



# CRITÈRE DE SELECTION NATATION COURSE **2025/2026** U11 - U13 - U18 - Séniors

## Qualité d'entraînement et niveau de compétition

ci-dessous le niveau minimum requis pour nager dans les groupes compétitions

### SELECTION POUR ENTRER EN 6ème - 11 ans

#### Niveau d'entraînement :

10x50 Nage Libre - Départ 0:55  
100 Papillon  
100 Dos  
100 Brasse  
400 Nage Libre  
200 4 Nages

### SELECTION POUR ENTRER EN 5ème - 12 ans

#### Niveau d'entraînement :

5x100 NL - départ 1:40  
200 Papillon  
200 Dos  
200 Brasse  
800 Nage Libre  
400 4 Nages

### SELECTION POUR ENTRER EN 4ème - 13 ans

#### Niveau d'entraînement :

2 Temps de la Grille Régionale  
5x100 Nage Libre - Départ 1:30  
5x100 4 Nages - Départ 1:45  
ou  
1 Temps National de sa catégorie

### SELECTION POUR ENTRER EN 3ème - 14 ans

#### Niveau d'entraînement :

3 Temps de la Grille Régionale  
ou  
1 Temps National de sa catégorie

### SELECTION POUR 15 - 16 ans et +

#### Niveau d'entraînement :

Top 10 régionale de son année  
ou  
1 Temps National de sa catégorie

### SELECTION POUR 17 ans et +

#### Niveau d'entraînement :

Top 10 régionale toute cat.  
ou  
1 Temps de la grille N2

## Cas particulier

Un nageur ayant intégré la Nat. Course, la saison précédente, n'arrivant pas à réaliser la performance de la saison suivante pourra être maintenu dans un groupe compétition une année supplémentaire à condition :

**D'être exemplaire dans le comportement, l'assiduité et la vie de club**

**D'être à moins de 5% des performances à réaliser**

Le maintien dans le groupe ne pourra être renouvelé la saison suivante si les critères n'ont pas été atteints.

**Dans le cas, ou le nombre de places dans un groupe serait inférieur aux nombres de nageurs présentés, la sélection se fera aux résultats sportifs et à l'assiduité tout au long de la saison.**

**La décision finale restant soumise à la discrétion des entraîneurs et du responsable sportif.**



# CRITÈRES DE SELECTION NATATION COURSE **2025/2026**

## U11 - U13 - U18 - Séniors

### Grille pour les Juniors à Séniors

DAMES					Courses	MESSIEURS				
Juniors 1	Juniors 2	Juniors 3	Juniors 4	TOUTES CAT.		TOUTES CAT.	Juniors 4	Juniors 3	Juniors 2	Juniors 1
31.29	30.85	30.00	29.15	28.70	50 NL	24.81	25.62	26.53	27.48	29.36
1:08.98	1:07.67	1:05.56	1:03.45	1:02.14	100 NL	54.02	55.82	57.47	59.04	1:04.50
2:31.70	2:28.51	2:23.35	2:18.39	2:15.03	200 NL	1:59.07	2:02.61	2:05.71	2:09.23	2:16.23
5:20.53	5:12.71	5:02.41	4:52.11	4:41.81	400 NL	4:12.02	4:23.21	4:30.10	4:36.71	4:50.33
11:01.96	10:45.25	10:22.66	10:00;03	9:37.43	800 NL	8:44.68	9:03.04	9:16.52	9:32.32	10:12.94
20:58.18	20:27.35	19:58.35	19:29.35	19:00.35	1500 NL	16:44.25	17:16.01	17:37.95	18:06.19	19:15.10
36.86	35.72	34.17	33.33	32.65	50 DOS	28.36	29.54	30.66	31.57	34.42
1:21.24	1:18.96	1:15.78	1:12.03	1:10.28	100 DOS	1:01.21	1:03.50	1:05.61	1:07.80	1:13.73
2:52.06	2:47.17	2:41.42	2:36.67	2:32.92	200 DOS	2:14.69	2:17.96	2:21.21	2:25.60	2:36.86
42.77	41.25	39.40	37.55	36.10	50 BR	31.13	32.01	32.74	33.94	39.06
1:33.78	1:29.24	1:26.74	1:23.24	1:19.84	100 BR	1:08.53	1:10.27	1:11.99	1:15.38	1:23.98
3:19.74	3:13.52	3:05.30	2:57.47	2:51.85	200 BR	2:31.45	2:34.33	2:37.86	2:44.36	2:56.88
35.72	34.36	32.83	31.23	30.23	50 PAP	26.34	27.35	28.27	29.75	31.84
1:20.17	1:17.52	1:14.02	1:10.52	1:07.82	100 PAP	58.57	1:00.19	1:03.64	1:05.86	1:11.63
2:58.12	2:52.31	2:44.81	2:37.31	2:31.81	200 PAP	2:13.79	2:18.46	2:23.77	2:27.59	2:40.71
2:51.09	2:48.05	2:42.80	2:37.55	2:34.30	200 4N	2:15.08	2:19.16	2:24.39	2:28.16	2:40.09
6:00.51	5:52.87	5:42.62	5:32.08	5:24.16	400 4N	4:48.44	4:54.96	5:02.11	5:13.21	5:36.29

