



# Plongeon

## SOMMAIRE

<b>Catégories d'âges FFN / FINA Tremplin et Haut-vol</b> .....	3
<b>Les compétitions qualificatives</b> .....	4
<b>Les compétitions régionales</b> .....	5
Les engagements et les feuilles de plongeon .....	5
Procédure d'appel .....	6
<b>Les championnats régionaux d'été</b> .....	7
Conditions d'accès du programme traditionnel .....	7
Programme traditionnel des compétitions régionales .....	8
Résultats.....	9
Jurys .....	9
<b>Les compétitions territoriales</b> .....	10
Les engagements .....	10
Les forfaits .....	10
Les feuilles de plongeon .....	10
Procédure d'appel.....	11
<b>Les meetings fédéraux</b> .....	12
Conditions d'accès.....	12
Les programmes promotionnels.....	12
Les programmes traditionnels.....	13
Récompenses.....	15
<b>La coupe de France des ligues</b> .....	16
Condition d'accès .....	16
Les programmes .....	16
Les classements .....	19
Récompenses .....	20
<b>Les championnats de France toutes catégories 1m, 3m, haut-vol</b> .....	21
Les engagements .....	22
Forfaits .....	22
Les feuilles de plongeon .....	22
Procédure d'appel .....	22
<b>Les épreuves nationales jeunes 1m, 3m et haut vol</b> .....	24
Conditions d'accès .....	24
Les programmes .....	24
Modalités de qualifications.....	26
Récompenses .....	27
<b>Les épreuves nationales élite 1m, 3m et haut vol</b> .....	28
Conditions d'accès .....	28
Les épreuves .....	28
Les programmes .....	28
Modalités de qualifications.....	30
Récompenses .....	30

<b>Les épreuves nationales junior 1m, 3m et haut vol</b> .....	31
<b>Récapitulatif des programmes des épreuves nationales jeunes, junior, élite</b> .....	32
<b>Participation des plongeurs étrangers</b> .....	33
<b>Les classements nationaux</b> .....	34
Le classement national des plongeurs par catégorie d'âge .....	34
Le classement national des clubs.....	35
Règles générales .....	35
Production des résultats.....	35
<b>Les championnats de France des Maîtres</b> .....	36
Règles générales .....	36
Les engagements.....	37
Récompenses .....	37
<b>Les catégories nationales promotion maîtres 1 et promotion maîtres 2</b> .....	38
Description des catégories .....	38
Les programmes des catégories promotion maîtres 1 et promotion maîtres 2 .....	39
<b>Juges &amp; Officiels</b> .....	41
Les épreuves des examens de juge de plongeur .....	41
Conditions d'obtention de l'examen de Juge Régional de plongeur .....	41
Conditions d'obtention de l'examen de Juge National de plongeur .....	42
<b>Candidature à l'examen de juge de plongeur</b> .....	43
<b>Calendrier prévisionnel des organisations 2022 – 2024</b> .....	44

# Règlements Plongeon

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

### Catégories d'âge FFN Tremplin et Haut-vol Garçons et Filles : Saison 2022 – 2023

Catégories		Années	Âges*
Poussins	D	2012, 2013 et 2014	9, 10 et 11 ans
Benjamins	C	2010, 2011	12 et 13 ans
Minimes	B	2008, 2009	14 et 15 ans
Cadets	A	2005, 2006, 2007	16, 17 et 18 ans
Juniors	J	2003 et après	20 ans et moins
Elite	E	2009 et avant	14 ans et plus

\*au 31 décembre de l'année de la compétition.

### Catégories d'âge FINA Tremplin et Haut-vol Garçons et Filles : Saison 2022 - 2023

Catégories		Années	Âges
Benjamins	C	2010, 2011	12 et 13 ans
Minimes	B	2008, 2009	14 et 15 ans
Cadets	A	2005, 2006, 2007	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.

Pour l'olympiade Paris 2024, les compétitions qualificatives officielles pour le niveau national sont les meetings fédéraux et les championnats (inter)régionaux d'été.

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

Les programmes des meetings fédéraux sont déterminés par la Fédération Française de Natation.

Le programme de la coupe de France des régions est déterminé par la Fédération Française de Natation.

## LES COMPETITIONS REGIONALES

Pour l'olympiade Paris 2024, un seul championnat régional estival doit obligatoirement être mis en place par les ligues au cours de la saison sportive.

Pour chaque saison sportive, il est la dernière étape qualificative pour le plongeur désireux de changer d'échelon territorial de pratique et permet aux plongeurs de se qualifier aux championnats de France toutes catégories.

Chaque ligue aura la possibilité de mettre en place un championnat régional hiver. Toutefois, celui-ci devra avoir lieu au plus tard avant la fin du mois de janvier de chaque saison sportive et ne pourra être qualificatif aux championnats de France toutes catégories.

L'organisation des épreuves des championnats régionaux relève des ligues organisatrices.

Pour les épreuves d'été, chaque championnat devra obligatoirement avoir lieu, au plus tard, 4 semaines avant les championnats de France toutes catégories.

Dans le cas où une ligue ne pourrait organiser ses championnats régionaux, le/les club(s) aura/auront la possibilité de participer aux championnats d'une autre ligue en regagnant la région de son choix. Pour des raisons pratiques, le département fédéral devra en être informé au plus tard 18 jours avant la compétition.

L'information sur les différentes dates de tenues des championnats régionaux d'été doivent parvenir au département fédéral dès que les dates seront connues.

### **Les engagements et les feuilles de plongeur :**

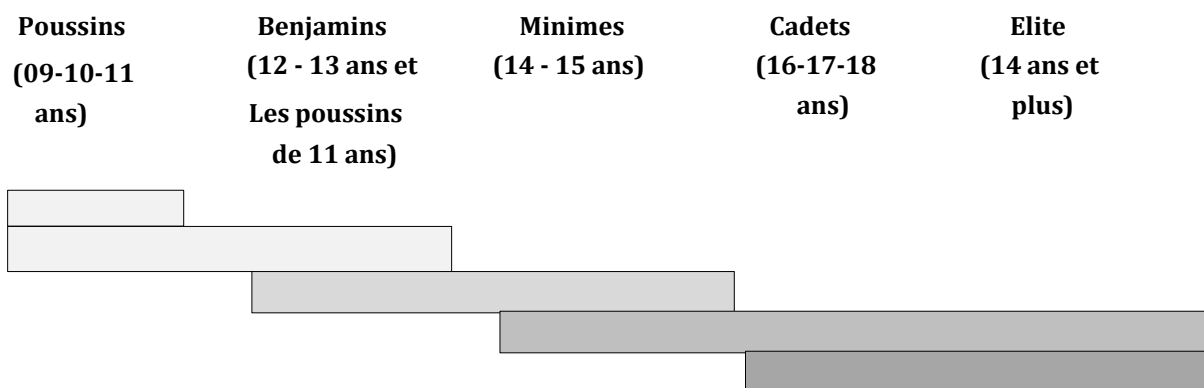
La fédération incite les ligues à effectuer les procédures de saisie des feuilles et de traitement des compétitions régionales via le logiciel diverecorder.

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

Les plongeurs(es) des catégories Poussins (uniquement ceux de 11 ans), Benjamins et Cadets ne pourront s'engager que dans 2 catégories (1 surclassement maximum possible).

Les plongeurs de la catégorie Minimes auront la possibilité de s'engager dans 3 catégories (2 surclassements possibles).

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



# Règlements Plongeon

---

## **Procédure d'appel :**

### **Jury d'appel**

Pour chaque compétition, le délégué de la compétition, assisté du responsable régional des juges, 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, doit rendre sa décision après avoir étudié la réclamation. Si le juge-arbitre est en difficulté pour se prononcer, il doit réunir le jury d'appel pour une prise de décision consolidée.

**Article 3** - À l'issue d'un concours, une réclamation écrite peut être déposée directement auprès du juge-arbitre par un concurrent ou son mandataire. Pour être recevable, cette réclamation doit être déposée au plus tard dans les trente (30) minutes qui suivent la fin du concours. La décision du juge-arbitre ou du jury d'appel font foi en derniers recours nonobstant les réclamations qui pourraient être déposées devant les instances collégiales de la ligue, conformément aux dispositions réglementaires et statutaires.

## LES CHAMPIONNATS REGIONAUX D'ETE






Les ligues doivent prévoir la mise en place :

- d'un programme traditionnel de compétitions identique à celui des championnats de France toutes catégories afin de permettre aux plongeurs de s'y qualifier.

Les ligues peuvent et sont également fortement incitées à mettre en place :

- un programme promotionnel de compétitions pouvant être calqué sur les programmes des meetings fédéraux.

### Conditions d'accès du programme traditionnel :

<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</li><li> Minimes filles / garçons</li><li> Cadettes / cadets</li><li> Elite</li></ul></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La mise en place des conditions d'accès est laissée à l'initiative de la ligue</li></ul>
---	--

# Règlements Plongeon

## Programme traditionnel des compétitions régionales :

Catégories		1 m	3 m	Haut-vol
<b>D</b> <b>Poussins</b> <b>09, 10 et 11</b> <b>ans</b>	<i>Filles</i>	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101, 201, 301, 401 (position au choix) + 3 libres de groupes différents.	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101, 201, 301, 401 (position au choix) + 3 libres de groupes différents.	-
	<i>Garçons</i>	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101, 201, 301, 401 (position au choix) + 3 libres de groupes différents.	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101, 201, 301, 401 (position au choix) + 3 libres de groupes différents.	-
<b>C</b> <b>Benjamins</b> <b>12 et 13ans</b>	<i>Filles</i>	<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
	<i>Garçons</i>	<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</b> <b>ans</b>	<i>Filles</i>	<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 ≠
	<i>Garçons</i>	<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</b> <b>ans</b>	<i>Filles</i>	<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 ≠
	<i>Garçons</i>	<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 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 régionales devront être composés de juges ayant au moins la qualification régionale.

# Règlements Plongeon

## LES COMPETITIONS TERRITORIALES

Les compétitions territoriales sont des étapes clés dans la saison du plongeur.

Pour l'olympiade Paris 2024, sont considérées comme compétitions territoriales :

- Les meetings fédéraux
- La coupe de France des ligues

Seuls les meetings fédéraux, au même titre que les championnats régionaux d'été, sont qualificatifs aux championnats de France toutes catégories.

### Les engagements :

La procédure d'engagements pour les meetings fédéraux et la coupe de France des ligues est comme suit :

- Les engagements doivent être établis via la procédure fédérale en vigueur.
- Les engagements devront parvenir par mail, au département plongeon de la Fédération Française de Natation ([plongeon@ffnatation.fr](mailto:plongeon@ffnatation.fr)), au plus tard, **18 jours** avant le début de la première épreuve, accompagné, de préférence, des droits d'engagements.

Le coût d'engagement est de **10 €** par épreuve et par plongeur pour les épreuves traditionnelles et de **5€** par épreuve et par plongeur pour les épreuves promotionnelles.

Attention, dès lors que cela sera possible, tout engagement non confirmé pendant la période d'engagement sera considéré comme nul (édition du bordereau informatique non validé).

A titre exceptionnel, les engagements déposés après la fermeture de la procédure fédérale en vigueur seront enregistrés et facturés à **20 €** par épreuve et par plongeur.

Le paiement des engagements est accepté par chèque ou virement bancaire (incluant le nom du club, la compétition concernée et le(s) plongeur(s) en référence du virement) jusqu'à 15 jours après la fin de la compétition. Passé ce délai, une pénalité forfaitaire de **100 €** sera appliquée. En cas de non-paiement, le club ne pourra pas engager ses plongeurs à la prochaine compétition.

### Les forfaits :

**80 €** de pénalité forfaitaire sera appliquée pour un forfait déclaré moins de 14 jours avant la première épreuve de la compétition sauf en cas de production d'un certificat médical dans les 48 heures.

### Les feuilles de plongeon :

Les feuilles de plongeon doivent 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 (clôture de remise des feuilles de plongeon), **10 €** de pénalités seront appliqués par feuille en retard ou modifiée en retard.

# Règlements Plongeon

---

Toute saisie ou modification de feuille réalisée moins de 24 heures avant le début du premier concours de la compétition, devra directement être faite auprès du secrétariat et non en ligne sur diverecorder.

## **Procédure d'appel :**

### **Jury d'appel**

Pour chaque compétition, le délégué de la compétition, assisté du responsable fédéral des juges, 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, doit rendre sa décision après avoir étudié la réclamation. Si le juge-arbitre est en difficulté pour se prononcer, il doit réunir le jury d'appel pour une prise de décision consolidée.

**Article 3** - À l'issue d'un concours, une réclamation écrite peut être déposée directement auprès du juge-arbitre par un concurrent ou son mandataire. Pour être recevable, cette réclamation doit être déposée au plus tard dans les trente (30) minutes qui suivent la fin du concours. La décision du juge-arbitre ou du jury d'appel font foi en derniers recours nonobstant les réclamations qui pourraient être déposées devant les instances collégiales de la Fédération, conformément aux dispositions réglementaires et statutaires.

# Règlements Plongeon

## LES MEETINGS FEDERAUX

Les meetings fédéraux sont organisés chaque année par la Fédération Française de Natation en partenariat avec la ligue et le club hôtes.

Ils s'adressent à la fois à un public évoluant dans le système compétitif traditionnel, mais également à des plongeurs confirmés ne disposant toutefois pas encore du niveau requis pour s'engager dans le programme traditionnel.

### Conditions d'accès :

<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b><u>Epreuves promotionnelles : 7 ans et plus</u></b><ul style="list-style-type: none"><li>▪ Challenge promotionnel Avenirs 11 ans et moins à 1m</li><li>▪ Challenge promotionnel 12 - 14 ans à 1m et/ou 3m</li><li>▪ Challenge promotionnel 15 - 18 ans à 1m et/ou 3m</li><li>▪ Challenge promotionnel Maîtres 39 ans et moins à 1m et/ou 3m</li><li>▪ Challenge promotionnel Maîtres 40 ans et plus à 1m et/ou 3m</li></ul></li><li>▪ <b><u>Epreuves traditionnelles : 9 ans et plus</u></b><ul style="list-style-type: none"><li>▪ Poussin(e)s</li><li>▪ Benjamins(e)s</li><li>▪ Minimes filles / garçons</li><li>▪ Cadettes et cadets</li><li>▪ Seniors</li></ul></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Chaque club peut engager le nombre de plongeurs qu'il souhaite par catégories et par sexe.</li><li>▪ Pour les catégories promotionnelles aucun surclassement n'est possible.</li><li>▪ Pour les épreuves traditionnelles, chaque club a la possibilité d'engager un plongeur soit dans sa catégorie d'âge d'origine, soit dans la catégorie d'âge supérieure.</li></ul>
--	---

### Les programmes promotionnels :

11 ans et moins	Filles et Garçons	5 plongeurs	4 plongeurs à 1m aux coefficients imposés : 100 A (1,0), 200 A (1,0), 010 B (1,1), 020 A (1,2).	1 plongeur imposé 1m au coefficient de difficulté déterminé par la table de des coefficients FINA en vigueur : 101 C.
12 - 14 ans	Filles et Garçons	6 plongeurs de numéros différents.	3 plongeurs aux coefficients de difficultés suivants : <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Chute avant carpée à 1m (1,1) ou 3m (1,2)</li><li>▪ Chute arrière droite à 1m (1,2) ou 3m (1,3)</li><li>▪ 101 C à 1m uniquement au coefficient FINA en vigueur.</li></ul>	3 plongeurs libres mais de groupes différents réalisés à 1m uniquement. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.
15 - 18 ans	Filles et Garçons	6 plongeurs de numéros différents.	3 plongeurs imposés à 1m ou 3m aux coefficients de difficultés déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.	3 plongeurs libres à 1m ou 3m sans limite de coefficient. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.
			Pour l'ensemble des plongeurs imposés et libres, 4 groupes de plongeur doivent être réalisés. Aucun plongeur ne doit être doublé.	

# Règlements Plongeon

<b>Maitres</b> <b>39 ans et moins</b>	<b>Dames</b>	4 plongeurs	4 plongeurs différents sans limites de coefficients de difficultés. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.
	<b>Messieurs</b>	5 plongeurs	5 plongeurs différents sans limites de coefficients de difficultés. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.
<b>Maitres</b> <b>40 ans et plus</b>	<b>Dames</b>	4 plongeurs	4 plongeurs différents sans limites de coefficients de difficultés. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.
	<b>Messieurs</b>	5 plongeurs	5 plongeurs différents sans limites de coefficients de difficultés. Les coefficients de difficultés sont déterminés par la table des coefficients FINA en vigueur.
<b>Team Event</b>	<b>Equipe mixte ou non mixte</b>	4 plongeurs	Chaque équipe devra être composée de 4 personnes issues d'un même club ou de clubs différents.  Chaque équipe doit comprendre un(e) poussin(e) ou un(e) benjamin(e), 3 plongeurs(es) parmi les catégories minime, cadet(te), senior ou master et dans la limite de 1 senior.  Chaque équipe devra réaliser 4 plongeurs au total sans limite de coefficients de difficultés.  Chaque plongeur devra présenter un plongeon à 1m, 3m ou 5m dans un groupe différent sans limite de coefficients de difficultés.  Les coefficients de difficultés des plongeurs réalisés sont ceux de la table des coefficients FINA en vigueur.

## Les programmes traditionnels :

### ❖ Tremplin de 1m

<b>Poussins</b>	<b>Filles</b>	6 plongeurs de numéros différents	3 plongeurs imposés au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<b>Garçons</b>	6 plongeurs de numéros différents	3 plongeurs imposés au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Benjamins</b>	<b>Filles</b>	7 plongeurs de numéros différents.	5 plongeurs de groupes différents dont la somme des coefficients est inférieure ou égale à 9,0.	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 9,0.	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 9,0.	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 9,0.	4 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.

# Règlements Plongeon

<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 9,0.	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 9,0.	5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Senior</b>	<b>Dames</b>	5 plongeurs de numéros différents	5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.	
	<b>Messieurs</b>	6 plongeurs de numéros différents	6 plongeurs libres sans limite de coefficient issus de 5 groupes différents.	

## ❖ Tremplin de 3m

<b>Poussins</b>	<b>Filles</b>	6 plongeurs de numéros différents	3 plongeurs imposés au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<b>Garçons</b>	6 plongeurs de numéros différents	3 plongeurs imposés au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Benjamins</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 est 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 est de 2.0 indépendamment de la formule de calcul	3 plongeurs sans limite de coefficient de difficultés

# Règlements Plongeon

---

<b>Senior</b>	<i>Dames</i>	5 plongeurs de numéros différents	5 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.	
	<i>Messieurs</i>	6 plongeurs de numéros différents	6 plongeurs libres sans limite de coefficient issus de 5 groupes différents.	
<b>Plongeon synchronisé</b>	<i>Dames</i>	5 plongeurs de numéros différents.	2 plongeurs dont le coefficient de difficulté est de 2.0 indépendamment de la formule de calcul	3 plongeurs sans limite de coefficient de difficultés
	<i>Messieurs</i>	6 plongeurs de numéros différents.	2 plongeurs dont le coefficient de difficulté est de 2.0 indépendamment de la formule de calcul	4 plongeurs sans limite de coefficient de difficultés

## **Récompenses :**

Les trois premiers plongeurs des épreuves individuelles et les trois premières équipes du Team Event recevront des récompenses.







# Règlements Plongeon

## LA COUPE DE FRANCE DES LIGUES

La coupe de France des ligues a lieu une seule fois par saison sportive et est organisée de préférence au mois de mai.

Elle se veut être une compétition d'animation par équipe de ligue.

### Conditions d'accès :

<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Filles et Garçons : de 9 ans et plus<ul style="list-style-type: none"><li> Poussin(e)s</li><li> Benjamin(e)s</li><li> Minimes filles / garçons</li><li> Cadettes et cadets</li><li> Senior</li><li> Maîtres</li></ul></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Chaque ligue doit constituer des équipes de 2 plongeurs maximum par catégorie et par sexe dans les catégories suivantes : poussins, benjamins, minimes, cadets, senior, Maîtres. 6 filles et 6 garçons. 12 plongeurs au total.</li><li>▪ Les modalités de composition des équipes ligues sont à l'initiative de chaque région.</li></ul>
---	--

### Les programmes :

#### ✓ Le Jump Event

Composition de l'équipe	Epreuves	Règles
<ul style="list-style-type: none"><li>○ Equipe de 2 à 4 plongeurs issus d'une même ligue.</li><li>○ 5 plongeurs issus de 4 groupes différents doivent être présentés.</li><li>○ 1 garçon et 1 fille doivent obligatoirement prendre part à une épreuve individuelle.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 1m synchro : 1 garçon / 1 fille réalisant un plongeon avec vrille</li><li>○ 1m : 1 fille ou 1 garçon réalisant un plongeon libre</li><li>○ 3m synchro : 1 garçon / 1 fille réalisant un plongeon arrière ou renversé</li><li>○ 3m : 1 garçon ou 1 fille réalisant un plongeon libre</li><li>○ 5m, 7,5 ou 10m : 1 garçon ou 1 fille réalisant un plongeon libre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Les coefficients de difficultés des plongeurs réalisés sont ceux de la table des coefficients de difficultés FINA.</li><li>○ Aucune exécution de plongeon n'est soumise à une limite de coefficient de difficulté.</li></ul>



# Règlements Plongeon

## ✓ Le Team Event

Composition de l'équipe	Epreuves	Règles
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Equipe de 5 plongeurs issus d'une même ligue.</li> <li>○ Chaque équipe doit être constituée d'un(e) poussin(e) ou d'un(e) benjamin(e) et de 4 plongeurs(es) parmi les catégories minimes, cadet(te), senior ou master, dans la limite d'un senior par équipe.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1 plongeur libre doit être présenté à 1m.</li> <li>○ 1 plongeur libre doit être présenté à 3m.</li> <li>○ 1 plongeur libre doit être présenté en plateforme si les installations le permettent : ou 1 plongeur libre synchronisé mixte doit être présenté à 1m ou 3m.</li> <li>○ 1 plongeur libre synchronisé unisexe doit également être présenté à 1m ou 3m.</li> <li>○ 1 plongeur libre sur la hauteur de son choix.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Chaque équipe doit présenter 5 plongeurs de 5 groupes différents au total (ou de 4 groupes différents si les épreuves en plateforme ne peuvent avoir lieu) sans limite de coefficients de difficultés.</li> <li>○ Les coefficients de difficultés des plongeurs réalisés sont ceux de la table des coefficients de difficultés FINA.</li> </ul>

## ✓ L'australienne filles et garçons

Composition des équipes	Epreuves	Règles
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Une équipe filles de 5 plongeurs maximum issus d'une même ligue.</li> <li>○ Une équipe garçons de 5 plongeurs maximum issus d'une même ligue.</li> <li>○ La composition des équipes filles et des équipes garçons est laissée à l'initiative des régions (catégories d'âges, niveau).</li> </ul>	<b><u>Phase éliminatoire :</u></b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tour n°1 : tous les plongeurs font un plongeur imposé à 1m ou 3m parmi les groupes 1 et 4.</li> <li>○ Tour n°2 : tous les plongeurs font un plongeur imposé à 1m ou 3m parmi les groupes 2 et 3</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Le coefficient de difficulté des plongeurs imposés est assigné à 2.0.</li> <li>○ Les 2 plongeurs qui ont fait le plus faible total de points sont éliminés.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tour n°3 : tous les plongeurs font un plongeur libre à 1m ou 3m parmi les groupes 1 et 4.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les plongeurs libres du tour 3 sont sans limite de coefficients de difficultés. Le groupe choisi devra obligatoirement être différent de celui du tour 1.</li> <li>○ Les 2 plongeurs qui ont fait le plus faible total de points sont éliminés.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tour n°4 : tous les plongeurs font un plongeur libre à 1m ou 3m parmi les groupes 2 et 3.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les plongeurs libres du tour 4 sont sans limite de coefficients de difficultés. Le groupe choisi devra obligatoirement être différent de celui du tour 2.</li> <li>○ Les 2 plongeurs qui ont fait le plus faible total de points sont éliminés.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tour n°5 : tous les plongeurs font un plongeur libre à 1m ou 3m du groupe 5.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les plongeurs libres du tour 5 sont sans limite de coefficients de difficultés.</li> <li>○ À la fin du 5ème tour, les 10 meilleurs plongeurs sont qualifiés en finale.</li> </ul>

# Règlements Plongeon

Composition de la finale	Epreuves	Règles
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Finale à 10 plongeurs maximum qualifiés à partir des résultats de la phase éliminatoire.</li> <li>○ L'ensemble des totaux de points sont remis à zéro à l'issue de la phase éliminatoire.</li> </ul>	<p><b><u>Phase finale :</u></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les feuilles de plongeon des plongeurs accédant à la phase finale doivent être réalisées dans les 30 minutes suivant la phase éliminatoire.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tour n°6 : Tous les plongeurs réalisent 1 plongeon libre avant ou retourné à 1m ou 3m.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les plongeurs libres du tour n°6 sont sans limite de coefficients de difficultés.</li> <li>○ Les 2 plongeurs aux scores les plus faibles sont éliminés.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tour n°7 : Tous les plongeurs réalisent 1 plongeon libre arrière ou renversé à 1m ou 3m.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les plongeurs libres du tour n°7 sont sans limite de coefficients de difficultés.</li> <li>○ Les 2 plongeurs aux scores les plus faibles sont éliminés.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tour n°8 : Tous les plongeurs réalisent 1 plongeon libre avec vrille à 1m ou 3m.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les plongeurs libres du tour 4 sont sans limite de coefficients de difficultés.</li> </ul>

**NB1 :** La contrainte d'élimination à l'issue du tour n°2, puis du tour n°3 etc. s'applique partiellement ou nullement si elle empêche qu'au moins deux plongeurs atteignent le dernier tour.

**NB2 :** Dans les cas où une/des égalités des totaux de points ne permettent pas d'éliminer le bon nombre de plongeurs tel que prévu par la règle, ces derniers passent au tour d'après ; et le nombre de plongeurs à éliminer au tour suivant augmente d'autant.

## ✓ Le Tournoi de plongeon :

Composition de l'équipe	Epreuves	Règles
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 4 équipes maximum de 2 plongeurs par ligue.</li> <li>○ Une fille et un garçon composent chaque binôme.</li> <li>○ La composition des équipes binômes est laissée à l'initiative des régions (catégories d'âges, niveau).</li> </ul>	<p><b><u>Phase éliminatoire :</u></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Chaque ligue présente autant de binômes qu'elle souhaite dans la limite de 4.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Chaque plongeur réalise un plongeon libre à 1m ou 3m.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les plongeurs libres du tour sont sans limite de coefficients de difficultés.</li> <li>○ A l'issue du premier tour, les 8 meilleurs binômes sont qualifiés pour la phase suivante ; le tournoi.</li> </ul>

# Règlements Plongeon

Composition de l'équipe	Epreuves	Règles
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 4 équipes maximum de 2 plongeurs par ligue.</li> <li>○ Une fille et un garçon composent chaque binôme.</li> <li>○ La composition des équipes binômes est laissée à l'initiative des régions (catégories d'âges, niveau).</li> </ul>	<p><b><u>Phase finale :</u></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Par tirage au sort, deux équipes de ligue différentes se rencontrent en face à face au 1er tour en 1 contre 1.</li> <li>○ Chaque équipe vainqueur accède au tour suivant.</li> <li>○ Le tableau de rencontres est composé en fonction du nombre d'équipes au départ.</li> <li>○ Chaque match est composé de 2 fois 2 plongeurs.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les quarts de finale :</li> </ul> <p>Les plongeurs réalisent un plongeon avant et retourné.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les plongeurs libres sont réalisés sans limite de coefficients de difficultés.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les demi-finales</li> </ul> <p>Les plongeurs réalisent un plongeon arrière et renversé.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les plongeurs libres sont réalisés sans limite de coefficients de difficultés.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ La finale</li> </ul> <p>Les deux plongeurs réalisent un plongeon avec vrille.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Les plongeurs libres sont réalisés sans limite de coefficients de difficultés.</li> <li>○ Les deux plongeurs peuvent réaliser le même plongeon avec vrille.</li> </ul>

## **Les classements :**

A l'issue de la compétition, plusieurs classements seront établis :

- un classement filles
- un classement garçons
- un classement par équipe de ligue

Les classement filles et garçons seront établi grâce à l'addition des points obtenus à l'issue des épreuves « australiennes filles », « australiennes garçons » et du « tournoi de plongeon » en suivant le tableau ci-après.

Le classement par équipe de ligue sera établi grâce à l'addition des points obtenus à l'issue des épreuves du « Team Event », du « Jump Event », des « australiennes filles et garçons » et du « tournoi de plongeon » en suivant les tableaux ci-après.

# Règlements Plongeon

CLASSEMENT PAR EQUIPE (OU BINOME)		
<b>Team Event</b>  +  <b>Jump Event</b>	<b>Place</b>	<b>Points</b>
	1 <sup>er</sup>	26
	2 <sup>ème</sup>	24
	3 <sup>ème</sup>	22
	4 <sup>ème</sup>	20
	5 <sup>ème</sup>	18
	6 <sup>ème</sup>	16
	7 <sup>ème</sup>	14
	8 <sup>ème</sup>	12
	9 <sup>ème</sup>	10
	10 <sup>ème</sup>	8
	11 <sup>ème</sup>	6
	12 <sup>ème</sup>	4
13 <sup>ème</sup>	2	
<b>Le tournoi de plongeon</b>  <i>(uniquement les plongeurs accédant aux phases finales marquent des points)</i>	1 <sup>er</sup>	26
	2 <sup>ème</sup>	24
	3 <sup>ème</sup>	22
	4 <sup>ème</sup>	20
	5 <sup>ème</sup>	18
	6 <sup>ème</sup>	16
	7 <sup>ème</sup>	14
	8 <sup>ème</sup>	12

CLASSEMENT INDIVIDUEL		
<b>Australienne</b>  <b>filles et garçons</b>  <i>(uniquement les plongeurs accédant aux phases finales marquent des points)</i>	<b>Place</b>	<b>Points</b>
	1 <sup>er</sup>	26
	2 <sup>ème</sup>	24
	3 <sup>ème</sup>	22
	4 <sup>ème</sup>	20
	5 <sup>ème</sup>	18
	6 <sup>ème</sup>	16
	7 <sup>ème</sup>	14
	8 <sup>ème</sup>	12
	9 <sup>ème</sup>	10
10 <sup>ème</sup>	8	

## Récompenses :

Les trois premiers plongeurs du classement filles et du classement garçons recevront des récompenses. Les trois premières équipes du classement par équipe de ligue recevront des récompenses.

# Règlements Plongeon

## LES CHAMPIONNATS DE FRANCE TOUTES CATEGORIES

Pour l'olympiade Paris 2024, les championnats de France toutes catégories sont désormais le point d'orgue de la saison sportive du plongeur.

Ils rassembleront l'ensemble des épreuves nationales Jeunes, Juniors et Elite, de tremplin et de plateforme.

Ils ont lieu une fois par an ; de préférence au mois de juin de chaque saison sportive.

Concernant les épreuves Jeunes, dans la continuité de la fin de l'olympiade Tokyo 2020, la catégorie « poussins » a toujours sa place dans les programmes de compétitions.

Son accès y est facilité. Le plongeur désirant participer aux épreuves nationales poussines n'est pas dans l'obligation de réaliser au préalable des minimas de points qualificatifs.

Toutefois, et en lien avec la règle des surclassements, tout plongeur Poussin souhaitant participer aux épreuves nationales de la catégorie supérieure (Benjamins C) est soumis à la réalisation de minimas de points qualificatifs lors des compétitions régionales d'été et/ou territoriales.

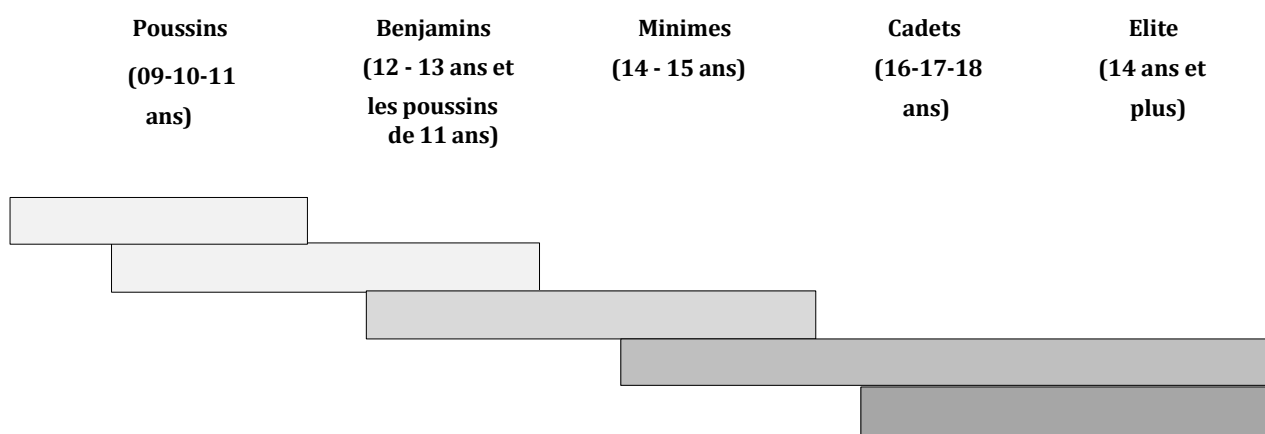
De plus, seuls les plongeurs âgés de 11 ans (dernière année de la catégorie « poussins ») ont la possibilité de plonger dans leur catégorie et dans celle des « benjamins » (C).

Les plongeurs des catégories Poussins (uniquement ceux de 11 ans), Benjamins et Cadets ne peuvent pas s'engager dans plus de 2 catégories d'âge maximum (1 surclassement possible).

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

Concernant les épreuves Junior et Elite, les programmes de l'olympiade Tokyo 2020 restent identiques et sont reconduits pour l'olympiade Paris 2024.

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



### Nouveauté de l'olympiade Paris 2024 :

- tout plongeur a la possibilité de s'engager dans une épreuve bonus de sa catégorie d'âge à condition de s'être préalablement qualifié sur une des épreuves de sa catégorie d'âge.  
La notion « d'épreuve bonus » n'est pas valable pour les catégories de surclassement.

# Règlements Plongeon

---

## Les engagements :

La procédure d'engagements pour les meetings fédéraux et la coupe de France des ligues est comme suit :

- Les engagements doivent être établis via la procédure fédérale en vigueur.
- Les engagements devront parvenir par mail, au département plongeon de la Fédération Française de Natation ([plongeon@ffnatation.fr](mailto:plongeon@ffnatation.fr)), au plus tard, **18 jours** avant le début de la première épreuve, accompagné, de préférence, des droits d'engagements.

Le coût d'engagement est de **10 €** par épreuve et par plongeur pour les épreuves traditionnelles et de **5€** par épreuve et par plongeur pour les épreuves promotionnelles.

Attention, dès lors que cela sera possible, tout engagement non confirmé pendant la période d'engagement sera considéré comme nul (édition du bordereau informatique non validé).

A titre exceptionnel, les engagements déposés après la fermeture de la procédure fédérale en vigueur seront enregistrés et facturés à **20 €** par épreuve et par plongeur.

Le paiement des engagements est accepté par chèque ou virement bancaire (incluant le nom du club, la compétition concernée et le(s) plongeur(s) en référence du virement) jusqu'à 15 jours après la fin de la compétition. Passé ce délai, une pénalité forfaitaire de **100 €** sera appliquée. En cas de non-paiement, le club ne pourra pas engager ses plongeurs à la prochaine compétition.

## Les forfaits :

**80 €** de pénalité forfaitaire sera appliquée pour un forfait déclaré moins de 14 jours avant la première épreuve de la compétition sauf en cas de production d'un certificat médical dans les 48 heures.

## Les feuilles de plongeon :

Les feuilles de plongeon doivent 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 (clôture de remise des feuilles de plongeon), **10 €** de pénalités seront appliqués par feuille en retard ou modifiée en retard.

Toute saisie ou modification de feuille réalisée moins de 24 heures avant le début du premier concours de la compétition, devra directement être faite auprès du secrétariat et non en ligne sur [diverecorder](http://diverecorder).

## Procédure d'appel :

### **Jury d'appel**

Pour chaque compétition, le délégué de la compétition, assisté du responsable fédéral des juges, 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.

# Règlements Plongeon

---

**Article 2** - Le juge-arbitre, saisi d'une réclamation en application de l'article précédent, doit rendre sa décision après avoir étudié la réclamation. Si le juge-arbitre est en difficulté pour se prononcer, il doit réunir le jury d'appel pour une prise de décision consolidée.

**Article 3** - À l'issue d'un concours, une réclamation écrite peut être déposée directement auprès du juge-arbitre par un concurrent ou son mandataire. Pour être recevable, cette réclamation doit être déposée au plus tard dans les trente (30) minutes qui suivent la fin du concours. La décision du juge-arbitre ou du jury d'appel font foi en derniers recours nonobstant les réclamations qui pourraient être déposées devant les instances collégiales de la Fédération, conformément aux dispositions réglementaires et statutaires.

# Règlements Plongeon

## LES EPREUVES NATIONALES JEUNES 1M, 3M ET HAUT-VOL

### Conditions d'accès :

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Filles et Garçons : de 9 à 18 ans</li> <li style="margin-left: 20px;">✚ Poussin(e)s</li> <li style="margin-left: 20px;">✚ Benjamin(e)s *</li> <li style="margin-left: 20px;">✚ Minimales filles / garçons</li> <li style="margin-left: 20px;">✚ Cadettes et cadets</li> </ul> <p style="margin-left: 20px;">* inclus les poussin(e)s de 11 ans surclassé(e)s</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Avoir réalisé les minimas de points requis pour les catégories Benjamins, Minimales, Cadets lors des compétitions régionales d'été et/ou territoriales (hors épreuve bonus et dans la limite des surclassements autorisés).</li> </ul> <p style="text-align: center;">Ou</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Faire partie du collectif national Jeunes en ayant réalisé les minimas de points requis lors des championnats de France de la saison passée. Si le plongeur/la plongeuse a changé de catégorie d'âge, il lui faudra avoir réalisé les points de sa nouvelle catégorie au cours du championnat de France toutes catégories de la saison précédente.</li> </ul>
---	--

### Les programmes :

- Les programmes du tremplin de 1 m

<b>Poussins</b>	<i>Filles</i>	6 plongeurs de numéros différents	3 plongeurs imposés au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<i>Garçons</i>	6 plongeurs de numéros différents	3 plongeurs imposés au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Benjamins</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>Minimales</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>Poussins</b>	<b>Filles</b>	6 plongeurs de numéros différents	3 plongeurs imposés au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
	<b>Garçons</b>	6 plongeurs de numéros différents	3 plongeurs imposés au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B.	3 plongeurs libres sans limite de coefficient et de groupes différents.
<b>Benjamins</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 est 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 est 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	<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 doit, auparavant, avoir réalisé les minima de points requis lors des compétitions régionales d'été et/ou territoriales (hors catégorie « poussins »).

### Plongeon individuel :

	1m			3m			Haut-Vol		
	C	B	A	C	B	A	C	B	A
Filles	140	170	210	150	180	220	130	155	200
Garçons	165	200	260	175	210	270	150	180	250

# Règlements Plongeon

---

- **Plongeon synchronisé :**

	3m
	A-B
Filles	170
Garçons	200

## Récompenses :

Les trois premiers de chacune des épreuves recevront des récompenses.

# Règlements Plongeon

## LES EPREUVES NATIONALES ELITE 1M, 3M ET HAUT-VOL

Pour l'olympiade Paris 2024, les championnats de France toutes catégories Elite comprennent les épreuves et programmes suivants :

- 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 :

<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 compétitions régionales d'été et/ou territoriales. (hors épreuve bonus)</li></ul> <p>Ou</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Faire partie du collectif national Elite en ayant réalisé les minimas de points requis lors des championnats de France Toutes catégories de la saison passée.</li></ul>
---	---

### Les épreuves :

Chaque épreuve est 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	140	150	150
Messieurs	200	210	210

## ▪ Les programmes des compétitions synchronisées Dames et Messieurs

	3m	Haut- Vol
Dames	<p><b>Éliminatoires</b> : 2 plongeurs dont le coefficient de difficulté est 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 est 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 est 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 est 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 est de 2.0 indépendamment de la formule de 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 est de 2.0 indépendamment de la formule de 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 est de 2.0 indépendamment de la formule de 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 est de 2.0 indépendamment de la formule de 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 est 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 est 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 doit, auparavant, avoir réalisé les minimas de points requis lors des compétitions régionales d'été et/ou territoriales.

#### ▪ **Plongeon individuel :**

	1m	3m	HV
Filles	140	150	150
Garçons	200	230	230

#### ▪ **Plongeon synchronisé :**

	3m	10m
Filles	190	190
Garçons	250	250

### **Récompenses :**

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

## **LES EPREUVES NATIONALES JUNIOR 1M, 3M ET HAUT-VOL**

Elles ont lieu au cours des finales complétées par les éliminatoires des épreuves nationales élites des championnats de France toutes catégories.

L'accès aux épreuves est réservé aux plongeurs(es) né(e)s en 2003 et après (20 ans et moins).

Les trois premiers de chaque épreuve recevront une récompense.

# Règlements Plongeon

## RECAPITULATIF DES EPREUVES NATIONALES JEUNES, JUNIOR, ELITE

Catégorie		1 m	3 m	Haut-vol
Poussin(e)s	Filles	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B + 3 libres de groupes différents.	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B + 3 libres de groupes différents.	
	Garçons	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B + 3 libres de groupes différents.	<b>6 plongeurs</b> 3 plongeurs au choix de 3 groupes différents parmi 101 C ou B, 201C, 301C, 401C ou B + 3 libres de groupes différents.	
C Benjamin(e)s 12, 13ans + poussin(e) 11 ans surclassé(e)s	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 Cadet(te)s 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). En sus, les trois premiers du classement open, s'ils sont étrangers, recevront aussi une médaille correspondant à leur position au classement open.

Pour les épreuves nationales élites des championnats de France toutes catégories, 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 (meetings fédéraux ou championnats de France toutes catégories 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		
<b>D</b> Poussins	Filles		170		180		140		
	Garçons		200		220		170		
<b>C</b> Benjamins	Filles		230		250		210		
	Garçons		280		310		260		
<b>B</b> Minimes	Filles		280		300		270	240	
	Garçons		330		360		330	260	
<b>A</b> Cadets	Filles		330		360		340	240	
	Garçons		420		470		430	260	
<b>J</b> Juniors	Filles	210		240		240		240	240
	Garçons	310		350		350		350	350
<b>S</b> Seniors	Dames	230		260		250		260	250
	Messieurs	330		370		370		360	350

**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, est prise en compte indépendamment de la hauteur ou du nombre d'épreuves.

En plongeon synchronisé, les points sont 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

## LES 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.

#### Les plongeurs individuels

Plongeurs du tremplin 1 m et 3 m	Nombre total de plongeurs requis	
	Messieurs	Dames
25-29 ans	7	6
30-34 ans	7	6
35-39 ans	7	6
40-44 ans	7	6
45-49 ans	7	6
50-54 ans	6	5
55-59 ans	6	5
60-64 ans	6	5
65-69 ans	6	5
70-74 ans	5	4
75-79 ans	5	4
80 ans et plus	4	3

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 plongeur exécuté ait un numéro de plongeur différent (selon le manuel FINA).

Dans les groupes d'âge 70 ans et plus, des plongeurs ayant le même numéro de plongeur 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
25-29 ans	6	6
30-34 ans	6	6
35-39 ans	6	6
40-44 ans	6	6
45-49 ans	6	6
50-54 ans	5*	5*
55-59 ans	5*	5*
60-64 ans	5*	5*
65-69 ans	5*	5*
70-74 ans	4*	4*
75-79 ans	4*	4*
80 ans et plus	3*	3*

\* À partir de cette tranche d'âge, seules les entrées les pieds les premiers sont autorisées de la plateforme de 10 m et tout plongeur exécuté de la plateforme de 10 m ne doit pas voir un coefficient de difficulté dépassant 2.0.

# Règlements Plongeon

## Les plongeurs 3 mètres et plateforme synchronisé Dames et Messieurs et mixte

Plongeurs du tremplin 1 m et 3 m	Nombre total de plongeurs requis		
	Messieurs	Dames	Mixte
Groupes d'âge			
50-99 ans	2(*) + 2	2(*) + 2	2(*) + 2
100 ans et plus	2(*) + 2	2(*) + 2	2(*) + 2

\* le coefficient de difficulté du plongeur sera égal à 2.0 indépendamment de la formule de calcul du coefficient de difficulté du plongeur.

Le groupe d'âge sera décidé en ajoutant l'âge des deux plongeurs composant la paire de plongeur synchronisé.

Si l'âge de l'un des deux plongeurs composant la paire de plongeur synchronisé est supérieure à 50 ans, les plongeurs par les pieds à partir de la plateforme de 10m ne doivent pas excéder 2.0 de coefficient de difficulté pour la paire.

### **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 plongeur 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 plongeur 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.

En cas de compétition open, se référer au paragraphe « participation des plongeurs étrangers ».

# Règlements Plongeon

## LES CATEGORIES NATIONALES PROMOTION MAÎTRES 1 ET PROMOTION MAÎTRES 2

### Description des catégories :

Ces deux catégories permettent aux plongeurs débutants qui n'ont pas encore de série de plongeurs telle que demandé par le règlement FINA et FFN, de participer aux Championnats de France des Maîtres dans des catégories séparées.

Les épreuves prévues pour ces catégories, sous réserve d'équipement de la structure accueillant la compétition, sont les suivantes :

- Tremplin de 1 mètre
- Tremplin de 3 mètres
- Plateforme de 5 mètres

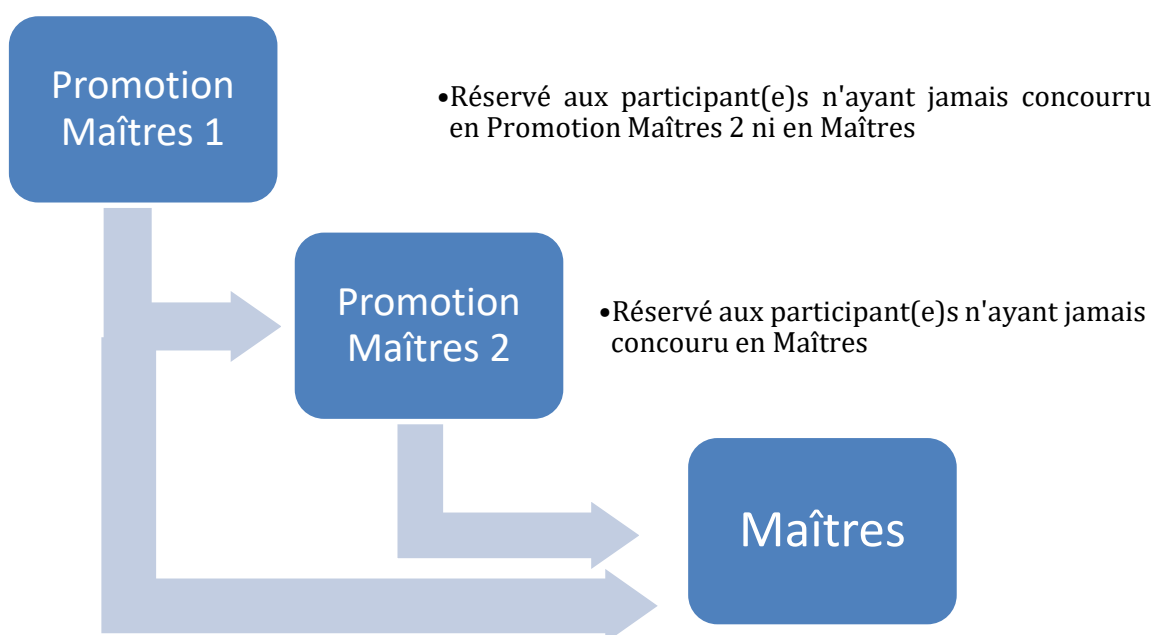
Pour chacune de ces épreuves, les classements seront établis par catégorie et par genre et ce, sans séparation par groupes d'âge :

- Promotion Maîtres 1 Dames
- Promotion Maîtres 1 Messieurs
- Promotion Maîtres 2 Dames
- Promotion Maîtres 2 Messieurs

Le parcours évolutif des catégories est défini par épreuve (hauteur).

Ainsi, une plongeuse ou un plongeur ayant participé à une épreuve (hauteur) dans une catégorie donnée ne pourra plus participer dans une catégorie inférieure pour la même épreuve (hauteur).

En d'autres termes, une plongeuse ou un plongeur ayant participé dans une hauteur en catégorie Maîtres, ne pourra plus participer dans la même hauteur en catégorie Promotion Maîtres 1 ni en catégorie Promotion Maîtres 2. De même, une plongeuse ou un plongeur ayant participé dans une hauteur en catégorie Promotion Maîtres 2, ne pourra plus participer en catégorie Promotion Maîtres 1.



# Règlements Plongeon

Par ailleurs, une plongeuse ou un plongeur ne pourra pas participer, dans la même compétition, dans une même épreuve (hauteur) et plusieurs catégories différentes.

En revanche, il est tout à fait possible pour une plongeuse ou un plongeur de participer, dans la même compétition dans des épreuves (hauteurs) différentes et des catégories différentes à condition de respecter le principe de non-régression énoncé dans le paragraphe 1.3.

## Les programmes des catégories promotion Maîtres 1 et Maîtres 2

Les programmes sont définis par catégorie et par hauteur et sont identiques pour les dames et pour les messieurs.

- Programme de la catégorie Promotion Maîtres 1 aux tremplins de 1 mètre et de 3 mètres

ORDRE	PLONGEON
1	Chandelle avant avec position au choix (100A, 100B ou 100C)
2	Chandelle arrière avec position au choix (200A, 200B ou 200C)
3	Chute avant debout en position carpée (010B)
4	Chute arrière droite (020A)
5	Plongeon avant avec position au choix (101A, 101B ou 101C)
6	Plongeon libre à choisir dans la table de plongeurs FINA (autre que le 101) dont le coefficient de difficulté ne doit pas être supérieur à 2

- Programme de la catégorie Promotion Maîtres 1 à la plateforme de 5 mètres

ORDRE	PLONGEON
1	Chandelle avant avec position au choix (100A, 100B ou 100C)
2	Chandelle arrière droite (200A)
3	Chute avant avec position au choix (010A, 010B <sup>1</sup> ou 010C <sup>1</sup> )
4	Chute arrière avec position au choix (020A, 020B ou 020C) ou plongeon avant avec position au choix (101A, 101B ou 101C)

<sup>1</sup> Les chutes 010B ou 010C peuvent être réalisées avec un départ debout ou assis

- Programme de la catégorie Promotion Maîtres 2 au tremplin de 1 mètre

ORDRE	PLONGEON
1	Chandelle avant avec position au choix (100A, 100B ou 100C)
2	Chandelle arrière avec position au choix (200A, 200B ou 200C)
3	Trois plongeurs différents ( <u>numéro différent</u> ), à choisir parmi la liste suivante : 101, 201, 301 et 401. La position des plongeurs reste au choix.
4	
5	
6	Un plongeur à choisir parmi la liste suivante : 103B ou 103C
7	5211A

# Règlements Plongeon

## Programme de la catégorie Promotion Maîtres 2 au tremplin de 3 mètres

ORDRE	PLONGEON
1	Chandelle avant avec position au choix (100A, 100B ou 100C)
2	Chandelle arrière avec position au choix (200A, 200B ou 200C)
3	Trois plongeurs différents ( <u>numéro différent</u> ), à choisir parmi la liste suivante : 101, 201(ou 020 <sup>1</sup> ), 301 et 401. La position des plongeurs reste au choix.
4	
5	
6	Un plongeur à choisir parmi la liste suivante : 103B ou 103C
7	5211A

<sup>1</sup> La plongeuse ou le plongeur peut choisir une chute arrière (020) à la place d'un plongeur arrière (201) mais ne pourra pas réaliser les deux dans sa série de compétition

## Programme de la catégorie Promotion Maîtres 2 à la plateforme de 5 mètres

ORDRE	PLONGEON
1	Chandelle avant avec position au choix (100A, 100B ou 100C)
2	Chandelle arrière droite (200A)
3	Deux plongeurs différents ( <u>numéro différent</u> ), à choisir parmi la liste suivante : 101, 201(ou 020 <sup>1</sup> ), 301 et 401. La position des plongeurs reste au choix.
4	
5	Plongeur libre à choisir dans la table de plongeurs FINA (autres que les plongeurs réalisés en ordre 3 et 4) dont le coefficient de difficulté ne doit pas être supérieur à 2

<sup>1</sup> La plongeuse ou le plongeur peut choisir une chute arrière (020) à la place d'un plongeur arrière (201) mais ne pourra pas réaliser les deux dans sa série de compétition

## Coefficients des chutes et chandelles

	1 mètre			3 mètres			5 mètres		
	A	B	C	A	B	C	A	B	C
100	1,1	1,3	1,2	1,1	1,3	1,2	1,1	1,3	1,2
200	1,2	1,4	1,3	1,2	1,4	1,3	1,2	1,4	1,3
010		1,3		1,4	1,3	1,2	1,4	1,3	1,2
020	1,2			1,4	1,6	1,5	1,4	1,6	1,5



## JUGES & OFFICIELS

Outre les délégués fédéraux ou régionaux, les compétitions de plongeon se déroulent sous la direction d'un ou plusieurs "Juges-Arbitres" qui s'appuient sur un jury composé de "Juges" et d'"Officiels de Table", ainsi que de bénévoles associés pour des fonctions "hors jury".

Il est rappelé que toute personne intervenant dans l'organisation d'une compétition doit être licenciée à la FFN. Les modalités d'obtention de "juge de plongeon" sont présentées ci-après.

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.

Quand un candidat est ajourné (pour l'examen de « Juge Régional » comme pour l'examen de « Juge National »), il doit repasser la totalité des trois épreuves.

### **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. Le (ou les) examinateur(s) pourront apprécier cette « déviance » selon leur propre opinion. Il conviendra que le nombre des « notations » faites par le candidat soit suffisant pour établir des pourcentages de « conformité » significatifs et fiables par rapport à l'avis du (ou des) examinateur(s).

### **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.

Pour s'inscrire à l'examen de « juge régional », chaque candidat doit :

- être licencié à la F.F.N.
- avoir au moins 16 ans dans l'année de l'examen
- adresser par écrit sa candidature au Président de la Ligue Régionale d'appartenance, et au département Plongeon de la FFN au moins 2 mois avant la date de l'examen
- les épreuves seront réalisées et évaluées sous la responsabilité du Président de la Commission Régionale de Plongeon ou, par défaut, sous la responsabilité de la Commission Nationale.

# Règlements 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.

Pour s'inscrire à l'examen de « Juge National », chaque candidat doit :

- 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 dont dépend le candidat
- adresser une demande écrite de candidature au département Plongeon de la F.F.N par l'intermédiaire de la Ligue Régionale, au moins 2 mois avant la date de l'examen.

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 antérieur 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 au moins 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 DES ORGANISATIONS 2022-2024

Les propositions d'affectations ci-dessous ont été réalisées à titre indicatif en fonction des lieux potentiels disposant des infrastructures nécessaires à l'accueil des évènements et la mise en oeuvre des différents programmes de compétitions.

Elles peuvent être amenées à évoluer en fonction des disponibilités et des souhaits des ligues et/ou clubs.

Compétitions	Saison 2022-2023		Saison 2023 - 2024	
	Période	Lieu	Période	Lieu
Meeting promotionnel n°1	Décembre	AURA ?	Décembre	AURA ?
Meeting promotionnel n°2	Février - Mars	PACA ?	Février - Mars	NOUVELLE AQUITAINE ?
Coupe de France des ligues	Fin avril - Mai	GRAND EST ?	Fin avril - Mai	BRETAGNE ? PACA ?
Championnats de France toutes catégories	Mi-Juin	BRETAGNE ?	Mi-Juin	GRAND EST ?
Championnats de France Maîtres	Juin	NOUVELLE AQUITAINE ?	Juin	ILE DE FRANCE ?