



# Calendrier groupe LNB saison 2017-2018

## Règles communes pour l'engagement aux compétitions

- Etre assidu aux entraînements.
- Avoir une période d'entraînement significative sans absence dans la période précédant la compétition.
- Respecter les critères de temps propre à chaque compétition.
- Les sélections Région Suisse Romande (RSR) ou Swiss Swimming (FSN) sont prioritaires sur le planning club.

## Règles communes pour l'engagement aux compétitions appelées « Championnats »

- Avoir au moins deux temps de qualification de la grille de temps concernée permet de s'engager sur ces nages uniquement.
- Avoir au moins trois temps de qualification de la grille de temps concernée permet de s'engager sur ces nages puis sur d'autres avec l'accord de l'entraîneur.

## Règles communes au club lors des compétitions

- Porter l'équipement du club sur le lieu de la compétition
- Porter le bonnet du Lausanne Natation
- Respecter les lieux en les rendant aussi propres qu'ils nous ont été donnés
- Pour chaque course, faire les choses dans l'ordre :
  - Se préparer le mieux possible
  - S'investir dans chaque course
  - Privilégier la récupération immédiate (alimentation, récupération active, etc...) et/ou le débriefing avec les entraîneurs
  - Se préparer pour la course suivante.



TRIMESTRE 1	Intitulé	Lieu	Bassin	Période de qualification	Remarques	Modalités de qualification
30 septembre	Meeting	Nyon ou Yverdon	25			Tous
01 octobre	24 heures natation	Mon-Repos	25		Nageur ou bénévole	Tous
02 au 07 octobre	Examen médical				Prise sang et ostéopathe (si besoin)	Tous
10 au 12 octobre	Camp	VDJ	25			Tous
13 au 20 octobre	Camp	Calella (ESP)	50			Tous
4 et 5 novembre	Meeting Grenoble	Grenoble (FRA)	25		Départ 3 novembre fin journée	Tous
19 novembre	Tentative qualification CS des clubs Espoirs	Chaux de Fonds	25		Compétition par équipe	Nageurs 2002 et + jeunes
24 au 26 novembre	CS PB	Uster	25	18/11/2016 au 12/11/2017	Uniquement qualifiés sur 2 courses Départ le 23 après-midi	Grille de temps de la FSN
2 décembre	Finale CS des clubs Espoirs	Chur	25		Compétition par équipe Départ 1 décembre après-midi	Nageurs 2002 et + jeunes sur qualification
2 et 3 décembre	Championnats Vaudois	Montreux	25			Tous sauf CS Clubs
9 et 10 décembre	CR PB	A définir	25			Grille de temps de la région
20 et 21 décembre	Swim Cup Lausanne	Lausanne	25		Nager ou aide à l'organisation	Tous
Décembre	Noel du club	Mon Repos	25		A définir	Tous
23 déc au 3 janvier inclus				Pause		





TRIMESTRE 2	Intitulé	Lieu	Bassin	Période de qualification	Remarques	Modalités de qualification
4 au 6 janvier	Camp de reprise	VDJ	25			Tous
27 et 28 janvier	Meeting Annemasse	Annemasse (FRA)	50			Tous
9 au 11 février	Meeting National	Chalon sur Saône (FRA)	50		Départ le jeudi 8 après-midi	Tous
19 au 23 février	Camp	Vittel	50			Tous
10 et 11 mars	CR Espoirs	Sion	25			Grille de temps de la région Nageurs 2002 et + jeunes
17 et 18 mars	Meeting Lémanique	Montreux	50			Tous
23 et 25 mars	Meeting NSG	Genève	50			Grille de temps de la compétition
23 et 25 mars	Multinations		50	CS Hiver		Qualification internationale
30 mars au 2 avril		Pause			Sauf les nageurs CS Hiver et Clubs	Tous
26 mars au 7 avril	Examen médical		25		Prise sang / ostéopathe	Tous
3 au 5 avril	Camp	VJ				Tous
5 au 8 avril	CS Hiver	Uster	50			Grille de temps de la FSN
6 au 13 avril	Camp	Loano (ITA)	50			Tous
14 et 15 avril	CS des Clubs	RZO	25		Sur convocation	Compétition par équipe obligatoire
21 et 22 avril	Coupe Jeunesse	RSI	25		Sélection RSR	Sélection régionale (nageurs 2002 et + jeunes)



TRIMESTRE 3	Intitulé	Lieu	Bassin	Période de qualification	Remarques	Modalités de qualification
5 et 6 mai	Meeting Riviera	Montreux	50			Tous
Mai	Meeting cadres RSR	?	50		A confirmer	Cadres RSR
12 au 13 mai	Rencontres Genevoises	Genève	50			Tous
26 et 27 mai	Basler Cup	Bâle	50			Tous
15 au 17 juin	CR Été Open	Lancy	50	01/09/2017 au 2/06/2018		Grille de temps régionale
23 juin	Team Building CS Espoirs				Obligatoire	Nageurs qualifiés aux CS Espoirs
Entre le 30 juin et 14 juillet	Camp préparation CS Espoirs	?	50		Obligatoire	Nageurs qualifiés aux CS Espoirs
19 au 22 juillet	CS Espoirs	Romanshorn	50	19/07/2017 au 17/06/2018	2 courses minimum	Grille de temps de la FSN

Le dernier entraînement de la saison a lieu le 23 juin pour les nageurs non qualifiés au Championnat Suisse Espoirs. La saison se termine le 22 juillet pour les nageurs qualifiés au Championnat Suisse Espoirs.

**La participation au Championnat Suisse Espoirs inclut l'ensemble des activités et camps du 23 juin au 22 juillet 2018.**