



# Plongeon

## SOMMAIRE

<b>Catégories d'âges FFN / FINA Tremplin et Haut-vol</b> .....	3
<b>Les compétitions qualificatives</b> .....	4
<b>Les compétitions (inter) régionales</b> .....	5
Les engagements et les feuilles de plongeon.....	5
Procédure d'appel.....	6
<b>Les championnats (inter) régionaux</b> .....	7
Les conditions d'accès.....	7
Préambule.....	7
Programme d'initiation.....	7
Programme d'animation.....	7
Programme de compétition.....	8
Les résultats.....	9
Les jurys.....	9
<b>Les compétitions nationales jeunes</b> .....	10
Les engagements.....	10
Les feuilles de plongeon.....	11
Procédure d'appel.....	11
<b>Les championnats de France des Jeunes d'hiver 1 m, 3 m</b> .....	12
Les conditions d'accès.....	12
Les programmes.....	12
Les modalités de qualification.....	14
Les récompenses.....	14
<b>Les championnats de France des jeunes d'été 1 m, 3 m et haut-vol</b> .....	15
Les conditions d'accès.....	15
Les programmes.....	15
Les modalités de qualification.....	17
Les récompenses.....	18
<b>Les compétitions nationales Elite</b> .....	19
Les engagements.....	19
Procédure d'appel.....	19
<b>Les championnats de France Elite d'hiver et d'été 1m, 3m, HV</b> .....	21
Les conditions d'accès.....	21
Les épreuves.....	21
Les programmes.....	21
Les modalités de qualification.....	23
Les récompenses.....	23
<b>Les championnats de France juniors</b> .....	24
<b>Récapitulatif des programmes des compétitions nationales</b> .....	25
<b>Participation des plongeurs étrangers</b> .....	26
<b>Les classements nationaux</b> .....	27
Le classement national des plongeurs par catégorie d'âge.....	27

Le classement national des clubs.....	27
Le classement national des ligues .....	27
Règles générales .....	28
Production des résultats.....	28
<b>Les championnats de France des Maîtres.....</b>	<b>29</b>
Règles générales .....	29
Les engagements.....	29
Les récompenses.....	29
<b>Fiche d'engagement plongeur .....</b>	<b>30</b>
<b>Juges &amp; Officiels .....</b>	<b>31</b>
Les épreuves des examens de juge de plongeur .....	31
Conditions d'obtention de l'examen de Juge Régional de plongeur .....	31
Conditions d'obtention de l'examen de Juge National de plongeur .....	31
<b>Candidature à l'examen de juge de plongeur .....</b>	<b>33</b>
<b>Calendrier prévisionnel 2019 - 2020 .....</b>	<b>34</b>

# Règlements Plongeon

## CATÉGORIES D'ÂGES FFN / FINA TREMPIN ET HAUT-VOL

### Catégories d'âge FFN Tremplin et Haut-vol Garçons et Filles : Saison 2019 - 2020

Catégories		Années	Ages
Poussins	D	2009, 2010 et 2011	9, 10 et 11 ans
Benjamins 1	C1	2008	12 ans
Benjamins 2	C2	2007	13 ans
Minimes	B	2005, 2006	14 et 15 ans
Cadets	A	2002, 2003, 2004	16, 17 et 18 ans
Juniors	J	2000 et après	20 ans et moins

### Catégories d'âge FINA Tremplin et Haut-vol Garçons et Filles : Saison 2019 - 2020

Catégories		Années	Ages
Benjamins	C	2007, 2008	12 et 13 ans
Minimes	B	2005, 2006	14 et 15 ans
Cadets	A	2002, 2003, 2004	16, 17 et 18 ans

## LES COMPETITIONS QUALIFICATIVES

Les compétitions qualificatives sont des compétitions permettant aux plongeurs de changer de niveau territorial de pratique.

Cette action s'inscrit dans le cadre du plan de développement fédéral et son objectif est de faire évoluer la dynamique de préparation des plongeurs(es).

La compétition qualificative peut être un objectif pour certains ou un point d'étape pour d'autres. Par exemple, les championnats de France des Jeunes d'hiver, ou encore les championnats de France Elite d'hiver peuvent être des points de passage vers le niveau international pour certains tandis que, pour d'autres, ils sont l'aboutissement d'une saison/carrière sportive.

Pour l'olympiade 2017-2020, les compétitions qualificatives pour le niveau national sont les championnats (inter)régionaux d'hiver et d'été.

L'accès aux championnats régionaux est déterminé par les ligues.

# Règlements Plongeon

## LES COMPETITIONS (INTER) REGIONALES

Les compétitions (inter) régionales sont une des étapes importantes dans la saison sportive des plongeurs(es). Elles permettent de se qualifier à l'échelon national.

Sans un passage par les championnats (inter) régionaux d'hiver et/ou d'été, aucune participation aux championnats nationaux ne sera possible.

Il est important de noter que les performances réalisées et enregistrées lors des championnats (inter)régionaux d'hiver sont qualificatives pour les championnats de France d'hiver ET d'été d'une même saison sportive.

Dans le cas où une ligue ne pourrait organiser ses championnats seule, le/les club(s) auront la possibilité de participer aux championnats d'une autre ligue en rejoignant son interrégion de rattachement.

Quatre interrégions, regroupant chacune plusieurs ligues, sont définies en fonction des lieux d'implantation du plongeon :

- Interrégion Hauts-de-France, Ile-de-France, Grand-est, Bourgogne-Franche-Comté
- Interrégion Bretagne, Normandie, Pays-de-la-Loire, Centre-Val-de-Loire
- Interrégion Nouvelle-Aquitaine, Occitanie
- Interrégion Auvergne-Rhône-Alpes, Provence-Alpes-Côte-d'Azur, Corse

Si, pour des raisons sportives, certaines ligues souhaitent se rattacher à une autre interrégion de leur choix pour la saison en cours, ils en auront la possibilité et devront en informer le département fédéral au plus tard 18 jours avant la compétition.

L'organisation de ces épreuves relève des ligues organisatrices.

2 championnats doivent être organisés annuellement (hiver et été).

Pour les épreuves d'hiver, le championnat devra obligatoirement avoir lieu, au plus tard, en décembre de la saison sportive en cours.

Pour les épreuves d'été, le championnat devra obligatoirement avoir lieu, au plus tard, 4 semaines avant les championnats nationaux d'été.

**L'information sur les différentes dates de tenues des championnats (inter)régionaux d'hiver et d'été devront parvenir au département fédéral dès que les dates seront connues.**

### Les engagements et les feuilles de plongeon :

La fédération incite les ligues à effectuer les procédures d'engagements et de traitement des deux compétitions (inter)régionales via le logiciel diverecorder.

Les délais d'engagements et de remise des feuilles de plongeon sont laissés à l'initiative des ligues.

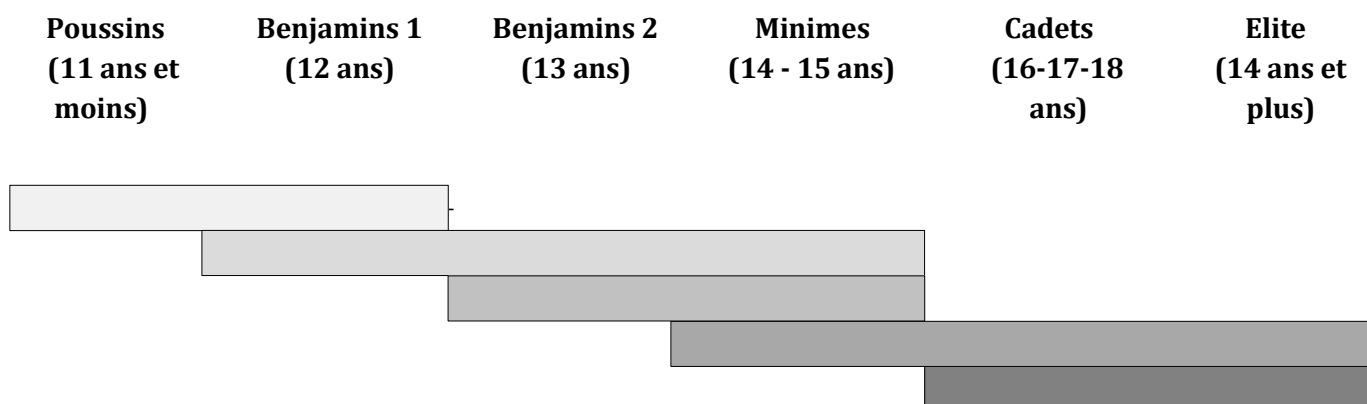
Les plongeurs(es) des catégories Poussins, Benjamins 2 et cadets ne pourront pas s'engager dans plus de 2 catégories (1 surclassement maximum possible).

Les plongeurs des catégories Benjamins 1 et minimes auront la possibilité de s'engager dans plus de 2 catégories (2 surclassements possibles).

# Règlements Plongeon

---

Ci-dessous les zones d'engagements possibles par catégories d'âge fédérales :



## Procédure d'appel :

### **Jury d'appel**

Pour chaque compétition, le délégué de la compétition ou le juge-arbitre désigne le jury d'appel, conformément à la réglementation en vigueur : article **42 - 1** du livre II « règlements sportifs » du Règlement Intérieur de la FFN.

**Article 1** - Conformément à l'article GR 9 .2 du Code de la FINA, une réclamation verbale peut être faite par le concurrent ou son mandataire auprès du juge-arbitre immédiatement après l'exécution d'un plongeon ou d'une série de plongeurs.






**Article 2** - Le juge- arbitre, saisi d'une réclamation en application de l'article précédent, peut, s'il le juge nécessaire, prendre l'avis du jury d'appel pour donner sa décision.

**Article 3** - À l'issue d'un concours, une réclamation écrite peut être déposée directement auprès du jury d'appel par un concurrent ou son mandataire. Pour être recevable, cette réclamation doit être déposée dans les trente minutes qui suivent la fin du concours. Les décisions du jury d'appel font foi en dernier recours, nonobstant les réclamations qui pourraient être déposées devant les instances collégiales de la Fédération, conformément aux dispositions réglementaires et statutaires.

# Règlements Plongeon

## LES CHAMPIONNATS (INTER) REGIONAUX

### Conditions d'accès aux championnats (inter) régionaux d'hiver et d'été :

<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Filles et Garçons : 9 ans et plus<ul style="list-style-type: none"><li> Poussines / poussins</li><li> Benjamines / benjamins 1 et 2</li><li> Minimes filles / garçons</li><li> Cadettes / cadets</li><li> Elite</li></ul></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Etre titulaire du pass'compétition</li><li>▪ La mise en place des conditions d'accès est Laissée à l'initiative de la ligue (inter) régionale</li></ul>
--	---

### Préambule :

Les ligues doivent prévoir la mise en place :

- D'un programme d'initiation ludique à la discipline plongeon proposée au plus grand nombre
- D'un programme d'animation consistant à la mise en place de session de test du pass'compétition. Ce dernier pouvant être inclus dans le programme de compétition
- D'un programme de compétition calqué en grande partie sur les programmes de l'échelon national
- D'un challenge (inter) régional, dont le programme est identique aux championnats (inter)régionaux, proposé aux sportif(ve)s ne souhaitant/pouvant pas s'engager dans la pratique compétitive de niveau national

### Programme d'initiation :

Chaque compétition (inter) régionale verra la mise en place d'un programme d'initiation ludique à destination du plus grand nombre.

Ce programme comportera des initiations à sec et dans l'eau afin de susciter le goût de la discipline et de détecter de jeunes potentiels.

La mise en place de ces animations sera coordonnée, par le club organisateur en lien avec le cadre technique FFN Plongeon.

### Programme d'animation :

Le programme d'animation consistera à réserver un temps dédié à la mise en place des tests du pass'compétition pour l'ensemble des jeunes plongeurs engagés dans la dynamique de l'ENF et désireux d'accéder à la pratique compétitive.

En dehors de ces deux moments réservés à la mise en place du test pass'compétition plongeon, d'autres sessions pourront être organisées au cours de la saison.

# Règlements Plongeon

## Programme de compétition :

Catégorie		1 m	3 m	Haut-vol
<b>Pass' Compétition</b>		5 plongeurs à 1m : 010B 020A 100 200 101C		
<b>D</b> <b>Poussins</b> <b>11 ans et moins</b>	<b>Filles</b>	<b>5 plongeurs</b> 3 plongeurs parmi 101C-201C- 301C-401C + 2 libres	<b>5 plongeurs</b> 3 plongeurs parmi 101C-201C- 301C-401C + 2 libres	A 5m uniquement <b>4 plongeurs</b> 3 plongeurs parmi : 101C, 201C, 301C, 401C + 1 libre
	<b>Garçons</b>	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs parmi 101C-201C- 301C-401C + 3 libres	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs parmi 101C-201C- 301C-401C + 3 libres	A 5m uniquement <b>5 plongeurs</b> 3 plongeurs parmi : 101C, 201C, 301C, 401C + 2 libres
<b>C1</b> <b>Benjamins 1</b> <b>12 ans</b>	<b>Filles</b>	<b>6 plongeurs</b> 4 plongeurs : 101C-201C-301C-401C + 2 libres	<b>6 plongeurs</b> 4 plongeurs : 101C-201C-301C-401C + 2 libres	5m ou 7,5m <b>5 plongeurs</b> 4 (7,6) + 1 libre
	<b>Garçons</b>	<b>7 plongeurs</b> 5 à (9,0) + 2 libres	<b>7 plongeurs</b> 5 à (9,5) + 2 libres	5m ou 7,5m <b>6 plongeurs</b> 4 (7,6) + 2 libres
<b>C2</b> <b>Benjamins 2</b> <b>13ans</b>	<b>Filles</b>	<b>7 plongeurs</b> 5 (9,0) + 2 libres	<b>7 plongeurs</b> 5 (9,5) + 2 libres	5m ou 7,5 m <b>6 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 2 libres
	<b>Garçons</b>	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,0) + 3 libres	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,5) + 3 libres	5 m ou 7,5 m <b>7 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 3 libres
<b>B</b> <b>Minimes</b> <b>14 et 15 ans</b>	<b>Filles</b>	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,0) + 3 libres	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,5) + 3 libres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>7 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 3 libres 5 groupes ≠
	<b>Garçons</b>	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,0) + 4 libres	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,5) + 4 libres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>8 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 4 libres 5 groupes ≠
<b>A</b> <b>Cadets</b> <b>16, 17 et 18 ans</b>	<b>Filles</b>	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,0) + 4 libres	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,5) + 4 libres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>8 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 4 libres 5 groupes ≠
	<b>Garçons</b>	<b>10 plongeurs</b> 5 (9,0) + 5 libres	<b>10 plongeurs</b> 5 (9,5) + 5 libres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>9 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 5 libres 6 groupes ≠
<b>Synchro A et B filles et garçons *</b>			<b>5 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2,0) + 3 tours (sans limite) 4 groupes doivent être utilisés	
<b>Dames</b>		Eliminatoires : 5 libres Finales (6) : 5 libres 5 groupes doivent être utilisés	Eliminatoires : 5 libres Finales (6) : 5 libres 5 groupes doivent être utilisés	Eliminatoires : 5 libres Finales (6) : 5 libres 5 groupes doivent être utilisés
<b>Messieurs</b>		Eliminatoires : 6 libres Finales (6) : 6 libres 5 groupes doivent être utilisés	Eliminatoires : 6 libres Finales (6) : 6 libres 5 groupes doivent être utilisés	Eliminatoires : 6 libres Finales (6) : 6 libres 6 groupes doivent être utilisés
<b>Synchro dames*</b>			<b>5 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés	<b>5 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés
<b>Synchro messieurs*</b>			<b>6 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 4 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés	<b>6 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 4 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés
<b>Synchro Mixte*</b>			Finale : 2 tours (coef. Assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés	Finale : 2 tours (coef. Assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés

\*Pour le plongeon synchronisé, les épreuves qualificatives seront organisées par la ligue (inter) régionale le cas échéant.



# Règlements Plongeon

---

## **Résultats :**

Les résultats de la compétition devront être envoyés aux clubs participants selon les modalités fixées par l'organisateur.

Ces mêmes résultats devront également être adressés aux ligues concernées ainsi qu'au département plongeon de la Fédération Française de Natation au plus tard, le mardi soir 23h59, suivant la compétition.

## **Jurys :**

Les jurys des compétitions (inter)régionales devront être composés de juges ayant au moins la qualification régionale.

# Règlements Plongeon

## LES COMPETITIONS NATIONALES JEUNES

Les compétitions nationales jeunes sont des étapes et des objectifs majeurs dans la saison.

Sont considérées comme compétitions de référence nationale jeunes les évènements suivants :

- Championnats de France jeunes d'hiver 1m, 3m
- Championnats de France jeunes d'été 1m, 3m, haut-vol

Pour l'olympiade 2017-2020, ces championnats reprennent tout leur sens et sont des étapes clés pour tout(e) plongeur(se) désireux d'accéder aux diverses échéances internationales jeunes.

### Les engagements :

Les procédures d'engagements pour les deux compétitions de référence nationale jeunes sont identiques et comme suit :

- Les engagements doivent être établis via le fichier pdf d'engagements. (Cf annexe).
- Le fichier pdf d'engagements devra parvenir par mail, au département plongeon de la Fédération Française de Natation (clemence.begue@ffnatation.fr), au plus tard, **18 jours** avant le début de la première épreuve, accompagné des droits d'engagements, sans lesquels les inscriptions ne seront pas validées.

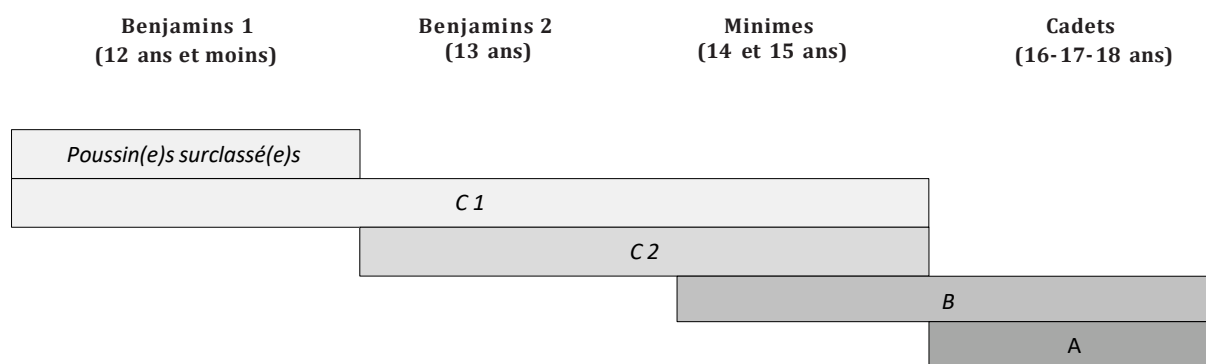
**IMPORTANT :** Désormais, les compétitions des catégories « poussins / poussines » sont retirées des programmes de compétitions.

Toutefois, les plongeuses et plongeurs âgé(e)s de 11 ans (dernière année de la catégorie « poussin » uniquement) ont la possibilité d'accéder aux championnats de France, en surclassement et à condition d'avoir réalisé les minimas de points lors des compétitions (inter) régionales. Ils n'ont le droit de s'engager que dans la catégorie « C 1 ».

Les plongeurs des catégories Benjamins 2 et Minimes ne peuvent pas s'engager dans plus de 2 catégories d'âge maximum (1 surclassement possible).

Seuls les plongeurs de la catégorie benjamins 1 ont la possibilité de s'engager dans 3 catégories (2 surclassements possibles).

**Ci- dessous les zones d'engagements possibles par catégories d'âge fédérales :**



**IMPORTANT :** Les engagements dans chacune des catégories d'âge ne peuvent se faire qu'à condition d'avoir réalisé les minimas de points requis lors des championnats (inter) régionaux qualificatifs.

# Règlements Plongeon

---

## Les feuilles de plongeon :

Les feuilles de plongeurs devront être transmises via internet et plus précisément via le site internet [www.diverecorder.co.uk](http://www.diverecorder.co.uk) selon la procédure mise en place par le département plongeon de la Fédération Française de Natation et ce durant les **10 jours** qui précèdent le début de la première épreuve.

Les feuilles de plongeon ne pourront plus être modifiées **24 heures** avant le début des premières épreuves de la journée du concours concerné.

Passé ce délai aucun changement ne pourra être fait, ni dans l'ordre, ni dans l'exécution des plongeurs.

## Procédure d'appel :

### **Jury d'appel**

Pour chaque compétition, le délégué de la compétition ou le juge- arbitre désigne le jury d'appel, conformément à la réglementation en vigueur : article **42 - 1** du livre II « règlements sportifs » du Règlement Intérieur de la FFN.

**Article 1** - Conformément à l'article GR 9 .2 du Code de la FINA, une réclamation verbale peut être faite par le concurrent ou son mandataire auprès du juge- arbitre immédiatement après l'exécution d'un plongeon ou d'une série de plongeurs.





**Article 2** - Le juge- arbitre, saisi d'une réclamation en application de l'article précédent, peut, s'il le juge nécessaire, prendre l'avis du jury d'appel pour donner sa décision.

**Article 3** - À l'issue d'un concours, une réclamation écrite peut être déposée directement auprès du jury d'appel par un concurrent ou son mandataire. Pour être recevable, cette réclamation doit être déposée dans les trente minutes qui suivent la fin du concours. Les décisions du jury d'appel font foi en dernier recours, nonobstant les réclamations qui pourraient être déposées devant les instances collégiales de la Fédération, conformément aux dispositions réglementaires et statutaires.

# Règlements Plongeon

## CHAMPIONNATS DE FRANCE DES JEUNES D'HIVER 1M ET 3M

### Conditions d'accès aux Championnats de France des Jeunes d'hiver :

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Filles et Garçons : de 11 à 18 ans             <ul style="list-style-type: none"> <li> Benjamin(e)s 1*</li> <li> Benjamin(e)s 2</li> <li> Minimes filles / garçons</li> <li> Cadettes et cadets</li> </ul> </li> </ul> <p><i>*inclus les poussin(e)s de 11 ans surclassé(e)s</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Etre titulaire du pass'compétition</li> <li>▪ Et avoir réalisé les minimas de points requis pour chaque épreuve de chaque catégorie d'âge lors des championnats (inter) régionaux d'hiver.</li> </ul> <p>Ou</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Faire partie du collectif national jeunes en ayant réalisé les minimas de points de sa catégorie d'âge lors des championnats de France au cours de la saison précédente.</li> </ul> <p>Si le plongeur/la plongeuse change de catégorie d'âge, il lui faudra avoir réalisé les points de sa nouvelle catégorie au cours d'un championnat de France de la saison précédente.</p>
---	--

### Les programmes :

#### ▪ Les programmes du tremplin de 1m

<b>Benjamins 1</b>	<i>Filles</i>	6 plongeurs de numéros différents	4 plongeurs imposés 101C 201C 301C 401C	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<i>Garçons</i>	7 plongeurs de numéros différents	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Benjamins 2</b>	<i>Filles</i>	7 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<i>Garçons</i>	8 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Minimes</b>	<i>Filles</i>	8 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<i>Garçons</i>	9 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Cadets</b>	<i>Filles</i>	9 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0	4 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<i>Garçons</i>	10 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.

# Règlements Plongeon

## ▪ Les programmes du tremplin de 3m

<b>Benjamins 1</b>	<b>Filles</b>	6 plongeurs de numéros différents	4 plongeurs imposés 101C 201C 301C 401C	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<b>Garçons</b>	7 plongeurs de numéros différents	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Benjamins 2</b>	<b>Filles</b>	7 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<b>Garçons</b>	8 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Minimes</b>	<b>Filles</b>	8 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<b>Garçons</b>	9 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Cadets</b>	<b>Filles</b>	9 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<b>Garçons</b>	10 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Plongeon synchronisé *</b>	<b>Filles A-B</b>	5 plongeurs de numéros différents.	2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule de calcul	3 plongeurs sans limite de coefficient de difficultés
	<b>Garçons A-B</b>	5 plongeurs de numéros différents.	2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule de calcul	3 plongeurs sans limite de coefficient de difficultés

\* Pour l'épreuve de plongeon synchronisé au tremplin de 3m, l'équipe peut être composée d'une paire de catégorie « minime » ou « cadet » ou d'une paire de catégorie « minime et cadet ». Les plongeurs(es) d'une paire peuvent être licencié(e)s dans deux clubs différents.

Les cinq plongeurs doivent appartenir à au moins quatre groupes différents.

### Programme de haut vol :

Une épreuve de sélection haut vol pourra être organisée pour les plongeurs des catégories minimes et/ou cadets souhaitant présenter une série de plongeurs dans le but de prétendre à une sélection en compétition internationale Jeunes.

Cette épreuve de sélection pourra soit, être organisée dans le cadre des championnats de France des Jeunes d'hiver si les installations sportives le permettent, soit lors des championnats de France Elite.

Dans ce dernier cas, les clubs devront contacter le département fédéral **au plus tard le 20 octobre** de la saison en cours pour en faire la demande.

# Règlements Plongeon

Minimes	Filles	7 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m, 7,5m ou 10m.	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient. Les 5 groupes doivent être utilisés sur l'ensemble de la série.
	Garçons	8 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m, 7,5m ou 10m.	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient. Les 5 groupes doivent être utilisés sur l'ensemble de la série.
Cadets	Filles	8 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m, 7,5m ou 10m.	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient. Les 5 groupes doivent être utilisés sur l'ensemble de la série.
	Garçons	9 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m, 7,5m ou 10m.	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	5 plongeurs libres sans limite de coefficient. Les 6 groupes doivent être utilisés sur l'ensemble de la série.

La programmation des épreuves sera établie par la commission fédérale de plongeon en fonction de nécessités diverses (organisateur, nombre d'engagés...)

## Modalités de qualification :

Pour rappel, chaque plongeur engagé dans une épreuve devra, auparavant, avoir réalisé les minimas de points requis lors des championnats (inter) régionaux.

### ▪ Plongeon individuel :

	1m				3m				(Haut vol)	
	C1	C2	B	A	C1	C2	B	A	B	A
Filles	115	130	165	210	125	140	175	220	155	200
Garçons	130	160	190	260	140	170	200	270	180	250

### ▪ Plongeon synchronisé :

	3m
	A-B
Filles	200
Garçons	210

## Récompenses :





Les trois premiers de chacune des épreuves recevront une médaille.

Seul(e)s les trois premier(e)s de l'épreuve de sélection haut vol Jeunes ne se verront pas remettre de médaille.

# Règlements Plongeon

## CHAMPIONNATS DE FRANCE DES JEUNES D'ÉTÉ 1M, 3M ET HAUT- VOL

### Conditions d'accès aux Championnats de France des Jeunes d'été :

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Filles et Garçons : de 11 à 18 ans</li> <li> Benjamin(e)s 1*</li> <li> Benjamin(e)s 2</li> <li> Minimes filles / garçons</li> <li> Cadettes et cadets</li> </ul> <p><i>*inclus les poussin(e)s de 11 ans surclassé(e)s</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Etre titulaire du pass'compétition</li> <li>▪ Et avoir réalisé les minimas de points requis pour chaque épreuve de chaque catégorie d'âge lors des championnats (inter) régionaux d'hiver et/ou d'été.</li> </ul> <p>Ou</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ faire partie du collectif national en ayant réalisé les minima de points requis lors des championnats de France lors de la saison passée ou en cours de saison. Si le plongeur/la plongeuse a changé de catégorie d'âge, il lui faudra avoir réalisé les points de sa nouvelle catégorie au cours d'un championnat de France de la saison précédente.</li> </ul>
---	--

### Les programmes :

- Les programmes du tremplin de 1 m

<b>Benjamins 1</b>	<i>Filles</i>	6 plongeurs de numéros différents	4 plongeurs imposés 101C 201C 301C 401C	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<i>Garçons</i>	7 plongeurs de numéros différents	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Benjamins 2</b>	<i>Filles</i>	7 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<i>Garçons</i>	8 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Minimes</b>	<i>Filles</i>	8 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<i>Garçons</i>	9 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Cadets</b>	<i>Filles</i>	9 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<i>Garçons</i>	10 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.

# Règlements Plongeon

## ▪ Les programmes du tremplin de 3 m

<b>Benjamins 1</b>	<b>Filles</b>	6 plongeurs de numéros différents	4 plongeurs imposés 101C 201C 301C 401C	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<b>Garçons</b>	7 plongeurs de numéros différents	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Benjamins 2</b>	<b>Filles</b>	7 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5 .	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<b>Garçons</b>	8 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Minimes</b>	<b>Filles</b>	8 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<b>Garçons</b>	9 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Cadets</b>	<b>Filles</b>	9 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<b>Garçons</b>	10 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,5.	5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Plongeon synchronisé</b> *	<b>Filles A-B</b>	5 plongeurs de numéros différents.	2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule de calcul	3 plongeurs sans limite de coefficient de difficultés
	<b>Garçons A-B</b>	5 plongeurs de numéros différents.	2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule de calcul	3 plongeurs sans limite de coefficient de difficultés

\* Pour l'épreuve de plongeon synchronisé au tremplin de 3m, l'équipe peut être composée d'une paire de catégorie « minime » ou « cadet » ou d'une paire de catégorie « minime et cadet ». Les plongeurs d'une paire peuvent être licenciés dans deux clubs différents.

Les cinq plongeurs doivent appartenir à au moins quatre groupes différents.



# Règlements Plongeon

## Programme du Haut- Vol

Benjamins 1	<i>Filles</i>	5 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m ou de 7,5m	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	1 plongeur libre sans limite de coefficient.
	<i>Garçons</i>	6 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m ou de 7,5m	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
Benjamins 2	<i>Filles</i>	6 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m, 7,5m.	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	2 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<i>Garçons</i>	7 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m, 7,5m.	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
Minimes	<i>Filles</i>	7 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m, 7,5m ou 10m.	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient. Les 5 groupes doivent être utilisés sur l'ensemble de la série.
	<i>Garçons</i>	8 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m, 7,5m ou 10m.	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient. Les 5 groupes doivent être utilisés sur l'ensemble de la série.
Cadets	<i>Filles</i>	8 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m, 7,5m ou 10m.	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient. Les 5 groupes doivent être utilisés sur l'ensemble de la série.
	<i>Garçons</i>	9 plongeurs de numéros différents à la plateforme de 5m, 7,5m ou 10m.	4 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 7,6.	5 plongeurs libres sans limite de coefficient. Les 6 groupes doivent être utilisés sur l'ensemble de la série.

La programmation des épreuves sera établie par la commission fédérale de plongeon en fonction de nécessités diverses (organisateur, nombre d'engagés...).

### Modalités de qualification :

Pour rappel, chaque plongeur engagé dans une épreuve devra, auparavant, avoir réalisé les minimas de points requis lors des championnats (inter) régionaux d'été.

### Plongeon individuel :

	1m				3m				(Haut vol)	
	C1	C2	B	A	C1	C2	B	A	B	A
Filles	115	130	165	210	125	140	175	220	155	200
Garçons	130	160	190	260	140	170	200	270	180	250

# Règlements Plongeon

---

- **Plongeon synchronisé :**

	3m
	A-B
Filles	200
Garçons	210

## Récompenses :

Les trois premiers de chacune des épreuves recevront une médaille.

# Règlements Plongeon

## LES COMPETITIONS NATIONALES ELITE

Les compétitions nationales Elites (dames et messieurs) sont des étapes et des objectifs majeurs dans la saison des plongeurs(ses). Elles ne sont accessibles qu'à partir de l'âge de 14 ans (catégorie minimales).

Sont considérées comme compétitions de référence nationale Elite les évènements suivants :

- Les championnats de France Elite d'hiver 1m, 3m, haut-vol
- Les championnats de France Elite d'été 1m, 3m, haut-vol

Pour l'olympiade 2017-2020, les championnats de France Elite hiver conservent tout leur sens et seront la première étape clé de la saison sportive des plongeurs(es) afin d'accéder aux diverses échéances internationales Elites.

Particularité de cette nouvelle olympiade, les deux évènements Elites de la saison sportive porteront le même nom, et verront leurs programmes se renforcer le cas échéant par les épreuves de sélection en plongeon synchronisé mixte, telles que mises en place sur les compétitions internationales dames et messieurs de référence.

### Les engagements :

Les procédures d'engagements pour les deux compétitions de référence nationale Elite sont identiques et comme suit :

- Les engagements doivent être établis via le fichier pdf d'engagements. (Cf annexe).
- Le fichier pdf d'engagements devra parvenir par mail au département plongeon de la Fédération Française de Natation (clemence.begue@ffnatation.fr), au plus tard, 18 jours avant le début de la première épreuve, accompagné des droits d'engagements, sans lesquels les inscriptions ne seront pas validées.

### Les feuilles de plongeon :

Les feuilles de plongeurs devront être transmises via internet et plus précisément via le site internet [www.diverecorder.co.uk](http://www.diverecorder.co.uk) selon la procédure mise en place par le département plongeon de la Fédération Française de Natation et ce durant les **10 jours** qui précèdent le début de la première épreuve.

Les feuilles de plongeon ne pourront plus être modifiées **24 heures** avant le début des premières épreuves de la journée du concours concerné.

Pour les épreuves suivantes (passage des éliminatoires en finale), les feuilles de plongeon devront être remises ou modifiées **15 minutes** après chaque concours.

Sans modification de la part du concurrent ou de son représentant, les feuilles de plongeon seront automatiquement reconduites d'un concours sur l'autre.

Passé ce délai aucun changement ne pourra être fait, ni dans l'ordre, ni dans l'exécution des plongeurs.

### Procédure d'appel :

#### **Jury d'appel**

Pour chaque compétition, le délégué de la compétition ou le juge-arbitre désigne le jury d'appel, conformément à la réglementation en vigueur : article **42 - 1** du livre II « règlements sportifs » du Règlement Intérieur de la FFN.

# Règlements Plongeon

---

**Article 1** - Conformément à l'article GR 9 .2 du Code de la FINA, une réclamation verbale peut être faite par le concurrent ou son mandataire auprès du juge- arbitre immédiatement après l'exécution d'un plongeon ou d'une série de plongeurs.

**Article 2** - Le juge- arbitre, saisi d'une réclamation en application de l'article précédent, peut, s'il le juge nécessaire, prendre l'avis du jury d'appel pour donner sa décision.

**Article 3** - À l'issue d'un concours, une réclamation écrite peut être déposée directement auprès du jury d'appel par un concurrent ou son mandataire. Pour être recevable, cette réclamation doit être déposée dans les trente minutes qui suivent la fin du concours. Les décisions du jury d'appel font foi en dernier recours, nonobstant les réclamations qui pourraient être déposées devant les instances collégiales de la Fédération, conformément aux dispositions réglementaires et statutaires.

# Règlements Plongeon

## CHAMPIONNATS DE FRANCE ELITE D'HIVER ET D'ETE 1M, 3M ET HAUT-VOL

Pour l'olympiade 2017-2020, les championnats de France Elite d'hiver et d'été comprennent désormais les mêmes épreuves et les mêmes programmes :

- les épreuves du tremplin de 1m et 3m individuel
- les épreuves de tremplin de 3m synchronisé
- les épreuves de haut vol individuel
- les épreuves de tremplin et/ou plateforme synchronisées mixtes (le cas échéant)

### Conditions d'accès aux championnats de France Elite d'hiver et d'été :

<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Dames et Messieurs : 14 ans et plus</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Avoir réalisé les minimas de points requis pour chaque épreuve lors des championnats (inter) régionaux hiver ou été.</li></ul> <p>Ou</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Pour l'échéance hivernale, faire partie du collectif national Elite grâce aux performances réalisées la saison précédente lors d'un championnat de France Elite.</li><li>▪ Pour l'échéance estivale, faire partie du collectif national Elite grâce aux performances réalisées en cours de saison lors d'un championnat de France Elite.</li></ul>
---	---

### Les épreuves :

Chaque épreuve sera composée d'une phase éliminatoire et d'une phase finale à 6 plongeurs.

L'ordre de départ des finales correspond à l'ordre inverse du classement des éliminatoires.

En cas d'égalité de points à la 6<sup>e</sup> place lors des éliminatoires, les plongeurs ex-æquo accèdent à la phase suivante dans un ordre de passage déterminé par tirage au sort.

### Les programmes :

- **Les programmes des compétitions individuelles Dames et Messieurs**

	1m	3m	Haut- Vol
Dames	<b>Eliminatoires</b> : 5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents <b>Finale</b> : 5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents	<b>Eliminatoires</b> : 5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents <b>Finale</b> : 5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents	<b>Eliminatoires</b> : 5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents <b>Finale</b> : 5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents
Messieurs	<b>Eliminatoires</b> : 6 plongeurs libres sans limite de coefficient, de 5 groupes différents plus 1 groupe au choix <b>Finale</b> : 6 plongeurs libres sans limite de coefficient, de 5 groupes différents plus 1 groupe au choix	<b>Eliminatoires</b> : 6 plongeurs libres sans limite de coefficient, de 5 groupes différents plus 1 groupe au choix <b>Finale</b> : 6 plongeurs libres sans limite de coefficient, de 5 groupes différents plus 1 groupe au choix	<b>Eliminatoires</b> : 6 plongeurs libres sans limite de coefficient, de 5 groupes différents plus 1 groupe au choix <b>Finale</b> : 6 plongeurs libres sans limite de coefficient, de 6 groupes différents

# Règlements Plongeon

Les six ( 6 ) premières dames et les six ( 6 ) premiers messieurs de chaque épreuve des éliminatoires seront qualifié(e)s pour les finales à condition d'avoir obtenu les points ci-dessous au cours des épreuves éliminatoires.

	1 m	3 m	Haut- vol
Dames	125	140	140
Messieurs	165	180	180

## ▪ Les programmes des compétitions synchronisées Dames et Messieurs

	3m	Haut- Vol
Dames	<p><b>Éliminatoires :</b> 2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule de calcul. 3 plongeurs sans limite de coefficient de difficultés.</p> <p>Cinq groupes différents doivent être utilisés et au tremplin, tous les plongeurs « face en avant » doivent être exécutés avec élan. Dans tous les passages, les plongeurs doivent exécuter le même plongeon (même numéro, même position).</p> <p><b>Finale :</b> 2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule de calcul. 3 plongeurs sans limite de coefficient de difficultés.</p> <p>Cinq groupes différents doivent être utilisés et au tremplin, tous les plongeurs « face en avant » doivent être exécutés avec élan. Dans tous les passages, les plongeurs doivent exécuter le même plongeon (même numéro, même position).</p>	<p><b>Éliminatoires :</b> 2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule de calcul. 3 plongeurs sans limite de coefficient de difficultés.</p> <p>Cinq groupes différents doivent être utilisés. Dans tous les passages, les plongeurs doivent exécuter le même plongeon (même numéro, même position).</p> <p><b>Finale :</b> 2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule de calcul. 3 plongeurs sans limite de coefficient de difficultés.</p> <p>Cinq groupes différents doivent être utilisés. Dans tous les passages, les plongeurs doivent exécuter le même plongeon (même numéro, même position).</p>
Messieurs	<p><b>Éliminatoires :</b> 2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule calcul. 4 plongeurs sans limite de coefficient de difficulté.</p> <p>Cinq groupes au moins doivent être utilisés et au tremplin, tous les plongeurs « face en avant » doivent être exécutés avec élan. Dans tous les passages, les plongeurs doivent exécuter le même plongeon (même numéro, même position).</p> <p><b>Finale :</b> 2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule calcul. 4 plongeurs sans limite de coefficient de difficulté.</p> <p>Cinq groupes au moins doivent être utilisés et au tremplin, tous les plongeurs « face en avant » doivent être exécutés avec élan. Dans tous les passages, les plongeurs doivent exécuter le même plongeon (même numéro, même position).</p>	<p><b>Éliminatoires :</b> 2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule calcul. 4 plongeurs sans limite de coefficient de difficulté.</p> <p>Cinq groupes au moins doivent être utilisés et au tremplin, tous les plongeurs « face en avant » doivent être exécutés avec élan. Dans tous les passages, les plongeurs doivent exécuter le même plongeon (même numéro, même position).</p> <p><b>Finale :</b> 2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule calcul. 4 plongeurs sans limite de coefficient de difficulté.</p> <p>Cinq groupes au moins doivent être utilisés et au tremplin, tous les plongeurs « face en avant » doivent être exécutés avec élan. Dans tous les passages, les plongeurs doivent exécuter le même plongeon (même numéro, même position).</p>

# Règlements Plongeon

## ▪ Les programmes de compétitions synchronisées mixtes Dames et Messieurs (le cas échéant)

Tout comme lors des évènements internationaux, les plongeurs engagés dans les épreuves mixtes entreront directement en phase finale.

	3 m	Haut-vol
<b>Mixte : Dames et Messieurs</b>	<b>Finale</b> : 2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule de calcul. 3 plongeurs sans limite de coefficient de difficulté.  Tous les plongeurs «face en avant» doivent être exécutés avec élan. Les plongeurs en miroir sont autorisés	<b>Finale</b> : 2 plongeurs dont le coefficient de difficulté sera de 2.0 indépendamment de la formule de calcul. 3 plongeurs sans limite de coefficient de difficulté. Les plongeurs en miroir sont autorisés.

Les programmes sont donnés à titre indicatif et pourront être modifiés par la commission fédérale de plongeon en fonction de nécessités diverses (organisateur, nombre d'engagés...).

La programmation des épreuves sera établie par la commission fédérale de plongeon en fonction de nécessités diverses (organisateur, nombre des engagés...)

## Modalités de qualification :

Pour rappel, chaque plongeur engagé dans une épreuve devra, auparavant, avoir réalisé les minimas de points requis lors des championnats (inter) régionaux d'hiver et/ou été.

### ▪ Plongeon individuel :

	1m	3m	HV
Filles	140	150	180
Garçons	220	230	250

### ▪ Plongeon synchronisé :

	3m	10m
Filles	230	250
Garçons	250	270

## Récompenses

Les trois premières et les trois premiers de chacune des épreuves recevront une médaille.

## CHAMPIONNATS DE FRANCE JUNIORS

Les Championnats de France juniors sont divisés en deux parties :

- Les championnats de France juniors d'hiver à 1 m, 3 m et haut-vol.
- Les championnats de France juniors d'été à 1 m, 3 m et haut- vol.

Ils auront lieu au cours des finales complétées par les éliminatoires des championnats de France Elite d'hiver et d'été.

Ces Championnats de France Juniors sont réservés aux plongeurs(es) né(e)s en 2000 et après (20 ans et moins) Les trois premiers de chacune des épreuves recevront une médaille.



# Règlements Plongeon

## Récapitulatif des programmes des compétitions nationales :

Catégorie		1 m	3 m	Haut-vol
C1 Benjamins 12 ans + poussins 11 ans surclassés	Filles	<b>6 plongeurs</b> 4 plongeurs : 101C-201C-301C-401C + 2 libres	<b>6 plongeurs</b> 4 plongeurs : 101C-201C-301C-401C + 2 libres	<b>5m ou 7,5m</b> 5 plongeurs 4 (7,6) + 1 libre
	Garçons	<b>7 plongeurs</b> 5 à (9,0) + 2 libres	<b>7 plongeurs</b> 5 à (9,5) + 2 libres	<b>5m ou 7,5m</b> 6 plongeurs 4 (7,6) + 2 libres
C2 Benjamins 2 13ans	Filles	<b>7 plongeurs</b> 5 (9,0) + 2 libres	<b>7 plongeurs</b> 5 (9,5) + 2 libres	5m ou 7,5 m <b>6 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 2 libres
	Garçons	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,0) + 3 libres	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,5) + 3 libres	5 m ou 7,5 m <b>7 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 3 libres
B Minimes 14 et 15 ns	Filles	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,0) + 3 libres	<b>8 plongeurs</b> 5 (9,5) + 3 libres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>7 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 3 libres 5 groupes ≠
	Garçons	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,0) + 4 libres	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,5) + 4 libres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>8 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 4 libres 5 groupes ≠
A Cadets 16, 17 et 18 ans	Filles	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,0) + 4 libres	<b>9 plongeurs</b> 5 (9,5) + 4 libres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>8 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 4 libres 5 groupes ≠
	Garçons	<b>10 plongeurs</b> 5 (9,0) + 5 libres	<b>10 plongeurs</b> 5 (9,5) + 5 libres	5 m, 7,5 m ou 10 m <b>9 plongeurs</b> : 4 (7,6) + 5 libres 6 groupes ≠
Synchro A et B filles et garçons		-	<b>5 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2,0) + 3 tours (sans limite) 4 groupes doivent être utilisés	-
Juniors 20 ans et plus jeunes	Filles	<b>5 libres</b> 5 groupes doivent être utilisés	<b>5 libres</b> 5 groupes doivent être utilisés	<b>5 libres</b> 5 groupes doivent être utilisés
	Garçons	<b>6 libres</b> 5 groupes doivent être utilisés	<b>6 libres</b> 5 groupes doivent être utilisés	<b>6 libres</b> 6 groupes doivent être utilisés
Elite 14 ans et plus	Dames	Eliminatoires : <b>5 libres</b> Finales (6) : <b>5 libres</b> 5 groupes doivent être utilisés	Eliminatoires : <b>5 libres</b> Finales (6) : <b>5 libres</b> 5 groupes doivent être utilisés	Eliminatoires : <b>5 libres</b> Finales (6) : <b>5 libres</b> 5 groupes doivent être utilisés
Elite 14 ans et plus	Messieurs	Eliminatoires : <b>6 libres</b> Finales (6) : <b>6 libres</b> 5 groupes doivent être utilisés	Eliminatoires : <b>6 libres</b> Finales (6) : <b>6 libres</b> 5 groupes doivent être utilisés	Eliminatoires : <b>6 libres</b> Finales (6) : <b>6 libres</b> 6 groupes doivent être utilisés
Synchro Elite 14 ans et plus	Synchro Dames		<b>5 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés	<b>5 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés
Synchro Elite 14 ans et plus	Synchro messieurs		<b>6 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 4 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés	<b>6 plongeurs</b> 2 tours (coef. assigné = 2) + 4 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés
Synchro Elite 14 ans et plus	Synchro Mixte		<b>5 plongeurs</b> Finale : 2 tours (coef. Assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés	<b>5 plongeurs</b> Finale : 2 tours (coef. Assigné = 2) + 3 tours (sans limite) 5 groupes doivent être utilisés

## PARTICIPATION DE PLONGEURS ÉTRANGERS

Conformément à l'article 24 - 3 du Règlement Intérieur de la Fédération Française de Natation " Les athlètes non sélectionnables en équipes de France, régulièrement licenciés dans un club français conformément à l'article 21 du règlement intérieur, peuvent participer aux championnats organisés par la FFN ou ses structures décentralisées dans les mêmes conditions que les nationaux. **Ils ne peuvent toutefois obtenir individuellement le titre de " champion de France".**

Dans le cadre des Championnats « Open », le Règlement Intérieur de la Fédération Française de Natation sera appliqué.

De plus, les trois premiers de chacune des épreuves recevront une médaille. Toutefois, il y aura un classement français donnant lieu à remise de médailles (et de bonification pour le classement des clubs).

Pour les championnats de France Elite, seuls deux étrangers peuvent se qualifier pour la finale. Si plus de deux plongeurs se trouvent aux places qualificatives, seuls seront pris les deux plongeurs étrangers ayant réalisé les meilleurs scores lors des éliminatoires. La finale devra comporter 6 plongeurs français.

# Règlements Plongeon

## CLASSEMENTS NATIONAUX

### Le classement national des plongeurs par catégories d'âges

- Le classement national des plongeurs est fondé sur le résultat de l'addition des points obtenus à la table de cotation grâce à la meilleure performance de l'année (épreuves nationales ou internationales) auxquels s'additionnent les points de la meilleure bonification obtenue lors des compétitions internationales (ranking).

**TABLE DE COTATION (SERIES DE REFERENCES)**

		Épreuves individuels						Synchronisées	
		1m		3m		Haut Vol		3m	10m
Catégories	Série	Libre	Complète	Libre	Complète	Libre	Complète		
D Poussins	Filles		140		150		120		
	Garçons		170		180		150		
C 1 Benjamins	Filles		180		190		170		
	Garçons		220		240		210		
C 2 Benjamins	Filles		230		250		210		
	Garçons		280		310		260		
B Minimes	Filles		280		300		270	240	
	Garçons		330		360		330	260	
A Cadets	Filles		330		360		340	240	
	Garçons		420		470		430	260	
J Juniors	Filles	210		240		240		240	240
	Garçons	310		350		350		350	350
S Seniors	Dames	230		260		260		260	260
	Messieurs	330		370		370		370	370

**TABLEAU DES POINTS DE BONIFICATIONS**

Place	Jeux Olympiques	Championnat du Monde ou Coupe du Monde	Championnat d'Europe	Compétitions Internationales Séniors	Championnats du Monde des Jeunes JOJ	Championnats d'Europe des Jeunes	Compétitions Internationales Jeunes	Compétitions Internationales Espoirs
1	3130	2660	2490	2320	2150	1980	1810	1640
2	2580	2410	2240	2070	1900	1730	1560	1390
3	2130	1960	1790	1620	1450	1280	1110	940
4	1780	1610	1440	1270	1100	930	760	590
5	1530	1360	1190	1020	850	680	510	340
6	1380	1210	1040	870	700	530	360	190
7	1330	1160	990	820	650	480	310	140
8	1320	1150	980	810	640	470	300	130
9	1310	1140	970	800	630	460	290	120
10	1300	1130	960	790	620	450	280	110
11	1290	1120	950	780	610	440	270	100
12	1280	1110	940	770	600	430	260	90
13	1270	1100	930	760	590	420	250	80
14	1260	1090	920	750	580	410	240	70
15	1250	1080	910	740	570	400	230	60
16	1240	1070	900	730	560	390	220	50
17	1230	1060	890	720	550	380	210	40
18	1220	1050	880	710	540	370	200	30
Part.	1210	1040	870	700	530	360	190	20

# Règlements Plongeon

---

Pour les bonifications Internationales, seule la meilleure performance de chaque colonne, sera prise en compte indépendamment de la hauteur ou du nombre d'épreuves.

En plongeon synchronisé, les points seront divisés par deux et attribués à chaque plongeur.

## **Le classement national des clubs.**

---

Le classement national des clubs est le résultat de l'addition des points de l'ensemble des plongeurs d'un même club et de leurs points de bonification.

## **Le classement national des ligues.**

---

À l'issue de la saison sportive, la Fédération Française de Natation établit un classement national des ligues selon les modalités suivantes : Addition des points du « classement national des clubs », des clubs de chaque région concernée.

## **Règles générales.**

---

Chaque plongeur reçu au Pass'compétition obtient 20 points de bonification pour le classement national des clubs.

## **Production des résultats.**

---

Les clubs et les ligues recevront les résultats des classements en fin de saison. Après vérification de leur part, ils feront parvenir leur validation à la Fédération Française dans les meilleurs délais.

# Règlements Plongeon

## CHAMPIONNATS DE FRANCE DES MAÎTRES

### Règles générales

Tous les plongeurs doivent effectuer une série complète de plongeurs dans leur groupe d'âge.  
Le règlement de plongeon figurant en cinquième partie du manuel FINA s'applique au plongeon des Maîtres, sauf dans les cas ci- après.

Plongeurs du tremplin 1 m et 3 m	Nombre total de plongeurs requis	
	Messieurs	Dames
Groupes d'âge		
25-34 ans	7	6
35-49 ans	7	6
50-59 ans	6	5
60-69 ans	6	5
70 et plus	5	4

Le plongeur peut choisir librement les plongeurs à partir du tableau des plongeurs figurant dans le manuel FINA. La seule exigence est que, dans les groupes d'âge 25- 69 ans, chaque plongeon exécuté ait un numéro de plongeon différent (selon le manuel FINA).

Dans les groupes d'âge 70 - 80 ans et plus, des plongeurs ayant le même numéro de plongeon peuvent être répétés s'ils sont exécutés dans une position différente (droite, carpée, groupée ou libre).

Plongeurs de haut-vol (5 m, 7,5 m ou 10 m)	Nombre total de plongeurs requis	
	Messieurs	Dames
Groupes d'âge		
25-34 ans	6	6
35-49 ans	6	6
50-59 ans	5*	5*
60-69 ans	5*	5*
70 ans et plus	4*	4*

\* À partir de cette tranche d'âge, seules les entrées les pieds les premiers sont autorisées de la plate- forme de 10 m et tout plongeon exécuté de la plate- forme de 10 m ne doit pas voir un coefficient de difficulté dépassant 2. 0.

### Engagements

Les engagements devront parvenir à la Fédération Française de Natation selon la même procédure que celle des Championnats de France Elite.

Les feuilles de plongeon devront être remplies selon les modalités fixées pour les Championnats de France Elite sauf si la compétition n'est pas référencée sur Dive Recorder.

A défaut, les feuilles de plongeon seront fournies sur les lieux de la compétition par le responsable de la FFN et devront être rendues dûment remplies selon l'heure limite déterminée par l'organisateur.

En cas d'impossibilité d'être présents sur place, en temps utile, les clubs devront faire le nécessaire par correspondance, fax ou mail, en adressant la liste des plongeurs dans les délais ci- dessus sur les lieux de la compétition.

### Récompenses

Les trois premiers de chacune des épreuves recevront une médaille.

# Règlements Plongeon

## FICHE D'ENGAGEMENT PLONGEON

Manifestation : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_ Lieu : \_\_\_\_\_

Club : \_\_\_\_\_

<b>Catégories</b>	<b>C1</b>	Poussins 11 ans	<b>B</b>	Minimes	<b>J</b>	Junior
		Benjamins 1	<b>A</b>	Cadet	<b>E</b>	Elite
	<b>C2</b>	Benjamins 2			<b>M</b>	Maîtres

Noms - Prénoms	Genre	Date de Naissance	Catégories	1m	3m	HV	Sy
1							
N° de Licence :	M	Surclassements 1					
Nationalité :	F	Surclassements 2					

Noms - Prénoms	Genre	Date de Naissance	Catégories	1m	3m	HV	Sy
2							
N° de Licence :	M	Surclassements 1					
Nationalité :	F	Surclassements 2					

Noms - Prénoms	Genre	Date de Naissance	Catégories	1m	3m	HV	Sy
3							
N° de Licence :	M	Surclassements 1					
Nationalité :	F	Surclassements 2					

Noms - Prénoms	Genre	Date de Naissance	Catégories	1m	3m	HV	Sy
4							
N° de Licence :	M	Surclassements 1					
Nationalité :	F	Surclassements 2					

Noms - Prénoms	Genre	Date de Naissance	Catégories	1m	3m	HV	Sy
5							
N° de Licence :	M	Surclassements 1					
Nationalité :	F	Surclassements 2					

Noms - Prénoms	Genre	Date de Naissance	Catégories	1m	3m	HV	Sy
6							
N° de Licence :	M	Surclassements 1					
Nationalité :	F	Surclassements 2					

Noms - Prénoms	Genre	Date de Naissance	Catégories	1m	3m	HV	Sy
7							
N° de Licence :	M	Surclassements 1					
Nationalité :	F	Surclassements 2					

Les droits d'engagements se calculent par plongeur et par hauteur.

Les surclassements et les épreuves de plongeon synchronisé ne font pas l'objet de droit d'engagement.

Total : Nombre de hauteur concernée par plongeur \_\_\_\_\_ x le montant du droit d'engagement = \_\_\_\_\_ €

# Règlements Plongeon

## JUGES & OFFICIELS

La qualité de juge de Plongeon est articulée en deux niveaux successifs qui font chacun l'objet d'un examen :

- le "Juge Régional"
- le "Juge National"

Les épreuves des examens de « Juge Régional » et de « Juge National » sont identiques mais les niveaux d'exigence sont différents dans les deux cas.

### **Les épreuves des examens de « juge de plongeon »**

#### Epreuve 1 : connaissance des règlements du Plongeon

Le candidat doit répondre à un questionnaire sur les règlements du Plongeon (Règlements FINA) portant sur :

- les articles du « résumé des pénalités » à appliquer
- le reste du règlement de la FINA

#### Epreuve 2 : reconnaissance des figures

Le candidat doit pouvoir reconnaître un certain nombre de plongeurs différents, réalisés par des plongeurs à l'entraînement ou sur films vidéo. Il doit donner le numéro et la lettre de chaque plongeur vu ou visionné.

#### Epreuve 3 : pratique de notation

Au cours d'une compétition officielle, le candidat sera amené à proposer ses notes, en même temps que les juges de la compétition. La déviance généralement tolérée est de ½ point en plus ou en moins de la moyenne des notes restantes, après élimination des notes extrêmes. Il conviendra que le nombre des « notations » faites par le candidat soit suffisant afin d'établir des pourcentages de « conformité » significatifs et fiables.

### **Conditions d'obtention de l'examen de « juge régional » de plongeon**

L'examen de « Juge Régional » de Plongeon relève de l'autorité des Ligues Régionales.

- être licencié à la F.F.N.
- avoir 16 ans dans l'année de l'examen
- adresser par écrit sa candidature au Président de la Ligue Régionale
- les épreuves seront réalisées et évaluées sous la responsabilité du Président de la Commission Régionale de Plongeon.

Concernant l'épreuve 1 : Plus de 15% d'erreurs sont éliminatoires

Concernant l'épreuve 2 : Plus de 20 % d'erreurs sont éliminatoires.

Concernant l'épreuve 3 : L'épreuve peut se dérouler au cours d'une compétition régionale ou nationale.

Le candidat ne devra pas faire plus de 15 % d'erreurs.

*NB* : Les titulaires du diplôme « Jeune Officiel Plongeon » sont dispensés des épreuves 2 et 3.

### **Conditions d'obtention de l'examen de « Juge National » de plongeon**

L'examen de « Juge National » de Plongeon relève de l'autorité du Président de la Commission Fédérale de Plongeon.

- être licencié à la F.F.N.
- être « Juge Régional » et présenter une activité dans cette fonction pendant une période d'au moins 2 ans avant l'année de l'examen. Cette activité devra être certifiée par le Président de la ligue régionale.

# Règlements Plongeon

---

- adresser une demande écrite de candidature à la F.F.N par l'intermédiaire de la ligue régionale.

*Concernant l'épreuve 1 : Plus de 15% d'erreur sont éliminatoires*

*Concernant l'épreuve 2 : Plus de 15 % d'erreurs sont éliminatoires.*

*Concernant l'épreuve 3 : L'épreuve se déroulera au cours d'une compétition nationale.*

*Le candidat ne devra pas faire plus de 10 % d'erreurs.*

NB :

- Les juges n'ayant participé à aucun jury pendant une période de 2 ans devront, pour officier à nouveau, repasser l'examen correspondant à leur niveau de qualification (Juge Régional ou National).
- Les sportifs de haut-niveau ayant été classés dans les catégories ministérielles « Elite » ou « Senior », peuvent directement se présenter aux épreuves de l'examen de juge national, à condition d'avoir 18 ans dans l'année de l'examen.



# Règlements Plongeon

## CANDIDATURE À L'EXAMEN DE JUGE DE PLONGEON

NOM : .....

Prénom : .....

Date de Naissance : .....

Adresse : .....

.....

.....

E-mail : ..... Tel : .....

Club : ..... N° : .....

Numéro de Licence : .....

Niveau de pratique sportive : .....

.....

.....

Je souhaite m'inscrire à l'examen de juge de plongeon :

Examen de Juge Régional

Examen de Juge National (la demande sera transmise par la ligue à la FFN)

( Date d'obtention de l'examen de Juge Régional : .....) )

**Signature du candidat :**

**Signature et tampon de la ligue régionale :**

**Remplir votre demande et la retourner à la ligue de Natation concernée.**

# Règlements Plongeon

## CALENDRIER PRÉVISIONNEL 2019-2020

Mois	Dates	Compétition et stage	Catégorie d'âge	Lieu
Octobre 2019		Stage d'entraînement	Elite	A déterminer
		Stage d'entraînement	Groupes d'âge	A déterminer
Novembre 2019		CAMO Invitation	A & B	Montréal (CAN)
Décembre 2019		Championnats (inter) régionaux d'hiver	TC	FRA
Décembre 2019		Meeting international	Elite	A déterminer
Janvier 2020	17 - 19	Mad Diving Open	Groupes d'âge	Madrid (ESP)
Février 2020	7 - 9	Championnats de France Jeunes d'hiver	Groupes d'âge	Strasbourg (FRA)
		Championnats de France Elite d'hiver	Elite	
	20 - 23	Grand Prix FINA	Elite	Rostock (ALL)
Mars 2020		Diving World Series étapes 1 et 2	Elite	Japon et Chine
		Trials Coupe du monde	Elite	Paris et Montreuil (FRA)
		Tournoi des 8 Nations	A & B	Suisse
		Grand Prix FINA	Elite	Windsor (CAN)
Avril 2020	11 - 15	Stage préparatoire Coupe du monde	Elite	Kanazawa (JPN)
	20 - 26	Coupe du monde	Elite	Tokyo (JPN)
	23 - 26	Meeting International Jeunes	Groupes d'âge	Dresde (ALL)
		Diving World Series étapes 3 et 4	Elite	A déterminer
Mai 2020	01 - 03	Tournoi international de Bergen	Groupes d'âge	Bergen (NOR)
		Championnats (inter) régionaux d'été	TC	FRA
	18 - 24	Championnats d'europe	Elite	Budapest
		Championnats de France des Jeunes	Groupes d'âge	A déterminer
Juin 2020	12 - 14	Championnats de France Maitres et Elite d'été	Elite	Paris (FRA)
	22 - 28	Championnats d'Europe Junior	Groupes d'âge	A déterminer
		GP FINA	Elite	A déterminer
		COMEN	C, B & D	A déterminer
Juillet 2020	15 - 20	Stage préparatoire aux Jeux Olympiques	Elite	Kanazawa (JPN)
	24 - 09	XXXII Jeux Olympiques	Elite	Tokyo (JPN)
Aout 2020		Championnats du monde Junior	Groupe d'âge	A déterminer
Septembre 2020				