

REGLEMENT DE LA NATATION SYNCHRONISEE DES MAITRES

D'après le manuel FINA 2005/2009

MSS1 Le règlement de la natation synchronisée figurant dans la VIIème partie de ce manuel doit s'appliquer à toute la natation synchronisée des maîtres sauf pour ce qui suit :

MSS 2 Les concurrentes doivent être inscrites auprès de leur Fédération. Les concurrentes en duo, en trio et en équipe doivent représentées le même club.

MSS 3 Compétitions

MSS 3.1 Programme Technique

Le programme Technique doit être réalisé en solos, duos, trios et ballets d'équipes avec musique, tel que décrit à l'appendice 1 du Règlement MSS, avec les éléments requis choisis par le Comité Technique des Maîtres tous les 4 ans, sous réserve de l'approbation du Bureau de la FINA. Les programmes Techniques doivent inclure tous les éléments requis. Le choix de la musique est libre et elle peut être identique à celle utilisée dans le Programme Libre.

MSS 3.2 Programme Libre

Le programme libre doit comprendre des solos, des duos, des trios et des ballets d'équipes. Il n'y a pas de restrictions quant au choix de la musique, du contenu ou de la chorégraphie. Les éléments requis pour les Programmes Techniques doivent être changés tous les 4 ans.

MSS 3.3 Les ballets d'équipe doivent se composer de 4 membres au minimum et de 8 membres au maximum.

MSS 3.4 Chaque concurrente ne peut participer à plus de trois épreuves de ballets.

MSS 3.5 Un maximum de cinq inscriptions de ballets par groupe d'âge par épreuve peut être accepté de la part de n'importe quel club.

MSS 3.6 Il est possible de porter des lunettes.

MSS 4 Le résultat doit être calculé selon les termes de l'article SS 19.1. Pour les duos, trios et ballets d'équipe, les résultats du Programme Technique des concurrentes doivent être additionnées et le total divisé par le nombre de concurrentes pour obtenir le résultat final du Programme Technique.

MSS 5 Catégories d'âge

MSS 5.1 Solo : 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70-79, 80 et plus.

MSS 5.2 Duo : 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70-79, 80 et plus, l'âge étant déterminé par la moyenne d'âge des concurrentes.

MSS 5.3 Trio/Equipe : 20-34, 35-49, 50-64, 65 et plus, l'âge étant déterminé par la moyenne d'âge des concurrentes.

MSS 6 Limites de temps

MSS 6.1 Programme Techniques en solo, duo, trio et équipe – 1minute 30 secondes

MSS 6.2 Programme Libre Solo – 3 minutes

MSS 6.3 Programme Libre Duo/Trio – 3 minutes 30 secondes

MSS 6.4 Programme Libre Equipe – 4 minutes

MSS 6.5 Il ne doit pas y avoir d limites de temps minimum

MSS 6.6 Limites de temps maxima :

Programme Technique : tolérance de 10 secondes de plus que le temps accordé.

Programme Libre : tolérance de 15 secondes de plus que le temps accordé.

Appendice 1 ELEMENTS EXIGES PAR LA FINA POUR LES PROGRAMMES TECHNIQUES DES MAITRES

EXIGENCES GENERALES

1. Des éléments supplémentaires peuvent être ajoutés.
 2. A moins qu'il soit spécifié autrement dans la description d'un élément
- . Tous les éléments de ces figures doivent être exécutés selon les exigences décrites par l'annexe 2.
- . Tous les éléments doivent être exécutés en hauteur et sous contrôle dans un mouvement uniforme, chaque section étant clairement définie.
3. Temps limite conforme aux règles MSS 6.5 et MSS 6.6.
 4. Le maillot de bain peut être porté.

SOLO

1. POSITION GRAND ECART suivie par une promenade avant ou une promenade arrière.
2. MARSOUIN à effectuer complètement
3. COMBINAISON EN DEPLACEMENT DE JAMBE DE BALLET – incluant au moins deux positions suivantes : JAMBE DE BALLET avec la jambe droite, JAMBE DE BALLET avec la jambe gauche, JAMBE DE BALLET DOUBLE, FLAMANT.

4. HERON POUSSEE et début de descente à partir de la position d'un double ballet sous-marin.
5. Deux formes de techniques de propulsions, incluant au moins une séquence avec un bras au dessus de la surface de l'eau.

Les éléments 1 à 4 doivent être exécutés dans l'ordre.

L'élément 5 peut être exécuté à tout moment.

DUO / TRIO

Eléments 1 à 5 comme ci-dessus

6. UNE ACTION JOINTE doit comporter UN des éléments connectés suivants (une figure, flottante ou « stroking »)

Les éléments 5 – 6 doivent être exécutés à tout moment lors du programme technique. A l'exception du travail sur le ponton et l'entrée – tous les éléments, requis et supplémentaires DOIVENT être exécutés par les nageuses simultanément et face à la même direction. Les actions « mirros » ne sont pas permises.

EPREUVES PAR EQUIPES

Eléments 1 à 5 comme ci-dessus

UNE ACTION EN CADENCE – mouvement(s) identiques exécuté en séquence une par une, par tous les membres de l'équipe.

Lorsque plus d'une action est exécutée, elles doivent être consécutives et non séparées par un autre élément optionnel ou requis.

Eléments 1 – 4 DOIVENT être exécutés dans l'ordre.

Eléments 5 – 6 peuvent être exécutés à un moment choisi.

A l'exception de la l'action en cadence, le travail sur le ponton et l'entrée, tous les éléments, requis et additionnels, doivent être exécutés simultanément et face à la même direction. La variation en propulsion et en direction de présentation ne sont permises que lors des changements de figures.

Les actions face à face ne sont pas permises.

REGLEMENTS RELATIFS AU MEETING DES MAITRES DE NATATION SYNCHRONISEE DE TOULOUSE

Actualisé en Janvier 2009.

ENGAGEMENTS

Meeting Open.

Ouvert aux équipes féminines, mixtes et masculines de clubs ou de pays.

Pas de limites d'engagements.

Pas de restrictions concernant la participation à d'autres compétitions dans l'année : il est possible de participer à ce meeting même si les compétiteurs ont participé aux Championnats seniors de leur fédération.

Pas de pré requis, mais des recommandations formulées par le comité organisateur. Niveau de compétition minimum recommandé : nageurs ayant participé à des Championnats N3 Juniors ou Seniors (pour la France).

EPREUVES

Solo :

Epreuve technique selon le règlement FINA Masters

Epreuve libre préliminaire (selon le nombre d'engagement par catégorie), et épreuve libre finale selon le règlement FINA Masters.

Résultats : 50% technique 50% libre finale.

Duo :

Epreuve technique selon le règlement FINA Masters

Epreuve libre préliminaire (selon le nombre d'engagement par catégorie), et épreuve libre finale selon le règlement FINA Masters.

Résultats : 50% technique 50% libre finale.

Equipe :

Epreuve technique selon le règlement FINA Masters

Epreuve libre préliminaire (selon le nombre d'engagement par catégorie), et épreuve libre finale selon le règlement FINA Masters.

Résultats : 50% technique 50% libre finale.

Combiné :

Epreuve libre combiné préliminaire et épreuve libre combiné finale selon le règlement FINA Masters.

Résultats 100% finale.

CATEGORIES D'AGE

Solo et duo :

Catégorie 1 :20-29, Catégorie 2 :30-39, Catégorie 3 :40-49, Catégorie 4 :50-59,

Catégorie 6 :60-69, Catégorie 7 :70-79, Catégorie 8 : 80 et plus

Equipe :

Catégorie 1 :20-34, Catégorie 2 :35-49, Catégorie 3 :50-64, Catégorie 4 : 65-79, Catégorie 5 : 80 et plus

Combiné :

Epreuve spécifique au meeting de Toulouse

Catégorie 1 :20-39, Catégorie 2 :40-64, Catégorie 3 : 65 et plus

La catégorie de participation d'un ballet duo, équipe et combiné est déterminée par la moyenne d'âge des compétiteurs engagés.

L'âge des compétiteurs est déterminé au 31 Décembre de l'année de la compétition.

Cette compétition 2009 est limitée aux nageurs nés à partir de 1989.

TEMPS DES BALLETS

Programmes techniques en solo, duo et équipe – 1 minute 30 secondes.

Programme libre Solo – 3 minutes.

Programme libre Duo – 3 minutes 30 secondes.

Programme libre Equipe – 4 minutes.

Programme Combiné – 5 minutes.

Tolérance de temps :

Programme technique : tolérance de 10 secondes de plus que le temps accordé.

Programme libre : tolérance de 15 secondes de plus que le temps accordé.

MAILLOTS ET COIFFES

Pour le meeting de Toulouse, tenues libres pour les épreuves techniques.

Se référer conformément à la règle GR6 FINA.

CONTENU DES EPREUVES TECHNIQUES

Se référer conformément à l'appendice 1 du Règlement FINA Masters, « éléments exigés par la FINA pour les programmes techniques des Maîtres »

TROPHEE DE LA VILLE DE TOULOUSE

Attribué au club participant ayant collecté le plus de points.

Des points sont accordés aux participantes finalistes du Meeting des Maîtres selon leur classement d'après le barème suivant :

Solo libre : 24-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2 points

Duo libre : 36-33-30-27-24-21-18-15-12-9-6-3 points

Equipe libre et combiné : 72-66-60-54-48-42-36-30-24-18-12-6 points

Exemple : 1^{ère} soliste : 24 points ; 2^{ème} soliste : 22 points ; 3^{ème} :20 points, etc.

