

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE NATATION

2 AU 4 AVRIL 2021

SÈTE

PISCINE
RAOUL FONQUERNE

ÉVÉNEMENT
À HUIS CLOS

RENCONTRE NATIONALE
2021
JUNIORS

NATATION ARTISTIQUE



PARTENAIRE PRINCIPAL



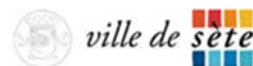
PARTENAIRES OFFICIELS



SUIVEZ NOUS SUR



ffnatation.fr



INFOS UTILES



H U I S C L O S

A huis clos, respect des conditions sanitaire, des mesures de protection seront prises pour le bon fonctionnement de la compétition.

En raison de la pandémie mondiale Covid 19, les athlètes présents sont référencés sur les listes ministérielles ou sur le portail PSQS du projet de Performance Fédérale. Le nombre d'athlètes est forcément réduit par rapport à une organisation habituelle.

PISCINE RAOUL FONQUERNE

1 Chemin des Poules d'eau
34200 SETE



RETRANSMISSION EN DIRECT



Application à télécharger sur Apple Store & Google play

SPORTALL



Sur la page Facebook FFN Natation Artistique

www.facebook.com/FFNnatationArtistique

CONTACT PRESSE

Charlotte DESPREAUX

Responsable communication

charlotte.despreaux@ffnatation.fr

01.70.48.45.56—06.23.25.32.60

PROGRAMME

VENDREDI 2 AVRIL

16h00	Réunion des responsables de club
16h30	Réunion des officiels
16h30	Échauffement
17h35	Fin de l'échauffement
17h45	Duo techniques Duo techniques mixtes <i>Cérémonie protocolaire duos techniques & duos techniques mixtes</i>
18h45	Échauffement
19h00	Réunion du jury
19h50	Fin de l'échauffement
20h00	Équipes Techniques <i>Cérémonie protocolaire équipes techniques</i>

SAMEDI 3 AVRIL

9h30	Ouverture des portes	14h00	Fin de l'échauffement
9h45	Échauffement	14h15	Solos libres
10h00	Réunion du jury	<i>Cérémonie protocolaire solos libres</i>	
10h50	Fin de l'échauffement	DEMONSTRATION EQUIPE DE FRANCE	
11h00	Duo libres Duo libres mixtes <i>Cérémonie protocolaire duos libres & duos libres mixtes</i>	16h15	Échauffement
13h00	Échauffement	16h15	Échauffement
13h15	Réunion du jury	16h30	Réunion du jury
		17h20	Fin de l'échauffement
		17h30	Equipes libres
		<i>Cérémonie protocolaire équipes libres</i>	

DIMANCHE 4 AVRIL

7h45	Ouverture des portes
8h00	Échauffement
8h30	Réunion du jury
9h05	Fin de l'échauffement
9h15	Solos techniques <i>Cérémonie protocolaire solos techniques</i>
10h45	Échauffement
11h15	Réunion du jury
11h50	Fin de l'échauffement
12h00	Combinés & Highlight <i>Cérémonie protocolaire combinés & highlight</i>

LES CLUBS ENGAGES

	ST	SL	DT	DL	ET	EL	H	C	DMT	DML
ACQUA SYNCHRO BASTIA			1		-	-	-	-	-	-
AQUA SYNCHRO LYON	1	1	1	1	-	-	-	-	-	-
BALLET NAUTIQUE DE STRASBOURG	3	4	2	3	1	1	1	-	-	-
COLOMIERS NAT 'SYNCHRO	3	2	2	3	1	1	-	1	-	-
GRAND PARIS SUD CORBEIL-ESSONNES AQUATIQUE	1	2	-	-	-	-	-	-	-	-
LÉO LAGRANGE NANTES	2	2	1	1	1	1	-	-	-	-
NICE NICAËA WATER POLO	1	1	-	-	-	-	-	-	-	-
PAYS D'AIX NATATION	1	1	2	2	1	1	-	1	1	1
LES SIRÈNES DE L'OUEST	1	2	-	-	-	-	-	-	1	1
STADE FRANÇAIS	1	1	1	1	-	-	-	-	-	-
Totaux	14	16	10	11	4	4	1	2	2	2

ST : solo technique, SL : solo libre, DT : duo technique, DL : duo libre, DMT : duo mixte technique, DML : duo mixte libre, ET : équipe technique, EL : équipe libre, C : ballet combiné, H : highlight

Des nageuses listées de la catégorie Jeune participent en tant que pré-swimmers : 7 solistes et 4 duos, notamment une représentante du club de Sète Natation, Marine PEREA.

LA NATATION ARTISTIQUE

PRÉSENTATION

La natation artistique mélange la natation, la gymnastique et la danse, elle nécessite une grande souplesse, de l'agilité et de l'endurance.

Les épreuves sont le solo technique et libre, le duo technique et libre, le duo mixte technique et libre, le ballet d'équipe technique et libre, le ballet combiné et le highlight. Chacune des épreuves a une durée déterminée.

Le ballet d'équipe est généralement composé de huit nageuses titulaires et deux remplaçantes, quant au ballet combiné et au highlight, ils peuvent comporter jusqu'à dix nageuses titulaires et deux remplaçantes.

PERFORMANCE

Pour atteindre un haut niveau il faut que les athlètes s'entraînent un nombre d'heures conséquentes. Toutes les composantes de l'activité sont travaillées, la préparation physique, gymnique, acrobatique, la natation, l'endurance, l'apnée, la technique...mais aussi la recherche du mouvement parfait. « La Natation Artistique, ce n'est pas seulement nager ensemble mais c'est aussi nager de façon harmonieuse et spectaculaire. »

SPORT ET VALEURS

La discipline sportive est olympique depuis les JO de Los Angeles en 1984. Actuellement les deux épreuves inscrites au programme olympique sont le duo et le ballet d'équipe. Auparavant appelée Natation Synchronisée, ce sport a changé de nom après les Championnats du Monde de Budapest en juillet 2017.

Comme son nom l'indique, l'esthétisme est une dominante importante pour chaque nageuse. C'est aussi un sport collectif, il faut un très haut niveau de collaboration, d'échanges et de respect pour caler la synchronisation d'un mouvement en duo et à plus forte raison en équipe.

LES COULISSES

Afin de pouvoir être minutieusement synchronisés, outre entendre la musique sous l'eau grâce à un haut-parleur sous-marin, les mouvements sont tous comptés aussi bien sous l'eau que hors de l'eau.

Les nageuses portent un pince nez pour éviter les douleurs nasales, lors des compétitions les cheveux sont coiffés en chignon et recouverts de gélatine de manière à donner un aspect lisse et impeccable. Le maquillage waterproof, évidemment, doit souligner l'expression du visage mais garder une certaine sobriété, afin de conserver l'aspect sportif avant tout.

Les maillots de bain sont de véritables œuvres d'art, ils sont personnalisés, en accord avec le thème de la chorégraphie et exigent une multitude d'heures de travail et d'attention.

NOTATION

Les programmes sont notés de 0 à 10 points au dixième de point par trois jurys composés de 5 à 7 juges chacun. Dans chaque jury, la note la plus haute et celle la plus basse sont supprimées. Le sous-total obtenu est affecté d'un coefficient prédéfini. Les trois notes des jurys sont ensuite additionnées pour obtenir un total sur 100 points. Des pénalités peuvent être infligées suite au contrôle vidéo, entre autres si une nageuse touche volontairement le fond du bassin ou si la durée du ballet n'est pas respectée.

PROGRAMME TECHNIQUE		
PANEL 1 NOTE EXECUTION (30%)	Exécution	Le niveau d'excellence dans la performance des techniques spécifiques. Exécution de tous les mouvements hors éléments.
	Synchronisation	La synchronisation de tous les mouvements qui n'ont pas de degré de difficulté attribué. La précision du mouvement à l'unisson l'une avec l'autre et avec l'accompagnement sur et sous la surface. Synchronisation dans le temps, l'une avec l'autre et avec la musique.
PANEL 2 NOTE D'IMPRESSION (30%)	Difficulté	La qualité d'être fort dans la réalisation. Difficulté de tous les mouvements qui n'ont pas de degré de difficulté attribué et de la synchronisation.
	Chorégraphie	L'habileté créative de composer un ballet qui combine des éléments artistiques et techniques. Le dessin et l'agencement de la variété et de la créativité de tous les mouvements.
	Interprétation musicale	L'expression du caractère de la musique et l'utilisation des structures musicales.
	Manière de se présenter	La manière avec laquelle la (ou les) nageuse(s) présente(nt) le ballet aux spectateurs. Le contrôle total de la performance du ballet.
PANEL 3 NOTE SUR LES ELEMENTS (40%)	Exécution	Le niveau d'excellence dans la performance des techniques spécifiques. L'exécution de chaque élément.
	Synchronisation	La synchronisation de chaque élément obligatoire. La précision du mouvement à l'unisson l'une avec l'autre et avec l'accompagnement sur et sous la surface. Synchronisation dans le temps, l'une avec l'autre et avec la musique.

PROGRAMMES LIBRES, COMBINE, HIGHLIGHT		
PANEL 1 NOTE EXECUTION (30%)	Exécution	Le niveau d'excellence dans la performance des techniques spécifiques. Exécution de tous les mouvements.
	Synchronisation	La précision du mouvement à l'unisson, l'une après l'autre et avec l'accompagnement sur et sous la surface. Synchronisation dans le temps l'une avec l'autre et avec la musique.
PANEL 2 NOTE ARTISTIQUE (40%)	Chorégraphie	La créativité pour composer un ballet qui combine des éléments artistiques et techniques. Le dessin et l'agencement de la variété et de la créativité de tous les mouvements.
	Interprétation musicale	L'expression du caractère de la musique et l'utilisation des structures musicales.
	Manière de se présenter	La manière avec laquelle la (ou les) nageuse(s) présente(nt) le ballet aux spectateurs. Le contrôle total de la performance du ballet.
PANEL 2 NOTE DIFFICULTE (30%)	Difficulté	La qualité du niveau de complexité de la prestation proposée