



**LIGUE
GRAND EST DE NATATION**
13 rue Jean Moulin
CS 70001
54510 TOMBLAINE

**REGLEMENT
EAU LIBRE 2023**

NATATION - WATER POLO - NATATION ARTISTIQUE - PLONGEON - EAU LIBRE

03 83 18 87 32
secretariat@lge-natation.fr



LIGUE
GRAND EST DE NATATION
13 rue Jean Moulin
CS 70001
54510 TOMBLAINE

TABLE DES MATIERES

RÈGLEMENTATION EN FONCTION DE LA TEMPÉRATURE DE L'EAU	3
Règlement FINA sur les combinaisons des nageurs eau libre :	3
Règlement FFN sur les combinaisons des nageurs eau libre :	3
CATÉGORIES D'ÂGE.....	3
1ère COUPE DE la ligue EAU LIBRE.....	4
Déroulement :	4
Catégories d'âge :	4
Attribution des points Coupe de la Ligue Eau Libre 2023 :	4
Récompenses :	5
Championnat Régional d'EAU LIBRE.....	7
Compétition Support :	7
Engagements :	7
Catégories :	7
Récompenses :	7



**LIGUE
GRAND EST DE NATATION**
13 rue Jean Moulin
CS 70001
54510 TOMBLAINE

RÈGLEMENTATION EN FONCTION DE LA TEMPÉRATURE DE L'EAU

REGLEMENT FINA SUR LES COMBINAISONS DES NAGEURS EAU LIBRE :

La température de l'eau pour une compétition FINA en eau libre doit être au minimum de 16°C et au maximum de 31°C

- Entre 16°C et 17,9°C, les combinaisons néoprène* ainsi que les bonnets sont obligatoires
- Entre 18°C et 19,9°C, les combinaisons néoprène* sont optionnelles
- Entre 20°C et 31°C, les combinaisons néoprène* sont interdites

REGLEMENT FFN SUR LES COMBINAISONS DES NAGEURS EAU LIBRE :

Exception au règlement FINA :

La température de l'eau la plus basse possible pour une compétition FFN en Eau libre est de 14°C – combinaisons Néoprène* et bonnet obligatoire entre 14°C et 17,9°C

**La combinaison néoprène doit à minima recouvrir l'intégralité des membres inférieurs et le torse du nageur.*

CATÉGORIES D'ÂGE

Les catégories d'âge sont identiques à celles mises en place par la FINA et la LEN.

- Benjamins : filles et garçons de 12 et 13 ans (nés en 2011 et 2010)
- Juniors 1 : filles et garçons de 14 et 15 ans (nés en 2009 et 2008)
- Juniors 2 : filles et garçons de 16 et 17 ans (nés en 2007 et 2006)
- Juniors 3 : filles et garçons de 18 et 19 ans (nés en 2005 et 2004)
- Séniors : 20 ans et plus (nés en 2003 et avant)



LIGUE
GRAND EST DE NATATION
13 rue Jean Moulin
CS 70001
54510 TOMBLAINE

1ERE COUPE DE LA LIGUE EAU LIBRE

DEROULEMENT :

La Coupe de la Ligue 2023 se disputera sur les épreuves suivantes :

- Les 5 étapes inscrites au calendrier de la Coupe de France d'Eau Libre qui ont lieu dans la Région Grand Est :
 - Lac de la Forêt d'Orient (Ménil-saint-père – 9 juillet 2023 – 2,5 km, 5km, 10 km)
 - Lac des vieilles forges (Les Mazures – 22 et 23 juillet 2023 – 1,5 km, 2,5 km, 5 km, 10 km)
 - Lac de Madine (Nonsart – 19 et 20 août 2023 – 2,5 km, 5 km, 10 km)
 - La Boucle des Faïenciers (Sarreguemines – 26 août 2023 – 1,25 km, 3 km, 5 km)
 - Elsa'S cup 3 (Reiningue – 3 septembre 2023 – 1,5 km, 3km, 5 km)
- Les étapes d'eau libre ayant lieu sur le territoire Grand Est
 - Elsa'S cup 2 (Ensisheim – 9 juillet 2023 - 1,5 km, 3km, 5 km)
 - **Épreuves supplémentaires éventuelles à venir**

CATEGORIES D'AGE :

Benjamins

Juniors

Toutes catégories

ATTRIBUTION DES POINTS COUPE DE LA LIGUE EAU LIBRE 2023 :

Chaque nageur(se) licencié(e) dans un club du Grand Est (se) cumulera les points obtenus sur les étapes auxquelles il (elle) a participé. Il convient de prendre en compte son classement en ne prenant en compte que les nageurs licenciés dans un club du Grand Est et dans sa catégorie.

Les points marqués lors des étapes inscrites au circuit Coupe de France seront doublés.

	distances < 2km	distances =2km & <3km	distances =3km & <5km	distances =5km & <10km	Distances =10km & plus
1	1500	2000	2500	3500	4500
2	1300	1800	2300	3300	4300
3	1200	1700	2200	3200	4200
4	1100	1600	2100	3100	4100



**LIGUE
GRAND EST DE NATATION**
13 rue Jean Moulin
CS 70001
54510 TOMBLAINE

5	1000	1500	2000	3000	4000
6	900	1400	1900	2900	3900
7	800	1300	1800	2800	3800
8	700	1200	1700	2700	3700
9	600	1100	1600	2600	3600
10	500	1000	1500	2500	3500
11	450	950	1450	2450	3450
12	400	900	1400	2400	3400
13	350	850	1350	2350	3350
14	300	800	1300	2300	3300
15	250	750	1250	2250	3250
16	200	700	1200	2200	3200
17	150	650	1150	2150	3150
18	100	600	1100	2100	3100
19	50	550	1050	2050	3050
20	10	500	1000	2000	3000
21 et plus	5	50	100	200	300

RECOMPENSES :

Une médaille et un lot de notre équipementier aux 5 premiers de chaque catégories benjamins et juniors, Dames et Messieurs à l'issue de l'ensemble des épreuves de la Coupe de la Ligue Eau Libre.

Prize money aux 3 premiers Toutes catégories Dames et Messieurs (300 €, 200 € et 100 €). Les 3 premiers Toutes catégories seront qualifiés pour la Coupe de France d'Eau Libre

Les récompenses seront remises lors de l'Assemblée Générale de la Ligue.

NATATION - WATER POLO - NATATION ARTISTIQUE - PLONGEON - EAU LIBRE

03 83 18 87 32
secretariat@lge-natation.fr



**LIGUE
GRAND EST DE NATATION**
13 rue Jean Moulin
CS 70001
54510 TOMBLAINE

NATATION - WATER POLO - NATATION ARTISTIQUE - PLONGEON - EAU LIBRE

03 83 18 87 32
secretariat@lge-natation.fr



**LIGUE
GRAND EST DE NATATION**
13 rue Jean Moulin
CS 70001
54510 TOMBLAINE

CHAMPIONNAT REGIONAL D'EAU LIBRE

COMPETITION SUPPORT :

Le championnat régional d'Eau Libre aura lieu sur l'étape de Coupe de France d'Eau libre du 9 juillet 2023 à Ménil-Saint-Père (10) sur l'épreuve du 2,5 km.

ENGAGEMENTS :

Les engagements se font sur la plateforme ffneaulibre.fr. Tous les nageurs, licenciés dans un club du Grand Est, qui s'engagent sur le 2,5 km seront automatiquement engagés sur l'épreuve du championnat régional. Pas de frais d'engagement supplémentaire.

CATEGORIES :

Benjamins (12-13 ans)

Juniors (14-19 ans)

Toutes catégories

RECOMPENSES :

Une médaille aux 3 premiers nageurs et nageuses de chaque épreuve benjamins, juniors et Toutes catégories sur le 2,5 km licenciés dans un club du Grand Est. Un benjamin ou un junior peuvent très bien se retrouver sur le podium de leur catégorie et sur le podium toutes catégories.

Les récompenses seront livrées par la Ligue à l'organisateur de la compétition support.