.84.39.64.64

evgnatation@orange.fr

DUGAY Huguette

19 rue des Souchets 50500 CARENTAN Tel : 02.33.42.34.57

huguettedugay@free.fr

DUPUIS Didier

8 rue de Lille 50300 AVRANCHES Tel : 02.33.68.21.56

cna.didier@free.fr

HESRY Annaig

8 rue Eleonor Daubrée 50200 COUTANCES Tel : 06.12.89.83.50

hesryannaig@hotmail.fr

LE THIEC Sten

445 rue St Nicolas 50400 GRANVILLE Tel : 06.76.83.94.03

LENORMAND Sylvie

13 route de la lande 50690 HARDINVEST Tel : 06.73.25.83.62

sylvie.lenormand.tra@wanadoo.fr

LERICHE Serge

1 Le Haut Menage 50370 LE GRAND CELLAND

serge.leriche@sfr.fr

MANCEL Alain

52 rue de l'Oraille 50690 MARTINVEST Tel : 02.33.53.02.27

almamancel@yahoo.fr

POUSSE Jean Michel

5 Route de Coquoin 50340 BENOISTVILLE Tel : 02.33.04.69.94

jmp0710@orange.fr

TOUZE Eric

61 Route du Bocage La Durandière 50660 QUETTREVILLE SUR SIENNE Tel :
06.64.38.23.17

touze.family@free.fr

Clubs de la Manche

- AS Cherbourg Natation :**
Madame BESNIER Anne
AS Cherbourg Natation
Piscine Municipale Chantereyne
Rue du Diablotin
50100 CHERBOURG OCTEVILLE
cherbourg.natation@wanadoo.fr
- AS Querqueville :**
Madame DEROBERT Laure
305 Avenue Northeim Bâtiment E
50110 TOURLAVILLE
asq_natation@yahoo.fr
- CN Avranches :**
Monsieur LE THIEC Sten
445 rue Saint Nicolas
50400 GRANVILLE
cna.christine@yahoo.fr
- CN Brécey :**
Monsieur LION Philippe
8 rue de la Libération
50370 BRECEY
stephane.martin100@orange.fr ou Philippe.lion2@wanadoo.fr
- CS Carentan :**
Monsieur MAILLARD Jacky
15 rue du Colombier
50500 ST HILAIRE PETITVILLE
jacky.maillard3@orange.fr
- CN Coutances :**
Monsieur LEDOLLEY Stéphane
21 rue du Bas Mesnil
50200 ST PIERRE DE COUTANCES
clubnautiquecoutances@hotmail.fr
- CN Pays de Saint-Lô :**
Madame BRIOUT Christine
288 rue de l'Exode
50000 SAINT LO
ph.briout@free.fr
- District Les Pieux Natation :**
Monsieur POUSSE Jean Michel
5 Route de Coquoin
50340 BENOISTVILLE
jmp0710@orange.fr
- EV Granville :**
Monsieur COMPIANO Antoine
L'Espérance Vaillante de Granville
BP 412
50400 GRANVILLE
evgnatation@orange.fr ou antoine501@free.fr
- Hague Natation :**
Monsieur MATELOT Thierry
21 Chemin du Moulin à vent
50690 HARDINVEST
haguenatation@free.fr
- Octeville Natation :**
Monsieur PESNEL Olivier
7 rue lamartine
50120 EQUEURDREVILLE
president.octenat@sfr.fr
- Valognes Section Natation :**
Madame Claudie SABOURET
5 Allée des Jardins
50700 VALOGNES
claudie.sabouret50@orange.fr

Calendrier Sportif Natation

<i>Dates</i>	<i>Lieu et ordre du déroulement des épreuves</i>	<i>Ouverture du bassin</i>	<i>Début des épreuves</i>
OCTOBRE			
Samedi 10 et Dimanche 11 octobre	MEETING D'OCTEVILLE Cherbourg (Chantereyne)		
Mardi 20 Octobre	1ERE JOURNEE DES MAITRES Coutances	20h	20h45
NOVEMBRE			
Samedi 7 ou Dimanche 8 Novembre	1^{ERE} JOURNEE DE DISTRICT HIVER AVENIRS POUSSINS Sud : Granville (dimanche) Centre : St Lô (samedi) Nord : Octeville La Butte (dimanche)	13h 18h 13h30	13h45 18h45 14h15
Dimanche 15 Novembre	INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX Lieu à déterminer	8h 14h	9h 14h45
Samedi 21 Novembre	CHAMPIONNAT DE LA MANCHE BMCJS 1^{ere} JOURNEE OPEN Granville	8h30 14h	9h15 14h45
Dimanche 22 Novembre	CHAMPIONNAT DE LA MANCHE BMCJS 2^{eme} JOURNEE OPEN Coutances	8h30 14h	9h15 14h45
Samedi 28 et Dimanche 29 Novembre	MEETING DE LA MER MAÎTRES Cherbourg		
Dimanche 29 Novembre	CHAMPIONNAT DE LA MANCHE DEMI-FOND OPEN Les Pieux	8h30 14h	9h15 14h45
DECEMBRE			
Samedi 5 et Dimanche 6 Décembre	MEETING DE COUTANCES Coutances		
Samedi 12 ou Dimanche 13 Décembre	2^{eme} JOURNEE DE DISTRICT HIVER AVENIRS POUSSINS Sud : Granville (dimanche) Centre : Coutances (samedi) Nord : Cherbourg (dimanche)	13h 18h30 13h30	13h45 19h15 14h15
Dimanche 27 et Lundi 28 Décembre	MEETING DU BOUT DE L'AN Saint-Lô		
JANVIER			
Samedi 23 ou Dimanche 24 Janvier	1^{ere} JOURNEE DE DISTRICT BMCJS Sud : Avranches (samedi) Centre : Saint-Lô (samedi) Nord : Beaumont (dimanche)	19h 19h 13h	19h45 19h45 13h45
Dimanche 24 Janvier	NATATHLON 1 Octeville La Butte	8h30 14h	9h30 15h

Dimanche 31 Janvier	CHAMPIONNAT DE LA MANCHE HIVER AVENIRS POUSSINS Cherbourg	8h45 14h	9h30 14h45
FEVRIER			
Samedi 6 Février	2^{ème} JOURNEE DE DISTRICT MAITRES Saint-Lô	19h30	20h15
Dimanche 28 Février	NATATHLON 2 Granville	8h30 14h	9h30 15h
MARS			
Dimanche 14 Mars	NATATHLON 3 Granville	8h30 14h	9h30 15h
Dimanche 14 Mars	CHAMPIONNAT DE LA MANCHE INTERCLUBS AVENIRS POUSSINS Coutances	13h30	14h15
Samedi 20 ou Dimanche 21 Mars	2^{ème} JOURNEE DE DISTRICT BMCJS Sud : Avranches (samedi) Centre : Coutances (samedi) Nord : Octeville La Butte (dimanche)	19h 18h30 13h30	19h45 19h15 14h15
Samedi 27 ou Dimanche 28 Mars	1^{ère} JOURNEE DE DISTRICT ETE AVENIRS POUSSINS Sud : Avranches (samedi) Centre : Saint-Lô (samedi) Nord : Les Pieux (dimanche)	19h 18h 13h30	19h45 18h45 14h15
AVRIL			
Samedi 3 Avril	CHAMPIONNAT DE LA MANCHE BMCJS 1^{ère} JOURNEE OPEN Avranches	8h30 14h	9h15 14h45
Dimanche 4 Avril	CHAMPIONNAT DE LA MANCHE BMCJS 2^{ème} JOURNEE OPEN Coutances	8h30 14h	9h15 14h45
MAI			
Samedi 1 Mai	MEETING DU MUGUET Avranches		
Samedi 8 ou Dimanche 9 Mai	2^{ème} JOURNEE DE DISTRICT AVENIRS POUSSINS Sud : Granville (dimanche) Centre : Coutances (samedi) Nord : Octeville La Butte (dimanche)	13h 13h 13h30	13h45 13h45 14h15
Dimanche 30 Mai	MEETING JEUNES Saint-Lô		
JUIN			
Samedi 12 Juin	CHAMPIONNAT DE LA MANCHE AVENIRS POUSSINS Saint-Lô	8h45 14h	9h30 14h45
Dimanche 20 Juin	CHAMPIONNAT DE LA MANCHE DES MAITRES Cherbourg	13h	13h45
Dimanche 27 Juin	COUPE DE LA MANCHE Carentan ou Brécey	8h30 13h45	9h15 14h30

septembre-2009			octobre-2009			novembre-2009			décembre-2009			janvier-2010			février-2010		
Ma	1		Je	1		Di	1		Ma	1		Ve	1	<i>Jour de l'An</i>	Lu	1	
Me	2		Ve	2		Lu	2		Me	2		Sa	2		Ma	2	
Je	3		Sa	3		Ma	3		Je	3		Di	3		Me	3	
Ve	4		Di	4		Me	4		Ve	4	Champ. de France - 25m -	Lu	4		Je	4	
Sa	5		Lu	5		Je	5		Sa	5		Ma	5	Meeting Coutances	Ve	5	
Di	6		Ma	6		Ve	6		Di	6		Me	6		Sa	6	Journée maitres
Lu	7		Me	7		Sa	7	District 1 AvPo	Lu	7		Je	7		Di	7	
Ma	8		Je	8		Di	8		Ma	8		Ve	8		Lu	8	
Me	9		Ve	9		Lu	9		Me	9		Sa	9		Ma	9	
Je	10		Sa	10	Meeting Octeville	Ma	10		Je	10		Di	10		Me	10	
Ve	11		Di	11		Me	11		Ve	11	Champ. de France Jeunes 14-18 ans B 25 m	Lu	11		Je	11	
Sa	12		Lu	12		Je	12		Sa	12	Interclubs Régionaux maitres	Ma	12	District 2 AvPo	Ve	12	
Di	13		Ma	13		Ve	13		Di	13		Me	13		Sa	13	
Lu	14		Me	14		Sa	14	Champ. Interclubs	Lu	14		Je	14		Di	14	
Ma	15		Je	15		Di	15	Interclubs	Ma	15		Ve	15		Lu	15	
Me	16	Début de saison 2009/2010	Ve	16		Lu	16		Me	16		Sa	16		Ma	16	
Je	17		Sa	17	Meeting Normand Hiver	Ma	17		Je	17		Di	17	Coupe de Normandie 1	Me	17	
Ve	18		Di	18		Me	18		Ve	18		Lu	18		Je	18	
Sa	19		Lu	19		Je	19		Sa	19	Chp Normandie Hiver B 25 m	Ma	19		Ve	19	
Di	20		Ma	20	Journée maitres	Ve	20		Di	20		Me	20		Sa	20	
Lu	21		Me	21		Sa	21	Chpt Manche BMCJS	Lu	21		Je	21		Di	21	
Ma	22		Je	22		Di	22		Ma	22		Ve	22		Lu	22	
Me	23		Ve	23		Lu	23		Me	23		Sa	23		Ma	23	
Je	24		Sa	24		Ma	24		Je	24		Di	24	Natathlon	Me	24	District 1 BMCJS
Ve	25		Di	25		Me	25		Ve	25		Lu	25		Je	25	
Sa	26		Lu	26		Je	26		Sa	26		Ma	26		Ve	26	
Di	27		Ma	27		Ve	27		Di	27	Meeting Bt de l'An	Me	27		Sa	27	
Lu	28		Me	28		Sa	28	Meeting de la Mer	Lu	28		Je	28		Di	28	Natathlon
Ma	29		Je	29		Di	29	1/2 Fond	Ma	29		Ve	29				
Me	30		Ve	30		Lu	30		Me	30		Sa	30	Meeting Normand Labellisé FFN			
			Sa	31					Je	31		Di	31	Chpt AP			

mars-2010		avril-2010		mai-2010		juin-2010		juillet-2010		août-2010	
Lu 1		Je 1		Sa 1	Fête du travail et Ascension	Ma 1		Je 1		Di 1	
Ma 2		Ve 2		Di 2		Me 2		Ve 2	Championnat de France Maitres	Lu 2	
Me 3		Sa 3	Chp Man BMCJS	Lu 3		Je 3		Sa 3		Ma 3	
Je 4		Di 4		Ma 4		Ve 4		Di 4		Me 4	
Ve 5		Lu 5		Me 5		Sa 5	Finale Natathlon L Zins	Lu 5		Je 5	
Sa 6		Ma 6		Je 6		Di 6	Trophée G Boissière	Ma 6		Ve 6	
Di 7		Me 7		Ve 7		Lu 7		Me 7		Sa 7	
Lu 8		Je 8		Sa 8	Normandi Maitres Interclubs Benj	Ma 8		Je 8		Di 8	
Ma 9		Ve 9	Chmp. de France N2	Di 9	District 2 AvPo	Me 9		Ve 9	Chmp. de France Minimes	Lu 9	
Me 10		Sa 10		Lu 10		Je 10		Sa 10		Ma 10	
Je 11	Chmp. de France Maitres	Di 11		Ma 11		Ve 11		Di 11		Me 11	
Ve 12	Meeting International Hiver	Lu 12		Me 12		Sa 12	Finale Coupe de Normandi	Lu 12	Chp AvPo	Je 12	
Sa 13		Ma 13	Chmp. de France N1	Je 13		Di 13		Ma 13		Ve 13	
Di 14	Natathlon	Me 14		Ve 14	17è Coup de France des Régions Coup Norm 2	Lu 14		Me 14		Sa 14	
Lu 15		Je 15		Sa 15		Ma 15		Je 15		Di 15	Assomption
Ma 16		Ve 16		Di 16		Me 16		Ve 16	Chmp. de France Cadets	Lu 16	
Me 17		Sa 17		Lu 17		Je 17		Sa 17		Ma 17	
Je 18		Di 18		Ma 18		Ve 18		Di 18		Me 18	
Ve 19		Lu 19		Me 19		Sa 19	Coupe France Dep	Lu 19		Je 19	
Sa 20		Ma 20		Je 20		Di 20		Ma 20	Chp Maitres	Ve 20	
Di 21		Me 21	District 2 BMCJS	Ve 21		Lu 21		Me 21		Sa 21	
Lu 22		Je 22		Sa 22		Ma 22		Je 22		Di 22	
Ma 23		Ve 23	Chmp. de France Jeunes 14-20 ans	Di 23		Me 23		Ve 23		Lu 23	
Me 24		Sa 24	Chmp. Normandie Jeunes	Lu 24		Je 24		Sa 24		Ma 24	
Je 25		Di 25		Ma 25		Ve 25		Di 25		Me 25	
Ve 26	Meeting de l'ouest	Lu 26		Me 26		Sa 26	Meeting Régional Classement	Lu 26		Je 26	
Sa 27		Ma 27	District 1 Eté AvPo	Je 27		Di 27		Ma 27	Coupe Manche	Ve 27	
Di 28		Me 28		Ve 28	Chmp interrégionale NIII	Lu 28		Me 28		Sa 28	
Lu 29		Je 29		Sa 29		Ma 29		Je 29		Di 29	
Ma 30		Ve 30		Di 30		Me 30		Ve 30		Lu 30	
Me 31		Lu 31		Lu 31	Meeting Jeunes	Me 30		Sa 31		Ma 31	

Catégorie d'âge

La Fédération Française de Natation propose aux nageurs et nageuses des programmes de compétition selon leur catégorie d'âge :

Saison 2009-2010		
Avenirs	9 ans et moins	2001 et après
Poussins	10-11 ans	2000-1999
Benjamins	12-13 ans	1998-1997
Minimes	14-15 ans	1996-1995
Cadets	16-17 ans	1994-1993
Juniors	18-19-20 ans	1992-1991-1990
Seniors	21 ans et +	1989 et avant

PROGRAMME
AVENIRS POUSSINS

1^{ère} Journée de District Av/Po Hiver		
Samedi 7 Novembre 2009	Centre : St Lô	25 m
Dimanche 8 Novembre 2009	Sud : Granville	
	Nord : Octeville La Butte	
Compétition d'animation	Avenirs Poussins	
Engagements avant le 29 Octobre 2009		

1. Catégories d'âges concernées

Avenirs Poussins

2. Détail des épreuves

- 4 épreuves pour les Avenirs : 4 x 25 Nage Libre, 50 Dos, 25 Papillon et 100 Nage Libre
- 4 épreuves pour les Poussins : 4 x 25 Nage Libre, 100 Dos, 50 Papillon et 400 Nage Libre

3. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au club organisateur avant le 29 Octobre 2009

4. Récompenses

Les podiums de chaque épreuve sont récompensés par catégories d'âge.

5. Programme et horaires

Samedi 7 Novembre 2009 à Saint-Lô OP ⁽¹⁾ 18h – DE ⁽¹⁾ 18h45
Dimanche 8 Novembre 2009 à Granville OP ⁽¹⁾ 13h – DE ⁽¹⁾ 13h45
Dimanche 8 Novembre 2009 à Octeville OP ⁽¹⁾ 13h30 – DE ⁽¹⁾ 14h15
4 x 25 Nage Libre (Avenirs Poussins séparés) 50 Dos (Avenirs) 100 Dos (Poussins) 25 Papillon (Avenirs) 50 Papillon (Poussins) 100 Nage Libre (Avenirs) 400 Nage Libre (Poussins)
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves

2^{ème} Journée de District Av/Po Hiver		
Samedi 12 Décembre 2009	Centre : Coutances	25 m
Dimanche 13 Décembre 2009	Sud : Granville	
		Nord : Cherbourg
Compétition d'animation	Avenirs Poussins	
Engagements avant le 2 Décembre 2009		

1. Détail des épreuves

- 4 épreuves pour les Avenirs : 4 x 25 4 Nages, 50 Brasse, 50 Nage Libre et 100 4 Nages
- 4 épreuves pour les Poussins : 4 x 25 4 Nages, 100 Brasse, 100 Nage Libre, 200 4 Nages

2. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au club organisateur avant le 2 Décembre 2009

3. Récompenses

Les podiums de chaque épreuve sont récompensés par catégories d'âge.

4. Programme et horaires

Samedi 12 Décembre 2009 à Coutances OP ⁽¹⁾ 19h – DE ⁽¹⁾ 19h45
Dimanche 13 Décembre 2009 à Granville OP ⁽¹⁾ 13h – DE ⁽¹⁾ 13h45
Dimanche 13 Décembre 2009 à Cherbourg OP ⁽¹⁾ 13h30 – DE ⁽¹⁾ 14h15
4 x 25 4 Nages (Avenirs Poussins séparés) 50 Brasse (Avenirs) 100 Brasse (Poussins) 50 Nage Libre (Avenirs) 100 Nage Libre (Poussins) 100 4 Nages (Avenirs) 200 4 Nages (Poussins)
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves

Championnat de la Manche Avenirs Poussins		
Dimanche 31 Janvier 2010	Cherbourg	25 m
Compétition d'animation	Avenirs Poussins	
Engagements avant le 21 Janvier 2010		

1. Détail des épreuves

- 8 épreuves pour les Avenirs : 4 x 25 Nage Libre, 50 Dos, 25 Papillon, 50 Nage Libre, 4 x 25 4 Nages, 50 Brasse, 100 Nage Libre, 100 4 Nages
- 8 épreuves pour les Poussins : 4 x 25 Nage Libre, 100 Dos, 50 Papillon, 400 Nage Libre, 4 x 25 4 Nages, 100 Brasse, 100 Nage Libre, 200 4 Nages

2. Jury

L'organisation du jury est du ressort du Comité de la Manche selon les règles FFN.

3. Mode de qualification

Sont autorisés à participer à cette compétition, les nageurs ayant réalisé les temps de qualification lors des districts hiver 2009-2010 ou du Championnat de la Manche Avenirs Poussins Eté 2008.

Les nageurs ne peuvent participer qu'à quatre épreuves au maximum en individuel, en relais deux équipes maximum par club et par catégorie d'âge sont acceptées.

Concernant le 400 Nage Libre, seuls les 12 meilleurs temps filles et garçons seront retenus. Les clubs seront informés des engagements non retenus.

Grille de qualification :

AVENIRS		POUSSINS 1		POUSSINS 2	
50 NL	1'10"	100 NL	2'00"	100 NL	1'45"
100 NL	2'30" (hiver)	400 NL	12 meilleurs		
200 NL	5'00" (été)	100 DOS	2'05"	100 DOS	1'50"
50 DOS	1'15"	100 BR	2'15"	100 BR	2'00"
50 BR	1'15"	50 PAP	1'05" (hiver)	50 PAP	55" (hiver)
25 PAP	0'36"	100 PAP	2'10" (été)	100 PAP	1'55" (été)
50 PAP	1'15" (été)	200 4N	4'30"	200 4N	4'00"
100 4N	2'30"				

4. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au Comité de la Manche avant le 21 Janvier 2010, accompagnés des droits d'engagement (3,50 € pour les épreuves individuelles et 5,50 € pour les relais).

5. Récompenses

Les podiums de chaque épreuve sont récompensés par catégories d'âge.

6. Programme et horaires

Dimanche 31 Janvier 2010 OP ⁽¹⁾ 8h45 – DE ⁽¹⁾ 9h30	Dimanche 31 Janvier 2010 OP ⁽¹⁾ 14h – DE ⁽¹⁾ 14h45
4 x 25 Nage Libre (Av/Po séparés) 50 Dos (Avenirs) 100 Dos (Poussins) 25 Papillon (Avenirs) 50 Papillon (Poussins) 50 Nage Libre (Avenirs) 400 Nage Libre (Poussins)	4 x 25 4 Nages (Av/Po séparés) 50 Brasse (Avenirs) 100 Brasse (Poussins) 100 Nage Libre (Av/Po séparés) 100 4 Nages (Avenirs) 200 4 Nages (Poussins)
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves	

Coupe de la Manche Interclubs Avenirs Poussins		
Dimanche 14 Mars 2010	Coutances	25 m
Compétition d'animation	Avenirs Poussins	
Engagements avant le 4 Mars 2010		

1. Détail des épreuves

- 6 épreuves pour les Avenirs : 4 x 25 4 Nages, 25 Papillon, 50 Dos, 50 Brasse, 50 Nage Libre, 4 x 25 Nage Libre
- 6 épreuves pour les Poussins : 4 x 50 4 Nages, 50 Papillon, 100 Dos, 100 Brasse, 100 Nage Libre, 4 x 50 Nage Libre

2. Jury

L'organisation du jury est du ressort du Comité de la Manche selon les règles FFN.

3. Mode de qualification

Chaque équipe de club comprend au maximum pour les avenir et les poussins 4 nageurs. Un nageur ne peut participer qu'à une seule épreuve individuelle et aux relais.

4. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au Comité de la Manche avant le 4 Mars 2010, accompagnés des droits d'engagement (17 € par équipes). Les clubs devront fournir une disquette d'engagements par catégorie d'âge.

5. Récompenses

Une coupe sera remise à chaque équipe qui figure sur le podium

6. Mode de classement

Classement à la place (20 points pour les 1er et dégressif de 2 points ensuite). Les points pour les relais comptent double.

7. Programme et horaires

Dimanche 14 Mars 2010 à Coutances OP ⁽¹⁾ 13h30 – DE ⁽¹⁾ 14h15
4 x 25 4 Nages (Avenirs)
4 x 50 4 Nages (Poussins)
25 Papillon (Avenirs)
50 Papillon (Poussins)
50 Dos (Avenirs)
100 Dos (Poussins)
50 Brasse (Avenirs)
100 Brasse (Poussins)
50 Nage Libre (Avenirs)
100 Nage Libre (Poussins)
4 x 25 Nage Libre (Avenirs)
4 x 50 Nage Libre (Poussins)
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves

1^{ère} Journée de district Av/Po Eté		
Samedi 20 Mars 2010	Sud : Avranches	25 m
	Centre : Saint-Lô	
Dimanche 21 Mars 2010	Nord : Octeville La Butte	
Compétition d'animation	Avenirs Poussins	
Engagements avant le 10 Mars 2010		

1. Détail des épreuves

- 4 épreuves pour les Avenirs : 4 x 25 Nage Libre, 50 Dos, 50 Papillon et 200 Nage Libre
- 4 épreuves pour les Poussins : 4 x 50 Nage Libre, 100 Dos, 100 Papillon et 400 Nage Libre

2. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au club organisateur avant le 10 Mars 2010

3. Récompenses

Les podiums de chaque épreuve sont récompensés par catégories d'âge.

4. Programme et horaires

Samedi 20 Mars 2010 à Avranches OP ⁽¹⁾ 19h – DE ⁽¹⁾ 19h45
Samedi 20 Mars 2010 à Saint-Lô OP ⁽¹⁾ 18h – DE ⁽¹⁾ 18h45
Dimanche 20 Mars 2010 à Les Pieux OP ⁽¹⁾ 13h30 – DE ⁽¹⁾ 14h15
4 x 25 Nage Libre (Avenirs) 4 x 50 Nage Libre (Poussins) 50 Dos (Avenirs) 100 Dos (Poussins) 50 Papillon (Avenirs) 100 Papillon (Poussins) 200 Nage Libre (Avenirs) 400 Nage Libre (Poussins)
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves

2^{ème} Journée de district Av/Po Eté		
Samedi 8 Mai 2010	Centre : Coutances	25 m
Dimanche 9 Mai 2010	Sud : Granville	
	Nord : Octeville La Butte	
Compétition d'animation	Avenirs Poussins	
Engagements avant 29 Avril 2010		

1. Détail des épreuves

- 4 épreuves pour les Avenirs : 4 x 25 4 nages, 50 Brasse, 50 Nage Libre, 100 4 Nages
- 4 épreuves pour les Poussins : 4 x 50 4 nages, 100 Brasse, 100 Nage Libre, 200 4 Nages

2. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au club organisateur avant le 29 Avril 2010

3. Récompenses

Les podiums de chaque épreuve sont récompensés par catégories d'âge.

4. Programme et horaires

Samedi 8 Mai à Coutances OP ⁽¹⁾ 13h – DE ⁽¹⁾ 13h45
Dimanche 9 Mai à Granville OP ⁽¹⁾ 13h – DE ⁽¹⁾ 13h45
Dimanche 9 Mai à Octeville OP ⁽¹⁾ 13h30 – DE ⁽¹⁾ 14h15
4 x 25 4 Nages (Avenirs) 4 x 50 4 Nages (Poussins) 50 Brasse (Avenirs) 100 Brasse (Poussins) 50 Nage Libre (Avenirs) 100 Nage Libre (Poussins) 100 4 Nages (Avenirs) 200 4 Nages (Poussins)
(1) Ouverture des portes - (2) Début des épreuves

Championnat de la Manche Eté Avenirs Poussins		
Samedi 12 Juin 2010	Saint-Lô	25 m
Compétition d'animation	Avenirs Poussins	
Engagements avant le 2 Juin 2010		

1. Détail des épreuves

- 8 épreuves pour les Avenirs : 4 x 25 Nage Libre, 50 Dos, 50 Papillon, 200 Nage Libre, 4 x 25 4 Nages, 50 Brasse, 50 Nage Libre, 100 4 Nages
- 8 épreuves pour les Poussins : 4 x 50 Nage Libre, 100 Dos, 100 Papillon, 400 Nage Libre, 4 x 50 4 Nages, 100 Brasse, 100 Nage Libre, 200 4 Nages

2. Jury

L'organisation du jury est du ressort du Comité de la Manche selon les règles FFN.

3. Mode de qualification

Sont autorisés à participer à cette compétition, les nageurs ayant réalisé les temps de qualification lors du Championnat de la Manche Avenirs Poussins Hiver et des districts hiver et été.

Les nageurs ne peuvent participer qu'à quatre épreuves au maximum en individuel, en relais deux équipes maximums par club et par catégorie d'âge sont acceptées.

Pour le 400 Nage libre ce sont les 12 meilleurs nageurs qui sont sélectionnés.

Grille de qualification :

AVENIRS		POUSSINS 1		POUSSINS 2	
50 NL	1'10"	100 NL	2'00"	100 NL	1'45"
100 NL	2'30" (hiver)	400 NL	12 meilleurs		
200 NL	5'00" (été)	100 DOS	2'05"	100 DOS	1'50"
50 DOS	1'15"	100 BR	2'15"	100 BR	2'00"
50 BR	1'15"	50 PAP	1'05" (hiver)	50 PAP	55" (hiver)
25 PAP	0'36"	100 PAP	2'10" (été)	100 PAP	1'55" (été)
50 PAP	1'15" (été)	200 4N	4'30"	200 4N	4'00"
100 4N	2'30"				

4. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au Comité de la Manche avant le 2 Juin 2010, accompagnés des droits d'engagement (3,50 € pour les épreuves individuelles et 5,50 € pour les relais).

5. Récompenses

Les podiums de chaque épreuve sont récompensés par catégories d'âge.

6. Programme et horaires

Samedi 12 Juin à Saint-Lô OP ⁽¹⁾ 8h45 – DE ⁽¹⁾ 9h30	Samedi 12 Juin à Saint-Lô OP ⁽¹⁾ 14h – DE ⁽¹⁾ 14h45
4 x 25 Nage Libre (Avenirs)	4 x 25 4 Nages (Avenirs)
4 x 50 Nage Libre (Poussins)	4x 50 4 Nages (Poussins)
50 Dos (Avenirs)	50 Brasse (Avenirs)
100 Dos (Poussins)	100 Brasse (Poussins)
50 Papillon (Avenirs)	50 Nage Libre (Avenirs)
100 Papillon (Poussins)	100 Nage Libre (Poussins)
200 Nage Libre (Avenirs)	100 4 Nages (Avenirs)
400 Nage Libre (Poussins)	200 4 Nages (Poussins)
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves	

APPROCHE DE L'APPLICATION DES REGLES LORS DES COMPETITIONS DES AVENIRS

Le programme départemental réservé aux avenir (districts + champ dép) a pour objectif de faire découvrir aux enfants et à leurs familles la richesse de l'activité de natation.

En ce sens, l'organisation générale des épreuves doit être rendue attrayante. Il convient d'éviter des temps d'attente et d'inactivité trop longs toujours susceptibles d'ennui et d'incompréhension pour les néophytes, tant pour le nageur que pour ses proches.

Une organisation trop formelle des premières compétitions ouvertes à cette catégorie d'âges peut générer un stress important du participant et de son environnement et avoir un effet de découragement susceptible d'orienter l'enfant vers une autre discipline sportive.

Monter sur un plot de départ sous la pression du regard de ses parents, de ses grands parents, de tous les autres et des juges peut rapidement faire perdre ses moyens et ses repères à des enfants de moins de 10 ans. Ainsi, ils peuvent commettre des fautes de règlement qu'ils ne font pourtant pas à l'entraînement (exemple : virage à une main en brasse) et s'exposer à une éventuelle disqualification.

Pour un parent, passer deux heures à la piscine et voir son enfant nager 45 secondes et être disqualifier pour une erreur « minime » et souvent imperceptible peut être quelque chose de dramatique.

Cette situation traumatisante, ne valorise ni la natation ni les juges, bien au contraire.

Le respect des règles et de ceux qui sont chargés de les faire appliquer passe par une démarche de formation crédible et pédagogique emprunte de discernement.

Le postulat de départ est que les entraîneurs engagent à leurs premières compétitions chronométrées les seuls enfants qui disposent des acquis techniques minimums. Engager dans une épreuve de nage symétrique un jeune nageur dont le mouvement est structurellement dissymétrique est une démarche absurde, vouée à l'échec.

Les juges doivent tout mettre en œuvre pour distinguer les erreurs relatives à l'absence de savoir-faire de celles dont la cause peut être la précipitation due à l'appréhension de la première compétition.

Autrement dit, la brasse nagée avec un mouvement de jambes fortement décalé dans le temps ou dans l'espace est une faute structurelle de la nage, **le sujet ne sait alors pas nager la brasse**, il doit être sanctionné. D'ailleurs, il n'aurait pas dû être engagé sur cette nage qu'il ne maîtrise pas.

Par contre, quelques battements en position ventrale lors d'un virage dos, qui peuvent avoir comme origine un retournement précoce dû à l'absence de repères spatiaux ne doivent pas être source de disqualification. Ils doivent alors faire l'objet d'une simple remarque pédagogique du juge.

Dans la même idée, faire un ou deux mouvements de brasse en trop pour remonter à la surface après un mauvais plongeon ne doit pas être sanctionné, l'enfant est déjà pénalisé : il a perdu du temps et s'est probablement essoufflé inutilement.

L'aspect intentionnel et l'amplitude de la faute sont aussi des critères objectifs d'appréciation. Une erreur d'inattention : un virage brasse avec les mains décalées dans le temps ou dans l'espace et un virage avec le retournement anticipé, le corps en position costal, ne justifient pas de la même décision du juge. Le premier doit être toléré et faire l'objet d'une observation, l'autre doit être disqualifié car la règle n'est pas respectée dans l'esprit.

Un mouvement de bras franchement alternatif en papillon et une légère dissymétrie en fin de course, due à la fatigue, doivent aussi être appréciés avec discernement par les juges.

Un faux départ doit être rappelé car le principe d'équité de la règle est que les nageurs prennent le départ en même temps, un deuxième départ doit alors être donné après un rappel clair et pédagogique du juge.

La forme des consignes données par les juges est le dernier paramètre à prendre en compte.

Au départ de la course, l'enfant est placé dans une situation de stress, il peut être victime d'un déséquilibre et faire un faux départ non intentionnel. A ce moment là, il ne sert à rien de laisser l'enfant en position de départ trop longtemps, au contraire, il est alors plus judicieux de réduire la durée de cette phase très technique en donnant le start rapidement.

PROGRAMME
BENJAMINS
MINIMES
CADETS
JUNIORS-SENIORS

Interclubs Départementaux		
Dimanche 15 Novembre 2010	Lieu à déterminer	25 m
Compétition d'animation		Toutes catégories
Engagements avant le 5 Novembre 2010		

1. Détail des épreuves

- 50 m, 100 m, 200, 400 m, 800 m (filles), 1500 m (garçons) nage libre,
- 100 m, 200 m dos,
- 100 m, 200 m brasse,
- 100 m, 200 m papillon,
- 200 m, 400 m 4 nages.
- Relais : 4 x 100 m 4 nages, 10 x 100 m nage libre.

2. Jury

L'organisation du jury est du ressort du Comité de la Manche selon les règles FFN.

3. Mode de qualification

15 équipes maximums

4. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au Comité de la Manche avant le 5 Novembre 2010, accompagnés des droits d'engagement (17 € par équipe).

5. Récompenses

Une coupe sera remise à chaque équipe sur le podium

6. Programme et horaires

Dimanche 15 Novembre à Lieu à déterminer OP ⁽¹⁾ 8h – DE ⁽¹⁾ 8h45	Dimanche 15 Novembre à Lieu à déterminer OP ⁽¹⁾ 14h – DE ⁽¹⁾ 14h45
10 x 100 Nage Libre Dames Messieurs	400 Nage Libre Messieurs
400 Nage Libre Dames	100 Dos Dames
100 Dos Messieurs	200 Dos Messieurs
200 Dos Dames	800 Nage Libre Dames
1500 Nage Libre Messieurs	50 Nage Libre Messieurs
50 Nage Libre Dames	100 Brasse Dames
100 Brasse Messieurs	200 Brasse Messieurs
200 Brasse Dames	100 Nage Libre Dames
100 Nage Libre Messieurs	200 Nage Libre Messieurs
200 Nage Libre Dames	100 Papillon Dames
100 Papillon Messieurs	200 Papillon Messieurs
200 Papillon Dames	200 4 Nages Dames
200 4 Nages Messieurs	400 4 Nages Messieurs
200 4 Nages Dames	4 x 100 4 Nages Dames
	4 x 100 4 Nages Messieurs
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves	

Championnat de la Manche BMCJS Hiver Open		
Samedi 21 Novembre 2009	Granville	25 m
Dimanche 22 Novembre 2009	Coutances	
Compétition d'animation	Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors-Seniors	
Engagements le 09 Novembre 2009		

1. Détail des épreuves

Samedi:

- 9 épreuves : 50 Papillon, 100 Dos, 100 Nage Libre, 200 4 Nages, 50 Brasse, 4 x 100 4 Nages, Finale 50 Papillon, 200 Brasse, Finale 100 Dos, Finale 100 Nage Libre, 200 Papillon, Finale 50 Brasse et 4 x 200 Nage Libre

Dimanche:

- 9 épreuves : 50 Nage Libre, 100 Brasse, 100 Papillon, 200 Nage Libre, 50 Dos, 4 x 100 Nage Libre, Finale 50 Nage Libre, 200 Dos, Finale 100 Brasse, Finale 100 Papillon, Finale 50 Dos et 400 Nage Libre

2. Jury

L'organisation du jury est du ressort du Comité de la Manche selon les règles FFN.

3. Mode de qualification

Les épreuves de 50m et 100m sont disputées par séries et finales :

- Finale benjamins
- Finales minimes,
- Finale cadets-juniors-seniors

Les épreuves de 200 m et 400 m sont disputées classements au temps.

400 NL limité à 6 séries : seront retenus les 10 meilleurs temps réels d'engagements pour les benjamin(e)s, les 10 meilleurs temps réels d'engagements pour les minimes, les 10 meilleurs temps réels d'engagements pour les cadet(te)s-juniors-seniors.

Les temps pris en compte pour les engagements doivent s'appuyer sur des performances réelles faites entre la saison 2009 et le 08 novembre 2009.

Le nombre d'épreuves individuelles par nageur est limité à 5 maxi par journée.

Les relais sont classés toutes catégories confondues, maximum 2 équipes filles et garçons par club.

Grille de qualification « Championnats de la Manche » voir page 29

4. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au Comité de la Manche le 9 Novembre 2009, accompagnés des droits d'engagement (3,50 € pour les épreuves individuelles)

5. Récompenses

Podiums à chaque finale.

Les podiums des séries des 200m et 400m sont récompensés par catégories d'âge correspondant aux finales.

Si plusieurs nageurs hors département accèdent aux finales, un seul pourra y participer.

Si un nageur hors département accède au podium, celui-ci sera récompensé ainsi que le 4^e nageur manchois.

6. Programme et horaires

Samedi 21 Novembre à Granville OP ⁽¹⁾ 8h30 – DE ⁽¹⁾ 9h15	Samedi 21 Novembre à Granville OP ⁽¹⁾ 14h – DE ⁽¹⁾ 14h45
50 Papillon 100 Dos 100 Nage Libre 200 4 Nages 50 Brasse 4 x 100 4 Nages	Finale 50 Papillon 200 Brasse Finale 100 Dos Finale 100 Nage Libre 200 Papillon Finale 50 Brasse 4 x 200 Nage Libre
(1) Ouverture des portes - (2) Début des épreuves	

Dimanche 22 Novembre à Coutances OP ⁽¹⁾ 8h30 – DE ⁽¹⁾ 9h15	Dimanche 22 Novembre à Coutances OP ⁽¹⁾ 14h – DE ⁽¹⁾ 14h45
50 Nage Libre 100 Brasse 100 Papillon 200 Nage Libre 50 Dos 4 x 100 Nage Libre	Finale 50 Nage Libre 200 Dos Finale 100 Brasse Finale 100 Papillon Finale 50 Dos 400 NL
(1) Ouverture des portes - (2) Début des épreuves	

Grilles championnats de la Manche 2010

Pour les championnats de la Manche hiver, la grille est plus accessible afin d'encourager plus de nageurs à participer.

Les temps sont basés sur la référence du 100 NL.

Les temps du papillon sont aussi plus accessibles dans le but d'encourager les nageurs, entraîneurs à participer d'avantage dans ce style.

Des nouvelles épreuves apparaissent comme le 1500 NL filles, le 1500 NL garçons benjamins.

A l'inverse, le 100m 4N disparaît ainsi que le 800m NL messieurs (benjamins à seniors).

Pour les championnats de la Manche été, le 400 NL est remis au programme.

Dames					Hiver 2009		Messieurs			
Benj 1	Benj 2	Minimes	Cadettes	Juniors-Seniors		Juniors-Seniors	Cadets	Minimes	Benj 2	Benj 1
43"60	41"30	38"90	37"60	36"10	50 NL	31"80	33"20	35"40	37"70	41"80
1'34"00	1'29"00	1'24"00	1'21"00	1'18"00	100 NL	1'10"00	1'13"00	1'18"00	1'23"00	1'32"00
3'22"40	3'11"60	3'00"80	2'54"40	2'47"90	200 NL	2'34"30	2'41"00	2'52"00	3'03"00	3'22"90
10 meilleurs temps		10 meil. Temps	10 meilleurs temps		400 NL	10 meilleurs temps		10 meil. Temps	10 meilleurs temps	
14'31"40	13'45"00	12'58"70	12'12"30	11'44"50	800 NL					14'56"50
< 22'30"00	< 22'30"00	< 22'30"00	< 22'30"00	< 22'30"00	1500 NL	21'03"90	22'01"30	24'09"80	25'42"80	28'30"00
49"30	46"70	44"00	42"50	40"90	50 Dos	36"00	37"60	40"10	42"70	47"40
1'46"30	1'40"70	1'35"00	1'31"60	1'28"20	100 Dos	1'19"30	1'22"70	1'28"30	1'34"00	1'44"20
3'47"40	3'35"40	3'23"20	3'15"90	3'08"60	200 Dos	2'52"20	2'59"60	3'11"70	3'24"10	3'46"30
55"00	52"00	49"10	47"40	45"60	50 Brasse	39"80	41"50	44"40	47"20	52"30
1'58"70	1'52"30	1'46"00	1'42"30	1'38"40	100 Brasse	1'27"60	1'31"40	1'37"60	1'43"90	1'55"10
4'16"60	4'02"80	3'49"10	3'41"20	3'32"70	200 Brasse	3'09"00	3'17"20	3'30"60	3'44"10	4'08"30
49"30	46"70	44"00	42"50	40"90	50 Pap	36"00	37"60	40"10	42"70	47"30
1'46"30	1'40"70	1'35"00	1'31"60	1'28"20	100 Pap	1'19"30	1'22"70	1'28"30	1'34"00	1'44"20
4'01"00	3'48"30	3'35"40	3'27"70	3'08"60	200 Pap	3'03"30	3'11"20	3'24"10	3'37"30	4'00"90
3'50"90	3'38"60	3'26"40	3'19"00	3'11"60	200 4N	2'54"10	3'01"50	3'14"00	3'26"40	3'48"80
8'07"60	7'41"70	7'15"80	7'00"00	6'44"60	400 4N	6'08"40	6'24"20	6'50"50	7'16"80	8'04"20

Dames					Été 2009		Messieurs			
Benj 1	Benj 2	Minimes	Cadettes	Juniors-Seniors		Juniors-Seniors	Cadets	Minimes	Benj 2	Benj 1
42"10	39"80	37"80	36"60	35"20	50 NL	30"90	32"30	34"10	36"30	39"10
1' 31"00	1' 26"00	1' 21"50	1' 19"00	1' 16"00	100 NL	1' 08"00	1' 11"00	1' 15"00	1' 20"00	1' 29"00
3' 16"00	3' 05"15	2' 55"50	2' 50"00	2' 43"60	200 NL	2' 29"80	2' 36"40	2' 45"20	2' 56"20	3' 14"00
10 meilleurs temps		10 meil. Temps	10 meilleurs temps		400 NL	10 meilleurs temps		10 meil. Temps	10 meilleurs temps	
48"50	45"90	43"50	42"20	40"60	50 Dos	36"00	37"70	39"90	42"50	47"00
1' 42"00	1' 36"60	1' 31"60	1' 28"80	1' 25"40	100 Dos	1' 16"90	1' 20"30	1' 24"80	1' 30"50	1' 40"00
3' 39"00	3' 26"50	3' 15"70	3' 09"70	3' 02"50	200 Dos	2' 46"90	2' 54"20	3' 04"00	3' 16"30	3' 37"00
52"30	49"90	47"30	45"90	44"10	50 Brasse	39"00	40"70	43"00	45"90	49"00
1' 53"00	1' 47"90	1' 42"30	1' 39"10	1' 35"30	100 Brasse	1' 25"00	1' 28"80	1' 33"75	1' 40"00	1' 49"00
4' 05"00	3' 53"10	3' 40"90	3' 34"00	3' 26"00	200 Brasse	3' 03"50	3' 11"60	3' 22"40	3' 35"90	3' 54"00
46"50	42"50	40"30	39"00	37"40	50 Pap	33"50	34"95	36"90	39"30	43"00
1' 41"00	1' 33"50	1' 28"60	1' 25"90	1' 22"60	100 Pap	1' 14"00	1' 17"20	1' 21"50	1' 27"00	1' 35"00
3' 42"00	3' 25"00	3' 14"30	3' 08"30	3' 01"20	200 Pap	2' 45"50	2' 52"50	3' 02"30	3' 14"50	3' 32"50
3' 41"00	3' 30"00	3' 19"00	3' 12"90	3' 05"60	200 4N	2' 49"00	2' 56"60	3' 06"50	3' 19"00	3' 30"00

Championnat de la Manche ½ Fond Open		
Dimanche 29 Novembre 2009	Les Pieux	25m
Compétition d'animation	Poussins 2, Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors-Seniors	
Engagements le 23 Novembre 2009		

1. Détail des épreuves

Dimanche :

- 3 épreuves : 800 Nage Libre, 1500 Nage Libre et 400 4 Nages

2. Jury

L'organisation du jury est du ressort du Comité de la Manche selon les règles FFN.

3. Mode de qualification

L'ensemble des classements s'effectue au temps.

Possibilité d'engager les filles au 1500 NL sous réserve de réaliser moins de 22 minutes 30 secondes.

Les garçons, des benjamins aux seniors, nagent le 1500 NL et non le 800 NL.

Les poussins garçons et filles nagent le 800 NL : Temps des benjamin(e)s 1

Grille de qualification « Championnats de la Manche Hiver » ci-après.

4. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au Comité de la Manche pour le 23 Novembre 2009 accompagnés des droits d'engagement (3,50 € par les épreuves individuelles)

5. Récompenses

Les podiums par catégories d'âge sont effectués à l'addition des points du 800 NL ou 1500 NL et du 400 4N.

Si un nageur hors département accède au podium, celui-ci sera récompensé ainsi que le 4^e nageur manchois.

6. Programme et horaires

Les séries du 800 NL et 1500 NL pourront être doublées en cas de nécessité.

Dimanche 29 Novembre 2009 OP ⁽¹⁾ 8h30 – DE ⁽¹⁾ 9h15	Dimanche 29 Novembre 2009 OP ⁽¹⁾ 14h – DE ⁽¹⁾ 14h45
800 Nage Libre Filles 1500 Nage Libre Filles 400 4 Nages Garçons	400 4 Nages Filles 800 Nage Libre Poussins G 1500 Nage Libre Garçons
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves	

1^{ère} Journée de District BMCJS		
Samedi 23 Janvier 2010	Centre :Saint-Lô	25 m
	Sud : Avranches	
Dimanche 24 Janvier 2010	Nord : Beaumont	
Compétition d'animation	Benjamins Minimes Cadets Juniors Seniors	
Engagements avant le 13 Janvier 2010		

1. Détail des épreuves

- Six épreuves : 100 Brasse, 200 Nage Libre, 50 Dos, 50 Nage Libre, 100 Dos et 200 4N

2. Mode de qualification

Les nageurs ne peuvent participer qu'à trois épreuves au maximum.

3. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au club avant le 13 Janvier 2010

4. Récompenses

Les podiums sont laissés à l'initiative du club organisateur.

5. Programme et horaires

Samedi 23 Janvier 2010 à Saint-Lô OP ⁽¹⁾ 19h – DE ⁽¹⁾ 19h45
Samedi 23 Janvier 2010 à Avranches OP ⁽¹⁾ 19h – DE ⁽¹⁾ 19h45
Dimanche 24 Janvier 2010 à Beaumont OP ⁽¹⁾ 13h – DE ⁽¹⁾ 13h45
100 Brasse 200 Nage Libre 50 Dos 50 Nage Libre 100 Dos 200 4 Nages
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves

2^{ème} Journée de District BMCJS		
Samedi 20 Mars 2010	Sud : Avranches	25 m
	Centre : Coutances	
Dimanche 21 Mars 2010	Nord : Octeville la Butte	
Compétition d'animation	Benjamins Minimes Cadets Juniors Seniors	
Engagements avant le 10 Mars 2010		

1. Détail des épreuves

- 6 épreuves : 100 Nage Libre, 200 Dos, 50 Papillon, 50 Brasse, 100 4 Nages et 200 Brasse

2. Mode de qualification

Les nageurs ne peuvent participer qu'à trois épreuves au maximum.

3. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au club organisateur avant le 10 Mars 2010

4. Récompenses

Les podiums de chaque épreuve sont récompensés par catégories d'âge.

5. Programme et horaires

Samedi 20 Mars 2010 à Avranches OP ⁽¹⁾ 19h – DE ⁽¹⁾ 19h45
Samedi 20 Mars 2010 à Coutances OP ⁽¹⁾ 19h – DE ⁽¹⁾ 19h45
Dimanche 21 Mars 2010 à Octeville OP ⁽¹⁾ 13h30 – DE ⁽¹⁾ 14h15
100 Nage Libre 200 Dos 50 Papillon 50 Brasse 100 4 Nages 200 Brasse
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves

Championnat de la Manche BMCJS Eté Open		
Samedi 03 Avril 2010	Avranches	25 m
Dimanche 04 Avril 2010	Coutances	
Compétition d'animation	Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors-Seniors	
Engagements le 22 Mars 2010		

1. Détail des épreuves

Samedi:

- 9 épreuves : 50 Papillon, 100 Dos, 100 Nage Libre, 200 4 Nages, 50 Brasse, 4 x 100 4 Nages, Finale 50 Papillon, 200 Brasse, Finale 100 Dos, Finale 100 Nage Libre, 200 Papillon, Finale 50 Brasse, 4 x 200 Nage Libre

Dimanche:

- 8 épreuves : 50 Nage Libre, 100 Brasse, 100 Papillon, 200 Nage Libre, 50 Dos, 4 x 100 Nage Libre, Finale 50 Nage Libre, 200 Dos, Finale 100 Brasse, Finale 100 Papillon, Finale 50 Dos, 400 Nage Libre

2. Jury

L'organisation du jury est du ressort du Comité de la Manche selon les règles FFN.

3. Mode de qualification

Les épreuves de 50m et 100m sont disputées par séries et finales :

- Finale benjamins
- Finales minimes,
- Finale cadets-juniors-seniors

Les épreuves de 200 m et 400 m sont disputées classements au temps.

400 NL limité à 6 séries : seront retenus les 10 meilleurs temps réels d'engagements pour les benjamin(e)s, les 10 meilleurs temps réels d'engagements pour les minimes, les 10 meilleurs temps réels d'engagements pour les cadet(te)s-juniors-seniors.

Les temps pris en compte pour les engagements doivent s'appuyer sur des performances réelles faites entre le 16 septembre 2009 et le 21 mars 2010.

Le nombre d'épreuves individuelles par nageur est limité à 5 maxi par journée.

Les relais sont classés toutes catégories confondues, maximum 2 équipes filles et garçons par club.

Grille de qualification « Championnats de la Manche Eté » voir page 26

4. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au Comité de la Manche le 22 Mars, accompagnés des droits d'engagement (3,50 € pour les épreuves individuelles)

5. Récompenses

Podiums à chaque finale.

Les podiums des séries des 200m et 400m sont récompensés par catégories d'âge correspondant aux finales.

Si plusieurs nageurs hors département accèdent aux finales, un seul pourra y participer.

Si un nageur hors département accède au podium, celui-ci sera récompensé ainsi que le 4^e nageur manchois.

6. Programme et horaires

Samedi 3 Avril 2010 à Avranches OP ⁽¹⁾ 8h30 – DE ⁽¹⁾ 9h15	Samedi 3 Avril 2010 à Avranches OP ⁽¹⁾ 14h – DE ⁽¹⁾ 14h15
50 Papillon 100 Dos 100 Nage Libre 200 4 Nages 50 Brasse 4 x 100 4 Nages	Finale 50 Papillon 200 Brasse Finale 100 Dos Finale 100 Nage Libre 200 Papillon Finale 50 Brasse 4 x 200 Nage Libre
(1) Ouverture des portes - (2) Début des épreuves	

Dimanche 4 Avril 2010 à Coutances OP ⁽¹⁾ 8h30 – DE ⁽¹⁾ 9h15	Dimanche 4 Avril 2010 à Coutances OP ⁽¹⁾ 14h – DE ⁽¹⁾ 14h45
50 Nage Libre 100 Brasse 100 Papillon 200 Nage Libre 50 Dos 4 x 100 Nage Libre	Finale 50 Nage Libre 200 Dos Finale 100 Brasse Finale 100 Papillon Finale 50 Dos 400 Nage Libre
(1) Ouverture des portes - (2) Début des épreuves	

Coupe de District		
Dimanche 27 Juin 2010	Carentan ou Brécey	25 m
Compétition d'animation	Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors-Seniors	
Engagements avant le 17 Juin 2010		

1. Détail des épreuves

- 12 épreuves : 200 4 Nages, 200 Dos, 50 Brasse, 50 Dos, 50 Papillon, 100 Nage Libre, 200 Brasse, 200 Nage Libre, 100 Papillon, 100 Dos, 100 Brasse, 50 Nage Libre

2. Jury

L'organisation du jury est du ressort du Comité de la Manche selon les règles FFN.

3. Mode de qualification

Sont autorisés à participer à cette compétition, les nageurs non qualifiés au Championnat de Normandie

Cette compétition est ouverte aux clubs d'été.

4. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au Comité de la Manche avant le 17 Juin 2010, accompagnés des droits d'engagement (3,50 € pour les épreuves individuelles)

5. Récompenses

Les podiums de chaque épreuve sont récompensés par catégories d'âge.

6. Programme et horaires

Dimanche 27 Juin à Carentan OP ⁽¹⁾ 8h30 – DE ⁽¹⁾ 9h15	Dimanche 27 Juin à Carentan OP ⁽¹⁾ 13h45 – DE ⁽¹⁾ 9h15
200 4 Nages	200 Brasse
200 Dos	200 Nage Libre
50 Brasse	100 Papillon
50 Dos	100 Dos
50 Papillon	100 Brasse
100 Nage Libre	50 Nage Libre
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves	

PROGRAMME MAITRES

1^{ère} Journée Départementale des Maîtres		
Mardi 20 Octobre 2009	Coutances	25 m
Compétition d'animation	Catégories des Maîtres	
Engagements avant le 1 Octobre 2009		

1. Détail des épreuves

- 3 épreuves : 50 Nage Libre, 100 Dos, 50 Brasse

2. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au club organisateur avant le 1 Octobre 2009

3. Récompenses

Les podiums de chaque épreuve sont récompensés par catégories d'âge.

4. Programme et horaires

Mardi 20 Octobre 2010 à Coutances OP ⁽¹⁾ 20h – DE ⁽¹⁾ 20h45
50 Nage Libre 100 Dos 50 Brasse
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves

2^{ème} Journée Départementale des Maîtres		
Samedi 6 Février 2010	Saint-Lô	25 m
Compétition d'animation	Catégories des Maîtres	
Engagements avant le 28 Janvier 2010		

1. Détail des épreuves

- 6 épreuves : 50 Papillon, 100 Nage Libre, 100 Brasse, 50 Dos, 50 Nage Libre, 4 x 50 Nage Libre Mixte

2. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au club organisateur avant le 28 Janvier 2010.

3. Récompenses

Les podiums de chaque épreuve sont récompensés par catégories d'âge.

4. Programme et horaires

Samedi 6 Février 2010 à Saint-Lô OP ⁽¹⁾ 19h30 – DE ⁽¹⁾ 20h15
50 Papillon 100 Nage Libre 100 Brasse 50 Dos 50 Nage Libre 4 x 50 Nage Libre Mixte
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves

Demi-Fond Maîtres		
Date limite 19 Décembre 2009		25 m
Compétition d'animation	Catégories des Maîtres	

1. Détail des épreuves

- 2 épreuves : 800 et 1500 Nage Libre

2. Modalité d'engagements

L'organisation des courses est à la charge des clubs sous condition de la présence de 2 clubs. Pour une meilleure gestion des officiels, il est souhaitable que ces épreuves se déroulent lors d'une organisation déjà en place (ex : 12 ou 13 décembre 2^{ème} journée district avenir poussins).

Championnat de la Manche des Maîtres		
Dimanche 20 Juin 2010	Cherbourg	25 m
Compétition d'animation	Catégories des Maîtres	
Engagements avant le 10 Juin 2010		

1. Détail des épreuves

- 11 épreuves : 50 Papillon, 50 Dos, 100 Brasse, 100 Nage Libre, 100 4 Nages, 200 Nage Libre, 100 Papillon, 100 Dos, 50 Brasse, 50 Nage Libre, 4 x 50 Nage Libre

2. Modalité d'engagements

Les engagements des clubs doivent être envoyés au Comité de la Manche avant le 10 Juin 2010 accompagnés des droits d'engagement (3,50 € pour les épreuves individuelles)

3. Récompenses

Les podiums de chaque épreuve sont récompensés par catégories d'âge.

4. Programme et horaires

Dimanche 20 Juin 2010 à Cherbourg OP ⁽¹⁾ 13h – DE ⁽¹⁾ 13h45
50 Papillon
50 Dos
100 Brasse
100 Nage Libre
100 4 Nages
200 Nage Libre
100 Papillon
100 Dos
50 Brasse
50 Nage Libre
4 x 50 Nage Libre
⁽¹⁾ Ouverture des portes - ⁽²⁾ Début des épreuves

RECORDS DE LA MANCHE

Fédération Française de Natation

Records de la Manche

Bassin de 50 m

Dames

Dernière mise à jour :
19 Juillet 2009

TYPES DE NAGES	DAMES	17 ans	16 ans	15 ans	14ans	13 ans	12 ans	11 ans	10 ans et moins
50 NL	LEDOUX P 27.18 CNPSL 11/04/09 St Raphaël	MAGITTERI C 28.02 CNPSL 26/03/04 Sarcelles	MAGITTERI C 28.02 CNPSL 26/03/04 Sarcelles	MAGITTERI C 28.29 CNPSL 07/02/03 St Germain en Laye	MAGITTERI C 28.61 CNPSL 22/07/02 Dunkerque	MAGITTERI C 28.84 CNPSL 2001	MAGITTERI C 29.57 CNPSL 2000	MAGITTERI C 33.48 CNSL 29/03/98 Nantes	MAGITTERI C 33.48 CNSL 29/03/98 Nantes
100 NL	LEDOUX P 1.00.70 CNPSL 23/02/08 Tours	MONNIER L 1.01.37 EVG 29/04/07 Dunkerque	LUCAS M 1.01.72 CNPSL 25/11/07 St Germain	MAGITTERI C 1.02.15 CNPSL 09/05/03 Amiens	MAGITTERI C 1.02.97 CNPSL 01/06/01 Vittel	MAGITTERI C 1.02.97 CNPSL 01/06/01 Vittel	MAGITTERI C 1.07.15 CNPSL 17/06/00 Caen	LUCAS A 1.20.66 30/03/03 Fecamp	MAGITTERI C 1.27.35 CNSL 25/05/97 Le Havre
200 NL	LUCAS M 2.09.78 CNPSL 30/05/09 Gd Couronne	LUCAS M 2.09.98 CNPSL 10/05/08 Montpellier	LUCAS M 2.11.43 CNPSL 25/03/06 Toulouse	LUCAS M 2.11.43 CNPSL 25/03/06 Toulouse	CHASLES L 2.17.73 ON 20/03/05 La Rochelle	COLONNA L 2.22.50 CN 13/07/86 Avranches	MAGITTERI C 2.27.45 CNPSL 18/06/00 Caen		
400 NL	LUCAS M 4.31.60 CNPSL 24/04/09 Montpellier	LUCAS M 4.31.65 CNPSL 29/06/08 Rouen	GONET E 4.38.79 CNPSL 15/06/03 Rouen	LUCAS M 4.40.87 CNPSL 21/07/06 Gd Couronne	LUCAS M 4.44.54 CNPSL 22/07/04 Blagnac	LEBRETON M 4.46.30 CN 1980	LUCAS M 5.10.01 CNC 31/05/02 Nancy	MAGITTERI C 5.54.58 CNSL 29/03/98 Nantes	MAGITTERI C 5.54.58 CNSL 29/03/98 Nantes
800 NL	LUCAS M 9.15.39 CNPSL 29/06/08 Rouen	LUCAS M 9.15.39 CNPSL 29/06/08 Rouen	LUCAS M 9.26.94 CNPSL 25/11/07 St Germain	GONET E 9.42.17 CNPSL 22/07/02 Dunkerque	LEBRETON M 9.42.50 CN 1980	LEBRETON M 9.42.50 CN 1980	LUCAS M 10.42.96 CNC 31/05/03 Nancy		
1500 NL	LUCAS M 18.50.74 CNPSL 12/03/06 Sarcelles	LUCAS M 18.50.74 CNPSL 12/03/06 Sarcelles	LUCAS M 18.50.74 CNPSL 12/03/06 Sarcelles	LUCAS M 18.50.74 CNPSL 12/03/06 Sarcelles	LEFRANC M 19.42.20 CNPSL 22/12/02 Amiens				
50 DOS	PIGNOLET E 31.09 CNPSL 1994 Lille	PIGNOLET E 31.09 CNPSL 1994 Lille	PIGNOLET E 31.09 CNPSL 1994 Lille	PIGNOLET E 31.42 CNSL 19/06/93 Argentan	PIGNOLET E 32.54 CNSL 10/04/92 Tarbes	PIGNOLET E 32.61 CNSL 22/03/91 Dunkerque	RABU P 36.87 EVG 15/06/02 Gd Couronne	MILARET A 44.52 CNSL 25/05/97 Le Havre	
100 DOS	PIGNOLET E 1.07.14 CNPSL 28/05/94 Gd Couronne	PIGNOLET E 1.07.14 CNPSL 28/05/94 Gd Couronne	PIGNOLET E 1.07.14 CNPSL 28/05/94 Gd Couronne	LUCAS A 1.09.55 CNPSL 22/07/05 Blagnac	JOLLY L 1.10.52 CNPSL 2/06/07 Laval	JOLLY L 1.10.52 CNPSL 2/06/07 Laval	MAGITTERI C 1.16.09 CNPSL 21/06/00 Neufchateau	PIGNOLET E 1.21.67 CNSL 1989	MILARET A 1.39.83 CNPSL 14/04/96 Nantes
200 DOS	LUCAS A 2.22.96 CNPSL 23/07/07 Metz	LUCAS A 2.22.96 CNPSL 23/07/07 Metz	LUCAS A 2.26.17 CNPSL 23/07/06 Gd Couronne	PIGNOLET E 2.30.17 CNSL 13/06/93 Caen	JOLLY L 2.31.31 CNPSL 2/06/07 Laval	JOLLY L 2.31.31 CNPSL 2/06/07 Laval	PIGNOLET E 2.46.81 CNPSL 12/07/90 Bourges		
50 BRA	JOLLY L 35.28 CNPSL 16/07/09 Amiens	JOLLY L 35.28 CNPSL 16/07/09 Amiens	JOLLY L 35.28 CNPSL 16/07/09 Amiens	JOLLY L 35.28 CNPSL 16/07/09 Amiens	MAGITTERI C 35.82 CNPSL 22/12/02 Amiens	MAGITTERI C 36.05 CNSL 16/11/01	TARDIVEL C 39.92 ASCN 01/06/02 Vittel	MILARET A 46.69 CNSL 25/05/97 Le Havre	MAGITTERI C 50.13 CNSL 25/05/97 Le Havre

100 BRA	LUCAS M 1.16.82 CNPSL 30/05/09 Gd Couronne	JOLLY L 1.17.04 CNPSL 17/07/09 Amiens	JOLLY L 1.17.04 CNPSL 17/07/09 Amiens	JOLLY L 1.17.04 CNPSL 17/07/09 Amiens	MAGITTERI C 1.18.53 CNPSL 22/07/02 Dunkerque	MAGITTERI C 1.19.98 CNPSL 2001	CANIOU P 1.27.88 CNA 31/05/03 Nancy	MAGITTERI C 1.35.71 CNPSL 23/05/99 Le Havre	SERVANT C 1.44.72 ASCN 01/04/01 Fécamp
200 BRA	LUCAS M 2.44.20 CNPSL 31/05/09 Gd Couronne	LUCAS M 2.44.92 CNPSL 29/06/08 Rouen	JOLLY L 2.45.25 CNPSL 18/07/09 Amiens	JOLLY L 2.45.25 CNPSL 18/07/09 Amiens	JOLLY L 2.50.85 CNPSL 25/05/08 Massy	MAGITTERI C 2.54.98 CNPSL 18/11/01 Amiens	MAGITTERI C 3.03.17 CNPSL 17/06/2000 Caen		
50 P PAP	LUCAS M 29.84 CNPSL 22/04/09 Montpellier	LUCAS A 29.89 CNPSL 20/01/07 St Germain en Laye	LUCAS A 30.47 CNPSL 24/06/06 Gd Couronne	LUCAS M 30.50 CNPSL 29/01/06 Amiens	LUCAS M 31.88 CNPSL 19/07/05 Blagnac	CHASLES L 32.16 ON 05/06/04 Vittel	MENARD C 32.85 EVG 18/05/07 Chalon s/saône	LORD P 43.64 ASCH 28/06/09 Chalon en Champagne	
100 PAP	LUCAS M1.05.31CNPS L31/05/09Gd Couronne	BRIOUT P1.05.89CNPS L01/07/07Rou en	BRIOUT P 1.07.9224/06/0 6 CNPSLGd Couronne	BRIOUT P 1.08.56 CNPSL 07/05/05 Antibes	BRIOUT R1.09.92CNPS L10/05/08Mont pellier	CHASLES L1.11.07ON 05/06/04 Vittel	MENARD C1.15.25 EVG 07/04/07 Chalon	MAGITTERI C 1.26.96 CNPSL 23/05/99 Le Havre	MAGITTERI C 1.42.23 CNSL 25/05/97Le Havre
200 PAP	BRIOUT P 2.29.19 CNPSL 01/07/07 Rouen	BRIOUT P 2.29.19 CNPSL 01/07/07 Rouen	BRIOUT P 2.30.00 CNPSL 17/06/05 Paris	BRIOUT P 2.30.00 CNPSL 17/06/05 Paris	BRIOUT R 2.36.98 CNPSL 20/07/08 Lille	MENARD C 2.46.25 EVG 01/05/08 St Malo	MENARD C 2.50.34 EVG 07/04/07 Chalon		
200 4 N	LUCAS M 2.23.92 CNPSL 21/05/09 Chalon sur Saône	LUCAS M 2.24.21 CNPSL 22/07/08 Lille	LUCAS M 2.24.28 CNPSL 26/05/07 Mennecy	LUCAS M 2.24.74 CNPSL 19/07/06 Gd Couronne	LUCAS M 2.25.95 CNPSL 19/07/05 Blagnac	JOLLY L 2.33.85 CNPSL 25/11/07 Amiens	MAGITTERI C 2.45.05 CNPSL 21/05/00 Neufchateau	MAGITTERI C 3.05.71 CNSL 29/03/98 Nantes	MAGITTERI C 3.05.71 CNSL 29/03/98 Nantes
400 4 N	LUCAS M 4.59.55 CNPSL 26/05/07 Mennecy	LUCAS M 4.59.55 CNPSL 26/05/07 Mennecy	LUCAS M 4.59.55 CNPSL 26/05/07 Mennecy	LUCAS M 5.06.50 CNPSL 21/07/06 Gd Couronne	LUCAS M 5.14.83 CNPSL 21/07/05 Blagnac	JOLLY L 5.23.61 CNPSL 2/06/07 Laval	MAGITTERI C 5.52.20 CNPSL 21/05/00 Vittel		
4 x 100 NL	CNPSL 4.12.92 25/07/04	CNPSL 4.12.92 25/07/04	CNPSL 4.20.55 15/06/02 Grand Couronne	CNPSL 4.20.55 15/06/02 Grand Couronne	EV Granville 4.46.90 18/05/07 Chalon s/Saône				
4 x 200 NL	EV Granville 9.26.21 06/06	EV Granville 9.26.21 06/06 Grand Couronne	CNPSL 9.33.08 15/06/02 Grand Couronne	CNPSL 9.33.08 15/06/02 Grand Couronne					
10 x 100 NL									
4 x 100 4 N	CNPSL 4.41.55 30/05/09 Gd Couronne	CNPSL 4.42.72 26/07/04 Mennecy	CNPSL 4.47.27 18/07/08 Lille	CNPSL 4.47.27 18/07/08 Lille	EV Granville 5.26.02 18/05/07 Chalon s/Saône				

Fédération Française de Natation

Records de la Manche

Messieurs

Bassin de 50 m

Dernière mise à jour :
19 Juillet 2009

TYPES DE NAGES	MESSIEURS	17 ans	16 ans	15 ans	14 ans	13 ans	12 ans	11 ans	10 ans et moins
50 NL	HOUSSIN R 24.76 CNPSL 10/05/08 Montpellier	HOUSSIN R 24.76 CNPSL 10/05/08 Montpellier	QUESNEL V 25.23 CNC 15/06/03 Rouen	QUESNEL V 25.85 CNC 15/06/02 Gd Couronne	LEBREUILLY B 26.84 CNC 08/05/99 Versailles	LEBREUILLY B 27.69 CNC 20/06/98 Caen	LE BRAS JB 30.97 CNPSL 07/03/04 Nantes	LE BRAS JB 31.92 CNPSL 23/03/03 Nantes	HUC F 35.16 CNPSL 07/03/04 Nantes
100 NL	HOUSSIN R 54.00 CNPSL 23/07/08 Lille	HOUSSIN R 54.00 CNPSL 23/07/08 Lille	HOUSSIN R 55.67 CNPSL 1/07/07 Rouen	QUESNEL V 56.03 CNC 29/06/02 Limoges	ROSEC V 59.81 CNPSL 17/07/08 Lille	LEBREUILLY B 1.00.81 CNC 12/04/98 Toulouse	LEBREUILLY B 1.07.11 CNC 27/04/97 Versailles	LACHETEAU F 1.15.48 ASCH 28/06/09 Chalon en Champagne	ROULAND T 1.25.92 ASCN 01/04/01 Fécamp
200 NL	GRESSELIN G 1.59.33 CNPSL 23/07/01 Mennecey	GRESSELIN G 1.59.95 CNPSL 26/01/02	TOULALAN B 2.01.87 CNPSL 25/07/02 Dunkerque	HOUSSIN R 2.06.08 CNPSL 21/07/06 Gd Couronne	VILLETTE F 2.10.60 CN 13/07/86	VILLETTE F 2.16.79 CN 21/07/85 Rennes	LACHETEAU F 2.46.04 ASCH 28/06/09 Chalon en Champagne	LACHETEAU F 2.46.04 ASCH 28/06/09 Chalon en Champagne	
400 NL	GRESSELIN G 4.10.59 CNPSL 25/06/05 Caen	GRESSELIN G 4.14.96 CNPSL 26/01/03	GRESSELIN G 4.20.12 CNPSL 15/06/02 Gd Couronne	JORET M 4.29.64 CNPSL 28/06/03 La Rochelle	LE BRAS JB 4.36.59 CNPSL 15/04/06 Mennecey	VILLETTE F 4.50.99 CN 20/07/85 Rennes	LE BRAS JB 5.09.42 CNPSL 06/03/04 Nantes	LE BRAS JB 5.20.75 CNPSL 22/03/03 Nantes	MANCEL Q 6.11.37 ON 06/03/04 Nantes
800 NL	GRESSELIN G 8.43.73 CNPSL 12/03/06 Sarcelles	GRESSELIN G 8.50.22 CNPSL 14/06/03 Rouen	JORET M 9.10.78 CNPSL 26/07/04 Mennecey	FERRAND M 9.20.85 EVG 9/05/08 Montpellier	GRESSELIN G 9.34.07 CNPSL 29/04/00 Angers	VILLETTE F 10.06.88 CN 21/07/85 Rennes	CHARLES G 11.08.91 CN 06/91	CHARLES G 21.08.66 CN 06/93	
1500 NL	GRESSELIN G 16.41.03 CNPSL 18/03/05 Sarcelles	GRESSELIN G 16.54.09 CNPSL 14/07/03 Dunkerque	GRESSELIN G 17.02.52 CNPSL 29/06/02 Limoges	JORET M 17.39.74 CNPSL 14/07/03 Dunkerque	HOUSSIN R 18.08.76 CNPSL 19/07/05 Blagnac	VILLETTE F 19.04.24 CN 21/07/85 Rennes	CHARLES G 21.08.66 CN 06/93	CHARLES G 21.08.66 CN 06/93	
50 DOS	LE BRAS JB 27.83 CNPSL 23/05/09 Chalon sur Saône	LE BRAS JB 27.83 CNPSL 23/05/09 Chalon sur Saône	LE BRAS JB 27.93 CNPSL 25/05/08 Massy	LE BRAS JB 28.33 CNPSL 20/07/07 Metz	LE BRAS JB 28.87 CNPSL 21/07/06 Gd Couronne	LE BRAS JB 30.38 CNPSL 26/06/05 Caen	LE BRAS JB 33.38 CNPSL 06/06/04 Vittel	BERNARD F 38.55 EVG 1999	VENRIES L 47.13 CNPSL 25/05/97 Le Havre
100 DOS	LE BRAS JB 59.71 CNPSL 23/07/08 Lille	LE BRAS JB 59.71 CNPSL 23/07/08 Lille	LE BRAS JB 59.71 CNPSL 23/07/08 Lille	LE BRAS JB 1.01.38 CNPSL 21/07/07 Metz	LE BRAS JB 1.02.91 CNPSL 21/07/06 Gd Couronne	LE BRAS JB 1.07.67 CNPSL 25/06/05 Caen	LE BRAS JB 1.13.20 CNPSL 05/06/04 Vittel	BERNARD F 1.25.79 EVG 23/05/99 Le Havre	ROULAND T 1.44.52 ASCN 01/04/01 Fécamp
200 DOS	LE BRAS JB 2.10.56 CNPSL 27/06/08 Chypre	LE BRAS JB 2.10.56 CNPSL 27/06/08 Chypre	LE BRAS JB 2.10.56 CNPSL 27/06/08 Chypre	LE BRAS JB 2.12.02 CNPSL 19/07/07 Metz	LE BRAS JB 2.18.12 CNPSL 20/07/06 Gd Couronne	LE BRAS JB 2.30.61 CNPSL 26/06/05 Caen	LE BRAS JB 2.44.62 CNPSL 13/06/04 Rouen	DUDOUIT E 3.14.59 ASCH 28/06/09 Chalon en Champagne	
50 BRA	LEFEBVRE J 31.21 CNPSL 14/12/03 Nantes	DESLANDES A 31.88 CNPSL 20/03/05 La Rochelle	LOIROT J 32.40 CNPSL 25/07/05 Millau	BEAUSIRE B 33.41 EVG 14/06/08 Laval	FAUCHARD J 35.18 ASCN 17/06/07 St Malo	FAUCHARD J 36.68 ASCN 03/06/06 St Raphael	FAUCHARD J 40.39 ASCN 04/06/05 Vittel	GRESSELIN G 45.50 CNPSL 25/05/97 Le Havre	VENRIES L 56.83 CNPSL 25/05/97 Le Havre

100 BRA	DESLANDES A 1.07.35 CNPSL 17/06/05 Paris	DESLANDES A 1.07.35 CNPSL 17/06/05 Paris	MORICET C 1.09.80 CNPSL 22/07/07 Metz	BAEHR G 1.11.86 CNSL 25/03/94 St Malo	LOIROT J 1.14.28 CNPSL 14/12/03 Nantes	LEBREUILLY B 1.18.36 CNC 21/06/98 Caen	LEBREUILLY B 1.18.88 CNC 1997	FEREY P 1.41.11 ASCH 28/06/09 Chalon en Champagne	ROULAND T 1.50.44 ASCN 01/04/01 Fécamp
200 BRA	BAEHR G 2.28.09 CNPSL 24/03/93 Gd Couronne	BAEHR G 2.28.09 CNPSL 24/03/93 Gd Couronne	BAEHR G 2.30.14 CNPSL 28/07/95 Mulhouse	BAEHR G 2.33.22 CNPSL 26/03/94 St Malo	BAEHR G 2.37.78 CNSL 10/07/93 Rouen	COQUOIN C 3.04.69 CN 16/06/84 Caen			
50 PAP	HOUSSIN R 26.67 CNPSL 23/07/08 Lille	HOUSSIN R 26.67 CNPSL 23/07/08 Lille	QUESNEL V 26.95 CNC 22/07/02 Dunkerque	QUESNEL V 26.95 CNC 22/07/02 Dunkerque	COYETTE T 28.71 CNPSL 29/03/09 Rennes	COYETTE T 30.01 CNPSL 14/06/08 Le Havre	LE BRAS JB 31.74 CNPSL 05/06/04 Vittel	FEREY P 41.80 ASCH 28/06/09 Chalon en Champagne	
100 PAP	HOUSSIN R 58.22 CNSPL 22/07/08 Lille	HOUSSIN R 58.22 CNSPL 22/07/08 Lille	HOUSSIN R 59.47 CNSPL 25/11/07 St Germain	LE BRAS JB CNPSL 1.01.50 01/07/07 Rouen	LE BRAS JB 1.04.14 CNPSL 15/04/06 Mennecy	DEWUEZ M 1.07.78 CNSL 08/12/96 St Malo	LE BRAS JB 1.11.79 CNPSL 05/06/04 Vittel	FEREY P 1.31.19 ASCH 28/06/09 Chalon en Champagne	ROULAND T 1.45.20 ASCN 01/04/01 Fécamp
200 PAP	LE BRAS JB 2.13.72 CNPSL 30/03/08 Amiens	LE BRAS JB 2.13.72 CNPSL 30/03/08 Amiens	LE BRAS JB 2.13.72 CNPSL 30/03/08 Amiens	LE BRAS JB 2.14.56 CNPSL 21/07/07 Metz	PATAULT R 2.19.26 CNPSL 18/07/09 Amiens	DEWUEZ M 2.42.92 CNSL 25/05/96 Gd Couronne	LE BRAS JB 2.51.42 CNPSL 12/06/04 Rouen		
200 4 N	LEBREUILLY B 2.16.32 CNC 9/02/03 St Germain en Laye	LEBREUILLY B 2.17.23 CNC 25/07/02 Dunkerque	LEBREUILLY B 2.19.56 CNC 30/06/01 Laval	LEBREUILLY B 2.19.82 CNC 30/04/00 Angers	LEBREUILLY B 2.23.90 CNC 08/05/99 Versailles	LEBREUILLY B 2.28.72 CNC 1998	LE BRAS JB 2.44.48 CNPSL 07/03/04 Nantes	LE BRAS JB 2.54.83 CNPSL 23/03/03 Nantes	HUC F 3.16.84 CNPSL 07/03/04 Nantes
400 4 N	GRESSELIN G 4.52.62 CNPSL 18/12/04 Lyon	LEROUX M 4.59.08 CNPSL 17/07/09 Amiens	LEROUX M 4.59.08 CNPSL 17/07/09 Amiens	LEROUX M 4.59.08 CNPSL 17/07/09 Amiens	LEROUX M 5.12.70 CNPSL 19/07/08 Lille	LE BRAS JB 5.20.70 CNPSL 05/06/05 Vittel		FEREY P 6.29.60 ASCH 28/06/09 Chalon en Champagne	
4 x 100 NL	CNPSL 3.52.16 15/06/03	CNPSL 3.52.16 15/06/03 Rouen		CNPSL 3.58.77 21/07/06 Gd Couronne					
4 x 200 NL	CN 8.53.96 03/00	Octeville Natation 9.39.97 25/06/05 Caen							
10 x 100 NL									
4 x 100 4 N	CNPSL 4.09.84 22/07/07 Metz	CNPSL 4.09.84 22/07/07 Metz		CNPSL 4.19.86 19/07/06 Gd Couronne					

Fédération Française de Natation

Records de la Manche

BASSIN DE 25 MET
50 M

Dames

Dernière mise à jour :
19 Juillet 2009

TYPES DE NAGES	DAMES	17 ans	16 ans	15 ans	14 ans	13 ans	12 ans	11 ans	10 ans et moins
50 NL	LEDOUX P 26.44 CNPSL 05/04/08 St Lô	MAGITTERI C 27.43 CNSL 24/11/02 Rouen	MAGITTERI C 27.43 CNSL 24/11/02 Rouen	MAGITTERI C 27.43 CNSL 24/11/02 Rouen	MAGITTERI C 27.43 CNSL 24/11/02 Rouen	MAGITTERI C 28.58 CNSL 06/05/01 L'Aigle	MAGITTERI C 29.09 CNSL 26/11/00 Caen	MAGITTERI C 30.44 CNSL 27/12/99 St Lô	MAGITTERI C 32.63 CNSL 18/10/98 St Lô
100 NL	LEDOUX P 58.75 CNPSL 20/12/08 St Lô	MONNIER L 59.55 EVG 28/12/07 St Lô	LUCAS M 59.72 CNPSL 22/12/07 St Lô	LUCAS M 1.00.20 CNPSL 17/12/06 Caen	LUCAS M 1.01.04 CNPSL 18/12/05 Rouen	MAGITTERI C 1.02.22 CNSL 10/06/01 St Lô	MAGITTERI C 1.04.12 CNSL 00	MAGITTERI C 1.07.61 CNSL 99	MAGITTERI C 1.12.01 CNSL 98
200 NL	LUCAS M 2.08.89 CNPSL 10/03/07 Coutances	LUCAS M 2.08.89 CNPSL 10/03/07 Coutances	LUCAS M 2.08.89 CNPSL 10/03/07 Coutances	LUCAS M 2.09.52 CNPSL 29/12/06 St Lô	LUCAS M 2.10.10 CNPSL 22/12/05 St Lô	JOLLY L 2.17.63 CNPSL 28/12/07 St Lô	BALANCHE K 2.20.26 CNPSL 28/12/08 St Lô	MAGITTERI C 2.28.55 CNSL 99	MAGITTERI C 2.42.97 CNSL 18/10/98 St Lô
400 NL	LUCAS M 4.28.06 CNPSL 22/12/07 St Lô	LUCAS M 4.28.06 CNPSL 22/12/07 St Lô	LUCAS M 4.28.06 CNPSL 22/12/07 St Lô	LUCAS M 4.30.97 CNPSL 29/12/05 La Réunion	LUCAS M 4.30.97 CNPSL 29/12/05 La Réunion	LEBRETON M 4.46.30 CN 80	LUCAS M 4.55.59 CNC 07/12/03 Brest	LEBRETON M 5.20.00 CH 78	LUCAS M 5.45.22 CNC 16/12/01 Octeville
800 NL	LUCAS M 9.06.49 CNPSL 04/11/07 Coutances	LUCAS M 9.06.49 CNPSL 04/11/07 Coutances	LUCAS M 9.06.49 CNPSL 04/11/07 Coutances	LUCAS M 9.24.02 CNPSL 05/11/06 Les Pieux	LEBRETON M 9.42.50 CN 80	LEBRETON M 9.42.50 CN 80	BALANCHE K 9.55.36 CNPSL 21/12/08 St Lô	LEBRETON M 10.53.80 CN 78	MAGITTERI C 11.45.56 CNSL 98
1500 NL	LEBRETON M 18.14.80 CN 84	BOURDON N 18.44.64 CN 95	BOURDON N 18.44.64 CN 95	LUCAS M 18.50.74 CNPSL 12/03/06 Sarcelles	JEAN B 19.30.26 CN 93	DUPONT S 20.09.84 CNC 85	DUPONT S 20.18.95 CNC 84	DUPONT S 21.39.60 CNC 83	
50 DOS	PIGNOLET E 30.34 CNSL 29/10/95 Bernissart	PIGNOLET E 30.73 CNSL 11/02/95 Caen	PIGNOLET E 30.77 CNSL 05/02/94 Caen	PIGNOLET E 30.75 CNSL 21/12/93 St Lô	LUCAS A 32.01 CNPSL 28/12/04 Arras	JOLLY L 32.63 CNPSL 07/07 Hongrie	PIGNOLET E 33.30 CNSL 10/11/90 St Lô	PIGNOLET E 36.11 CNSL 18/11/89 Cherbourg	LUCAS M 40.83 CNC 4/11/01 Cherbourg
100 DOS	LAURENCE C 1.04.43 CNPSL 29/01/05 St Lô	PIGNOLET E 1.05.65 CNSL 93	PIGNOLET E 1.05.65 CNSL 93	PIGNOLET E 1.05.65 CNSL 93	PIGNOLET E 1.07.81 CNSL 92	PIGNOLET E 1.09.12 CNSL 91	PIGNOLET E 1.12.03 CNSL 90	MAGITTERI C 1.15.29 CNSL 99	MAGITTERI C 1.22.40 CNSL 1998
200 DOS	LAURENCE C 2.19.50 CNPSL 05/12/04 Rouen	LAURENCE C 2.19.50 CNPSL 05/12/04 Rouen	LUCAS A 2.19.57 CNPSL 02/12/06 Istres	LUCAS A 2.21.02 CNPSL 19/11/05 Avranches	LUCAS M 2.23.95 CNPSL 22/12/05 St Lô	JOLLY L 02.30.01 CNPSL 07/07 Hongrie	PIGNOLET E 2.37.64 CNSL 18/12/90 St Lô	LUCAS M 2.43.61 CNC 28/12/02 St Lô	MAGITTERI C 2.56.56 CNSL 98
50 BRA	LEBOUVIER 34.71 CNC 84	JOLLY L 35.28 CNPSL 16/07/09 Amiens	JOLLY L 35.28 CNPSL 16/07/09 Amiens	JOLLY L 35.28 CNPSL 16/07/09 Amiens	JOLLY L 35.43 CNSL 06/12/08 Rouen	MAGITTERI C 36.05 CNSL 16/11/01	TARDIVEL C 38.78 ASCN 17/11/02 Cherbourg	TARDIVEL C 40.04 ASCN 04/11/01 Cherbourg	TARDIVEL C 43.00 ASCN 2000

100 BRA	LUCAS M 1.15.03 CNPSL 11/03/07 Coutances	LUCAS M 1.15.03 CNPSL 11/03/07 Coutances	LUCAS M 1.15.03 CNPSL 11/03/07 Coutances	JOLLY L 1.15.20 CNPSL 27/12/08 St Lô	JOLLY L 1.15.20 CNPSL 27/12/08 St Lô	JOLLY L 1.16.77 CNPSL 22/12/07 St Lô	LUCAS M. 1.21.57 CNC 07/12/03 Brest	MAGITTERI C 1.27.60 CNLS 99	SERVANT C 1.32.28 17/11/01
200 BRA	LUCAS M 2.38.59 CNPSL 10/03/07 Coutances	LUCAS M 2.38.59 CNPSL 10/03/07 Coutances	LUCAS M 2.38.59 CNPSL 10/03/07 Coutances	JOLLY L 2.41.45 CNPSL 20/12/08 St Lô	JOLLY L 2.41.45 CNPSL 20/12/08 St Lô	JOLLY L 2.44.93 CNPSL 22/12/07 St Lô	LUCAS M. 2.55.16 CNC 22/11/03 St Lô	MAGITTERI C 3.07.42 CNLS 99	COLONNA N 3.20.71 CH 80
50 P PAP	LUCAS M 29.84 CNPSL 22/04/09 Montpellier	LUCAS A 29.89 CNPSL 20/01/07 St Germain en Laye	BRIOUT P 30.22 CNPSL 20/05/06 Granville	LUCAS M 30.50 CNPSL 29/01/06 Amiens	BRIOUT P 31.57 CNPSL 28/12/04 Arras	CHASLES L 31.91 ON 16/05/04 Les Pieux	MENARD C 32.85 EVG 18/05/07 Chalon s/saône	MENARD C 34.79 EVG 28/12/06 St Lô	MENARD C 41.06 EVG 11/12/05 Octeville
100 PAP	LUCAS M 1.05.31 CNPSL 31/05/09 Gd Couronne	LUCAS M 1.05.45 CNPSL 27/12/08 St Lô	LUCAS M 1.05.66 CNPSL 28/12/07 St Lô	BRIOUT P 1.06.63 CNPSL 18/12/05 Rouen	LUCAS M 1.08.28 CNPSL 11/11/05 Rouen	BRIOUT R 1.09.97 CNPSL 28/12/07 St Lô	CHASLES L 1.10.97 ON 27/12/03 Saint-Lô	MENARD C 1.16.60 EVG 28/12/06 St Lô	MAGITTERI C 1.29.36 CNLS 18/10/98 St Lô
200 PAP	LUCAS M 2.23.03 CNPSL 28/12/07 St Lô	LUCAS M 2.23.03 CNPSL 28/12/07 St Lô	LUCAS M 2.23.03 CNPSL 28/12/07 St Lô	BRIOUT P 2.26.52 CNPSL 23/12/05 St Lô	BRIOUT R 2.29.83 CNLS 06/12/08 Rouen	BRIOUT R 2.34.16 CNPSL 28/12/07 St Lô	MENARD C 2.40.98 EVG 28/12/07 St Lô	MENARD C 2.54.58 EVG 28/12/06 St Lô	MENARD C 3.20.10 EVG 18/12/05 B. Hague
200 4 N	LUCAS M 2.19.41 CNPSL 08/12/07 Nimes	LUCAS M 2.19.41 CNPSL 08/12/07 Nimes	LUCAS M 2.19.41 CNPSL 08/12/07 Nimes	LUCAS M 2.23.82 CNPSL 02/12/06 Istres	LUCAS M 2.25.03 CNPSL 02/12/05 Chalon s/ saône	JOLLY L 2.32.39 CNPSL 18/03/07 Caen	LUCAS M. 2.41.55 CNC 22/11/03 Saint-Lô	LUCAS M. 2.50.37 CNC 18/12/02 Cherbourg	MAGITTERI C 3.01.95 CNLS 12/12/98 Coutances
400 4 N	LUCAS M 4.57.31 CNPSL 22/12/07 St Lô	LUCAS M 4.57.31 CNPSL 22/12/07 St Lô	LUCAS M 4.57.31 CNPSL 22/12/07 St Lô	LUCAS M 5.00.30 CNPSL 17/12/06 Caen	LUCAS M 5.04.09 CNPSL 18/12/05 Rouen	JOLLY L 5.20.41 CNPSL 02/12/07 Hérouville St Clair	LUCAS M 5.35.13 CNC 11/11/03 Coutances	LUCAS M. 6.01.19 CNC 08/12/02 Cherbourg	MAGITTERI C 6.30.32 CNLS 98
4 X 100 NL	CNP SAINT-LO 4.06.00 22/12/07 St Lô		CN SAINT-LO 4.14.27 02		CNP SAINT-LO 4.28.36 31/05/09 St Lô		CN SAINT-LO 5.07.49 99		
4 x 200 NL	CN SAINT-LO 9.11.43 93		CN SAINT-LO 9.28.26 26/04/09 Cherbourg		CN SAINT-LO 9.53.34 24/11/01 Avranches		CNP SAINT-LO 10.37.03 15/11/08 Octeville		
10 x 100 NL	CNP SAINT-LO 10.33.57 04/12/04 Rouen		CN SAINT-LO 11.36.07 93		CN SAINT-LO 12.40.08 92		CN COUTANCES 13.49.85 08/12/02 Cherbourg		
4 x 100 4 N	CNP SAINT-LO 4.27.69 21/12/08 St Lô		CNP SAINT-LO 4.45.59 08/06/08 Bolbec		CNP SAINT-LO 4.56.45 31/05/09 St Lô		CNP SAINT-LO 5.41.32 16/11/08 Les Pieux		

Fédération Française de Natation

Records de la Manche

**BASSIN DE 25 M
ET 50 M**

Messieurs

Dernière mise à jour :
26 Avril 2009

TYPES DE NAGES	MESSIEURS	17 ans	16 ans	15 ans	14 ans	13 ans	12 ans	11 ans	10 ans et moins
50 NL	HOUSSIN R 23.88 CNPSL 28/12/07 St Lô	HOUSSIN R 23.88 CNPSL 28/12/07 St Lô	HOUSSIN R 23.88 CNPSL 28/12/07 St Lô	HOUSSIN R 24.53 CNPSL 28/12/06 St Lô	HOUSSIN R 25.54 CNPSL 22/12/05 St Lô	LEBREUILLY B 26.29 CNC 27/12/98 St Lô	LEBREUILLY B 27.80 CNC 21/12/97 Coutances	LE BRAS JB 30.24 CNSL 27/12/03 St Lô	LE BRAS JB 31.85 CNSL 11/11/02 Grand Quevilly
100 NL	HOUSSIN R 52.27 CNPSL 20/12/08 St Lô	HOUSSIN R 52.27 CNPSL 20/12/08 St Lô	HOUSSIN R 52.35 CNPSL 28/12/07 St Lô	HOUSSIN R 53.88 CNPSL 28/12/06 St Lô	HOUSSIN R 56.21 CNPSL 23/12/05 St Lô	LEBREUILLY B 57.62 CNC 98	LEBREUILLY B 01.01.35 CNC 97	LE BRAS JB 1.05.76 CNSL 23/11/03 Coutances	LE BRAS JB 1.10.05 CNSL 29/12/02 St Lô
200 NL	GRESSELIN G 1.55.85 CNPSL 04/12/05 St Lô	HOUSSIN R 1.57.16 CNPSL 28/12/06 St Lô	HOUSSIN R 1.57.16 CNPSL 28/12/06 St Lô	HOUSSIN R 1.57.16 CNPSL 28/12/06 St Lô	LE BRAS JB 2.02.77 CNPSL 28/10/06 Bernissart	LE BRAS JB 2.09.92 CNPSL 15/10/05 St Lô	COYETTE T 2.19.03 CNPSL 25/11/07 Argentan	LE BRAS JB 2.25.09 CNSL 27/12/03 St Lô	LE BRAS JB 2.35.06 CNSL 28/12/02 St Lô
400 NL	GRESSELIN G 4.05.62 CNSL 05/12/04 Rouen	GIRE T 4.10.33 CNPSL 22/12/07 St Lô	LE BRAS JB 4.13.06 CNPSL 05/04/08 St Lô	LE BRAS JB 4.20.95 CNPSL 17/12/06 Caen	LE BRAS JB 4.20.95 CNPSL 17/12/06 Caen	LE BRAS JB 4.33.91 CNPSL 19/11/05 Avranches	LE BRAS JB 4.51.68 CNPSL 14/11/04 Les Pieux	LE BRAS JB 5.08.46 CNSL 12/04/03 St Lô	LE BRAS JB 5.31.28 CNSL 10/11/02 St Lô
800 NL	GRESSELIN G 8.43.73 CNPSL 12/03/06 Sarcelles	GRESSELIN G 8.47.89 CNSL 11/11/03 Coutances	JORET M 8.54.12 CNPSL 05/12/04 Rouen	DOUCET C ON 9.13.62 20/12/08 St Lô	LE BRAS JB 9.19.23 CNPSL 05/11/06 Les Pieux	VILLETTE F 9.42.13 CN 85	LE BRAS JB 9.54.74 CNPSL 12/12/04 Avranches	CHARLES G 10.33.07 CN 1993	CHARLES G 11.22.11 CN 92
1500 NL	GRESSELIN G 16.32.97 CNPSL 27/11/04 Alençon	GIRE T 16.42.04 CNPSL 22/12/07 St Lô	JORET M 16.51.44 CNPSL 05/12/04 Rouen	JORET M 17.32.78 CNSL 11/11/03 Coutances	LE BRAS JB 17.36.52 CNPSL 05/11/06 Les Pieux	VILLETTE F 18.17.36 CN 85	LE BRAS JB 19.15.05 CNPSL 04/12/04 Rouen	CHARLES G 20.44.47 CN 93	CHARLES G 21.23.34 CN 92
50 DOS	LE BRAS JB 27.06 CNPSL 06/12/08 Angers	LE BRAS JB 27.06 CNPSL 06/12/08 Angers	LE BRAS JB 27.06 CNPSL 06/12/08 Angers	LE BRAS JB 27.79 CNPSL 08/12/07 Gd Quevilly	LE BRAS JB 28.15 CNPSL 03/12/06 Vire	LE BRAS JB 29.10 CNPSL 2005	LE BRAS JB 31.53 CNPSL 12/12/04 Avranches	LE BRAS JB 35.98 CNSL 25/10/03 Bernissart	LE BRAS JB 36.09 CNSL 11/11/02 Gd Quevilly
100 DOS	LE BRAS JB 57.00 CNPSL 20/12/08 St Lô	LE BRAS JB 57.00 CNPSL 20/12/08 St Lô	LE BRAS JB 57.00 CNPSL 20/12/08 St Lô	LE BRAS JB 58.50 CNPSL 22/12/07 St Lô	LE BRAS JB 59.81 CNPSL 17/12/06 Caen	LE BRAS JB 1.02.02 CNPSL 23/12/05 St Lô	LE BRAS JB 1.08.79 CNPSL 05/12/04 Rouen	LE BRAS JB 1.16.30 CNSL 22/06/03 Granville	LE BRAS JB 1.18.46 CNSL 29/12/02 St Lô
200 DOS	LE BRAS JB 2.06.49 CNPSL 05/12/08 Angers	LE BRAS JB 2.06.49 CNPSL 05/12/08 Angers	LE BRAS JB 2.06.49 CNPSL 05/12/08 Angers	LE BRAS JB 2.07.51 CNPSL 22/12/07 St Lô	LE BRAS JB 2.11.47 CNPSL 03/12/06 Vire	LE BRAS JB 2.13.74 CNPSL 22/12/05 St Lô	LE BRAS JB 2.30.26 CNPSL 13/11/04 St-Lô	LE BRAS JB 2.40.28 CNSL 27/12/03 St Lô	KAYSER J CNPSL 3.06.48 16/12/08 Coutances
50 BRA	LEFEBVRE J 30.34 CNSL 17/01/04 Rouen	DESLANDES A 31.13 CNPSL 11/11/05 Rouen	LOIROT J 31.68 CNPSL 04/12/05 St Lô	LEBREUILLY B 32.09 CNC 21/03/99 St Lô	LEBREUILLY B 32.09 CNC 21/03/99 St Lô	FAUCHARD J 34.17 ASCN 03/12/06 Vire	FAUCHARD J 36.95 ASCN 04/12/05 St Lô	FAUCHARD J 41.10 ASCN 12/04	MADELENAT G 45.50 CNC

100 BRA	LEFEBVRE J 1.06.06 CNPSL 29/12/04 Arras	DESLANDES A 1.06.07 CNPSL 22/12/05 St Lô	RACAPE M 1.07.80 CNPSL 23/11/02 Rouen	BAEHR G 1.10.03 CNPSL 94	LEBREUILLY B 1.11.32 CNC 99	LEBREUILLY B 1.15.59 CNC 98	LEBREUILLY B 1.17.53 CNC 97	FAUCHARD J 1.28.12 ASCN 05/12/04 Octeville	LEDUC A 1.31.20 CN 30/04/83 Coutances
200 BRA	BAEHR G 2.26.00 CNPSL 96	BAEHR G 2.26.00 CNPSL 96	BAEHR G 2.26.85 CNPSL 95	MORICET C 2.29.82 CNPSL 12/11/06 St Lô	BAEHR G 2.32.81 CNPSL 93	BAEHR G 2.40.77 CNPSL 92	LEBREUILLY B 2.49.82 CNC 97	LEDUC A 3.11.18 CN 84	MADELENAT G 3.30.20 CNC
50 PAP	HOUSSIN R 26.41 CNPSL 27/12/08 St Lô	HOUSSIN R 26.41 CNPSL 27/12/08 St Lô	HOUSSIN R 26.63 CNPSL 08/12/07 Gd Quevilly	QUESNEL V 26.95 CNC 22/07/02 Dunkerque	HOUSSIN R 28.22 CNPSL 03/12/05 St Lô	LE BRAS JB 29.20 CNPSL 11/11/05 Rouen	LE BRAS JB 30.34 CNPSL 12/12/04 Avranches	LE BRAS JB 33.11 CNPSL 23/11/03 Coutances	LE BRAS JB 34.53 CNPSL 24/11/02 Coutances
100 PAP	HOUSSIN R 57.47 CNPSL 27/12/08 St Lô	HOUSSIN R 57.47 CNPSL 27/12/08 St Lô	HOUSSIN R 57.84 CNPSL 28/12/07 St Lô	LE BRAS JB 59.41 CNPSL 28/12/07 St Lô	LE BRAS JB 1.00.64 CNPSL 28/12/06 St Lô	LE BRAS JB 1.03.01 CNPSL 22/12/05 St Lô	LE BRAS JB 1.09.28 CNPSL 14/11/04 Les Pieux	HUC F 1.13.92 CNPSL 28/12/05 St Lô	LE BRAS JB 1.18.70 CNPSL 28/12/02 St Lô
200 PAP	LE BRAS JB 2.10.70 CNPSL 06/04/08Les Pieux	LE BRAS JB 2.10.70 CNPSL 06/04/08Les Pieux	LE BRAS JB 2.10.70 CNPSL 06/04/08Les Pieux	LE BRAS JB 2.10.82 CNPSL 08/12/07 Gd Quevilly	LE BRAS JB 2.14.94 CNPSL 28/12/06 St Lô	LE BRAS JB 2.26.54 CNPSL 29/10/05 Bernissart	LE BRAS JB 2.32.34 CNPSL 30/10/04 Bernissart	LE BRAS JB 2.43.99 CNPSL 28/12/03 St Lô	LE BRAS JB 3.00.65 CNPSL 2002
200 4 N	GRESSELIN G 2.11.92 CNPSL 29/12/04 Arras	BAEHR G 2.13.87 CNPSL 96	LEBREUILLY B 2.16.14 CNC 14/10/01 Coutances	QUESNEL V 2.19.11 CNC 16/11/02 Le Mans	LEBREUILLY B 2.22.00 CNC 98	LEBREUILLY B 2.22.00 CNC 98	LEBREUILLY B 2.29.79 CNC 97	LE BRAS JB 2.44.17 CNPSL	LE BRAS JB 2.55.52 CNPSL 24/11/02 Coutances
400 4 N	GRESSELIN G 4.42.55 CNPSL 11/11/04 Coutances	GIRE T 4.47.38 CNPSL 03/12/07 Hérouville St Clair	BAEHR G 4.53.44 CNPSL 95	LE BARBEY D 4.56.33 CNC 02/12/07 Hérouville St Clair	BAEHR G 4.59.36 CNPSL 93	LE BRAS JB 5.17.28 CNPSL 02/04/05 Le Havre	LE BRAS JB 5.23.28 CNPSL 27/11/04 Alençon	LE BRAS JB 5.50.79 CNPSL 11/11/03 Coutances	CHARLES G 6.28.07 CN 92
4 x 100 NL	CNP SAINT LO 3.39.07 20/12/08 St Lô		CN SAINT-LO 3.44.03 16/11/02 Le Mans		CNP SAINT-LO 4.04.25 18/10/08 Coutances		CHERBOURG 4.43.02 84		
4 x 200 NL	CN SAINT LO 8.13.65 22/11/03 Saint-Lô		CN SAINT-LO 8.46.83 94		CNP SAINT-LO 8.56.18 15/11/08 Octeville		CHERBOURG 10.28.80 83		
10 x 100 NL	CNP SAINT LO 9.19.60 22/12/07 St Lô		CN SAINT-LO 10.31.87 24/11/01 Avranches		CN SAINT-LO 11.17.05 92		CHERBOURG 12.53.94		
4 x 100 4 N	CNP SAINT LO 4.00.33 22/12/07 St Lô		CN SAINT-LO 4.11.46 02		CNP SAINT-LO 4.36.42 08/06/08 Bolbec		CHERBOURG 5.19.04 84		