

3ème Polonat MASTER Midi-Pyrénées



*Maîtres
Midi-Pyrénées*



ALBI

**Centre Nautique Atlantis
Dimanche 18 octobre 2015**

Programme

9h00 : Ouverture des portes, réunion technique, échauffement

10h00: Début des épreuves de Natation

6x50 NL

50 Dos

50 Brasse

50 Papillon

50 NL

4x50 NL

12h00 : Fin des épreuves de Natation

Repas des Masters : possibilité de repas à la cafétéria d'Atlantis pour 15€/personne (cf bordereau reservation)

12h15 : Match U14

13h15 : Réunion technique, échauffement

13h30 : Début des épreuves de Minipolo (2 matchs par 1/4heure)

15h30 : Remise des récompenses et fin

Organisation des épreuves :

NATATION : Les équipes seront formées de six à sept compétiteurs et/ou compétitrices. Tous les membres des équipes peuvent prendre part aux épreuves individuelles. Cependant, seules les performances des personnes désignées sur le bordereau d'engagement seront comptabilisées dans le classement natation.

Individuelles : 50m Nage libre, 50 m Dos, 50 m Brasse, 50 m Papillon

Relais : 4x50m 4 Nages, 6x50m Nage libre

WATER-POLO (Minipolo) :

1-Durée de jeu :

Deux périodes de 5mn avec 2mn de pause

Présentations des équipes sur leur terrains de jeu 5mn avant le début du match

2- Les **doublons ne sont pas autorisés** : un joueur ne peut pas jouer dans plusieurs équipes.

3-L'équipe citée en première jouera en bonnets blancs

4-Il serait souhaitable que chaque équipe fournisse au moins un arbitre...

5- pas de droit de charge...donc pas de contact volontaire, et si contact involontaire ---- sanction (coup-franc) quand le contact avantage le responsable du contact.

6- possibilité de réceptionner la balle à 2 mains, mais tenus et lancer à une seule main

7- interdiction de mettre la balle sous l'eau et de la frapper du poing fermé

8- zone de hors jeu à 2m dans laquelle les attaquants n'ont pas le droit de se trouver si le ballon n'y est pas.

9- corner uniquement quand le gardien sort la balle du terrain de jeu.

10-Faute grave sanctionnée par une exclusion jusqu'au but suivant, quand : cf réunion technique.

Mode de participation :

Cette compétition est strictement limitée à la participation des nageurs et nageuses licenciés à la FFN ou licenciés dans une fédération sous convention avec la FFN et ayant plus de 25 ans durant l'année civile 2014 (nés en 1989 ou avant).

Procédures d'engagement :

Les engagements doivent s'effectuer via l'interface Extranat. Les droits d'engagements devront parvenir dans un délai de trois jours après la validation des engagements (chèque à l'ordre du comité Midi-Pyrénées de natation).

Droits d'engagement : 30€/équipe ou 20€/équipe si club 100% de licenciés

En outre, il est demandé aux responsables d'équipe de renvoyer le bordereau d'engagement, par mail (commissiondesmaitres@gmail.com), dûment rempli pour chaque équipe engagée.

Classements spécifiques à la compétition :

NATATION : Le classement s'effectue par addition des points des performances des personnes désignées par le bordereau d'engagement (table de cotation fédérale, affectée d'un coefficient de majoration en fonction de la catégorie d'âge). Un classement sera établi suivant le nombre d'équipes. Il donnera lieu à l'attribution des points prévus au barème suivant :

1er : 20 points ; 2e : 18 pts ; 3e : 16 pts ; 4e : 14 pts ; 5e : 12 pts ; 6e : 11pts ; etc. : 1 point de moins que le précédent. Le barème peut être revu si le nombre d'équipes est supérieur à seize.

WATER-POLO : L'organisation du tournoi permettra d'établir un classement suivant le nombre d'équipes. L'attribution des points sera la même que pour la natation. Néanmoins, des points de bonification seront attribués par équipe en fonction du sexe (0,5 point par femme engagée) et de l'âge (0,5 par personne appartenant à la catégorie C5 et au-delà : C6, C7, C8, etc.) des membres. Les bonifications de points sont cumulatives. Ainsi, une femme âgée de plus de 45 ans permet à son équipe de bénéficier d'un point (2x0,5) de bonification.

Par exemple : une équipe termine à la troisième place du classement de l'épreuve de water-polo du Polonats. Elle obtient donc 16 points. Au sein de son effectif, elle compte trois femmes et une personne âgée de 55 ans. Elle obtient donc 18 points (16 points + 2 points de bonification).

Général : Le vainqueur sera l'équipe qui aura totalisé le plus grand nombre de points à l'addition des classements natation et water-polo. En cas d'égalité, les équipes seront départagées par le classement de la natation.

Récompenses :

Les trois premières équipes du classement général seront récompensées.

Bordereau d'engagement Polonat régional Maîtres

Club : _____

Si le club engage plusieurs équipes, indiquez le numéro de l'équipe en entourant le chiffre : **équipe 1 2 3**
4 5 6

Composition de l'équipe de 6 ou 7 personnes :

	Nom prénom	Année de naissance	sexe
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			

Engagements courses individuelles et relais (dans l'ordre de départ) :

6x50 NL mixte	50 dos	50 brasse	50 papillon	50 NL	4x50 4N mixte

ATTENTION : les personnes désignées pour les épreuves individuelles doivent être différentes (une personne ne peut nager, dans le cadre du classement, qu'une seule épreuve individuelle)

Bonifications :

Nombre de nageuses ou nageurs de + de 45 ans : _____ (x 0,5 pt) =	
Nombre de nageuses : _____ (x 0,5 pt) =	

A renvoyer par mail à l'adresse suivante :

commissiondesmaitres@gmail.com

Bordereau de réservation repas Polonat Master

Club : _____

Nombre de repas réservés : _____ x 15€

Total à payer : _____ € (chèque à l'ordre d'Albi Natation)

Date et signature du responsable :

A renvoyer par mail à l'adresse suivante

(avant le jeudi 15 octobre 2015) :

albinatation@free.fr

Menu

Salade de crudités

Cuisse de poulet rôtie

Pâtes sauce tomate « maison »

Salade de fruit frais

Café et vin compris