

# CHAMPIONNAT NATIONALE 2

25/26 NOVEMBRE

Piscine Léo Lagrange  
Place Riquet - Toulouse

JOURNÉES D'AUTOMNE 2023



# Natation Artistique Occitanie

## Journées d'Automne 2023

**25 et 26 novembre à Toulouse**

Piscine Léo Lagrange  
Pl. Riquet  
31000 TOULOUSE



Juge-arbitre : Noémie KRIPPELER

Déléguée ligue Occitanie PM : Christine KITEGI

Vice-arbitre samedi 25 Nov : Manon FAUVEAU

Vice-arbitre dimanche 26 Nov : Emma JALADE

### Samedi 25 novembre

- 09h30 - 11h30 : Réunion Préparatoire des Juges
- 11h15 : Ouverture des portes
- 11h30 : Réunion des Chefs de Délégation
- 11h30 – 11h40 : Échauffements Natation Solos Techniques JUNIOR
- 11h40 – 12h20 : Échauffements Solos Techniques JUNIOR 1/2 Effectif (30min Chaque Groupe - 2grp)
- 12h20 – 12h30 : Réunion du Jury
- 12h30 :** **Compétition des Solos Techniques JUNIOR suivi d'un débriefing du Jury**  
**Cérémonies Protocolaires des Solos Technique JUNIOR**
- 13h15 - 14h30 - PAUSE REPAS**
- 14h30 - 14h45 : Échauffements Natation Équipes Techniques JUNIOR
- 14h45 – 15h45 : Échauffements Équipes Techniques 1/2 Effectif (30min Chaque Groupe - 2grp)
- 15h45 – 16h00 : Réunion du Jury
- 16h00 :** **Compétition des Équipes Techniques Junior suivi d'un débriefing du Jury**
- 17h15 :** **Défilé des participantes suivi des Cérémonies Protocolaires des Équipes Techniques JUNIOR**
- 18h00 : Fermeture des portes.

## Dimanche 26 novembre

- 09h00 : Ouverture des portes
- 09h10 – 09h20 : Échauffements Natation Figures Imposées JEUNES.
- 09h20 – 10h00 : Échauffements Figures Imposées 1/2 Effectif (20min Chaque Groupe - 2grp)
- 10h00 – 10h15: Réunion du Jury animée par les Vice-Arbitre par Ateliers.**
- 10h15 :** **Compétition Figures Imposées JEUNES - 2 ateliers**
- 12h45 - 13h30 - PAUSE REPAS**
- 13h30 – 13h40 : Échauffements Natation Solos Libres JEUNES
- 13h40 – 14h20 : Échauffements Solos Libres JEUNES 1/2 Effectif (20min Chaque Groupe - 2grp)
- 14h20 – 14h30 :** **Réunion du Jury**
- 14h30 :** **Compétition des Solos Libres Jeunes suivi d'un débriefing du Jury**
- 15h45 – 16h00 : Échauffements Natation Équipes Libres JEUNES
- 16h00 – 17h00 : Échauffements Équipes Libres JEUNES 1/2 Effectif (30min Chaque Groupe - 2grp)
- 17h00 – 17h15 :** **Réunion du Jury**
- 17h15 :** **Compétition des Équipes Libres JEUNES suivi d'un débriefing du Jury**
- Défilé des participantes suivi des Cérémonies Protocolaires des épreuves Libres***
- 19h00 : Fermeture des portes.

# LE LIEU DE LA COMPÉTITION

La compétition aura lieu les 25 et 26 novembre 2023  
à la piscine Léo Lagrange

**Adresse :**

Place Riquet  
31660 Toulouse

**Téléphone :**

05 61 22 24 15

La piscine Léo Lagrange est composé de deux bassins :

**Bassin Olympique :**

- Dimension de 50m sur 21m
- Profondeur de 1m30 à 4,25m

**Petit bassin :**

- Dimension de 21m sur 6m
- Profondeur de 0m70 à 1m30



# COMMENT S'Y RENDRE ?

## **Voiture :**

1 Place Riquet  
31660 Toulouse

## **Parking :**

Place de parking le long du Boulevard Pierre-Paul Riquet à proximité de la piscine. Attention les places sont très limitées, nous vous recommandons de **privilégier le covoiturage et les transports en commun.**

## **Métro :**

Métro : ligne A, station Marengo ou Jean Jaurès

## **Bus :**

Bus ligne 8 : arrêt Marengo SNCF ou Jean Jaurès  
Bus ligne 14 : arrêt Bachelier

# LES MUSIQUES

Vous devez envoyer vos musiques sous format WAV d'ici le 20 novembre 2023 à :

**musique.tns31@gmail.com**

Les musiques peuvent être regroupées et envoyées par l'intermédiaire d'un utilitaire de transfert de fichiers (type WeTransfer). En cas de transfert par Google drive, n'oubliez pas les droits en lecture à l'adresse ci-dessus.

**Le nom de chaque fichier musique doit comporter :**

- le nom du club
- la catégorie : Juniors ou Jeunes
- le type de ballet : Solo Libre, Solo Tech, Equipe Libre, Equipe Tech
- la composition du ballet : nom et prénom de chaque nageuse et pour les équipes les initiales uniquement

Par sécurité, les clubs devront être en mesure de mettre à disposition de l'organisateur un support USB le jour de la compétition.

# LES ENGAGEMENTS

1/ Engagements sur le logiciel Extranat du  
Mercredi 8 novembre au Mercredi 15 novembre 2023

2/ Paiement par virement (coordonnées bancaires sur Extranat)

3/ Envoi de la facture Extranat à l'adresse suivante : [ligue@occitanie.ffnatation.fr](mailto:ligue@occitanie.ffnatation.fr)

**Envoi des coach cards jusqu'au vendredi 17 novembre en soirée au plus tard à Stéphanie FEUILLERAT ([stephanie.feullerat@cirter.com](mailto:stephanie.feullerat@cirter.com)) et Noémie Krippeler ([noemiekrip@gmail.com](mailto:noemiekrip@gmail.com)).**

# LES CONSIGNES

- **Les nageurs et nageuses devront laisser leurs sacs dans les vestiaires ou dans les casiers (pensez à apporter un jeton).** Les sportifs devront emmener au bord du bassin uniquement le strict minimum.
- Chaque club devra s'assurer que ses nageurs et nageuses laissent les vestiaires, les douches, les toilettes et le bord du bassin propres avant de repartir.
- L'accès au bassin sera réservé aux sportifs, entraîneurs et officiels. **Des badges seront remis aux entraîneurs et aux officiels à leur arrivée.**
- En ce qui concerne les repas, ils doivent être **obligatoirement** pris à l'extérieur ou dans la salle réservée à cet usage. **Il est interdit de manger dans les vestiaires et au bord du bassin.**
- Un **espace gélatine** sera disponible au niveau des vestiaires. Il est interdit de se gélatiner ailleurs que dans cet espace dédié.
- Les nageuses n'ont pas le droit d'aller dans les gradins en maillot et mouillées. Elles ne devront pas passer du bassin aux gradins.
- **Il est interdit de manger et de faire de la gélatine dans les gradins.**



# LES INFORMATIONS POUR LES OFFICIELS

Les officiels viennent avec leur effets personnels (chronomètre, stylo, etc...).

**Tenue réglementaire : T-shirt blanc à manches courtes, pantalon ou pantacourt noir et chaussures de couleur blanche**

**Repas :**

Les repas du samedi midi et du dimanche midi seront servis aux officiels dans la salle de réunion des officiels.

# SUR PLACE

**Buvette du TNS** : le club du TNS vous proposera des boissons fraîches, cafés, encas sucrés et salés tout au long du week-end.

Un panier repas est proposé pour le dimanche midi en pré-commande uniquement.

## Commande de panier repas :

Une commande de repas est possible avant le jeudi 23 novembre (23h59).

Tarif : 6,50€

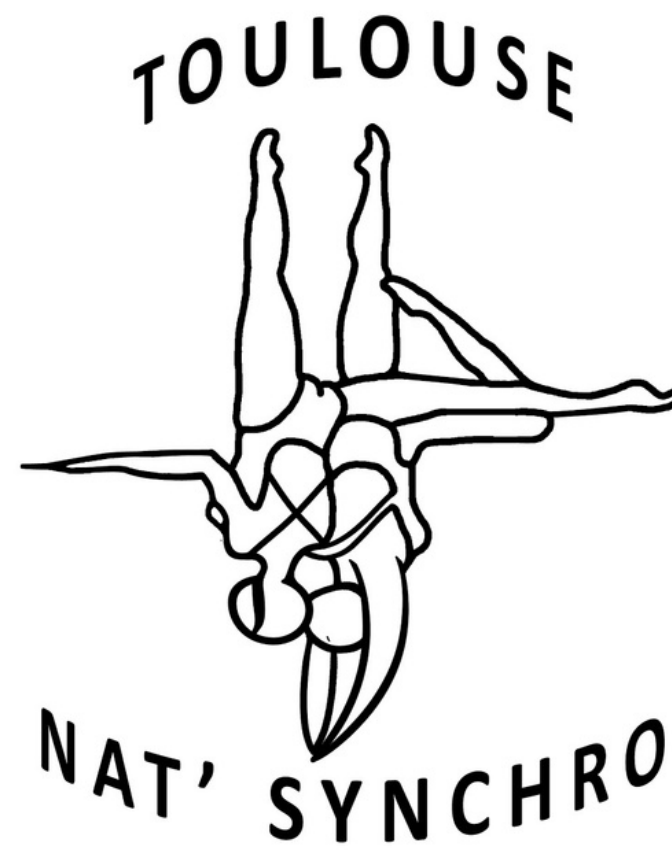
**Commandes via Helloasso** : <https://www.helloasso.com/associations/toulouse-nat-synchro/boutiques/journee-d-automne-25-et-26-novembre-2023>



<b>Salade de pâtes poulet</b> <b>Pain</b> <b>Fruit</b> <b>Barre de céréales</b> <b>+ Eau</b>	<b>6,50€</b>
<b>Salade de pâtes végétarienne</b> <b>Pain</b> <b>Fruit</b> <b>Barre de céréales</b> <b>+ Eau</b>	<b>6,50€</b>

# LES ORGANISATEURS ET PARTENAIRES/MECENES

## LES ORGANISATEURS



**MAIRIE DE**  **TOULOUSE**

## LES PARTENAIRES & MÉCÈNES



**EMOTIONAL**  
You Have a Message...

