



CHAMPIONNAT RÉGIONAL PARA NATATION ADAPTÉ



DIMANCHE 1 FÉVRIER 2026



12H30 - 17H



**PISCINE TOURNESOL BEAUSOLEIL
RUE CHARLES BOURSEUL,
59500 DOUAI**

Championnat Régional de Para Natation Adapté

Mesdames, Messieurs,

La Ligue Sport Adapté des Hauts-de-France en partenariat avec le club Douai Natation 1897 vous invitent à participer au Championnat Régional de Para Natation Adapté, qui se déroulera le :

Dimanche 1^{er} février 2026 de 12h30 à 17h

Piscine Tournesol Beausoleil

Rue Charles Bourseul, 59500 DOUAI

Cette manifestation est ouverte aux jeunes et adultes possédant la licence FFSA compétitive 2025/2026.

!/ Pour cette saison, tous les nouveaux licenciés doivent obligatoirement être classifiés via l'outil de classification en ligne. De plus, toutes les personnes classifiées en catégorie CD l'année dernière doivent repasser la classification en ligne afin d'obtenir la classification CD ou DE, condition indispensable pour participer à la compétition

L'ensemble des sportifs participant doivent avoir passé au préalable les Sauv'Nage (BC / CD / DE) ou l'Explora'Nage (AB), une session d'évaluation est prévue le mardi 27 janvier 2026 à Carvin.

Cette compétition est qualificative pour le championnat de France Para Natation Adapté.

Aucune inscription ne sera prise en compte après le mercredi 28 janvier 2026.

PROGRAMME :

- **12h** : Accueil des sportifs et vérification des licences
- **12h30 – 12h45** : Echauffement
- **12h45 – 12h55** : Appel des premières séries
- **13h** : Départ première série
- **16h** : Fin des courses
- **16h – 17h** : Remise des récompenses

CONSIGNES PARTICULIÈRES SUR LE CHAMPIONNAT :

Le règlement sportif para natation adapté (disponible sur le site [FFSA - Documents - RÈGLEMENTS SPORTIFS - Tous les documents](#)) sera appliqué. Dans ce document nous vous précisons les distances en fonction des catégories d'âge et des classifications.

CATEGORIES D'ÂGE :

Catégorie	Ages À titre indicatif, se référer aux années d'âge par saison	Année de naissance Saison 2025/2026
Vétérán	A partir de la 41 ^{ème} année	1985 et moins
Adulte	A partir de la 22 ^{ème} année	2004 et moins
U21	19, 20, 21 ans. Pas de sur classement à demander pour cette catégorie pour aller en "adulte"	2007 à 2005
U18	17, 18 ans	2008, 2009
U16	15, 16 ans	2010, 2011
U14	13, 14 ans	2012, 2013
U12	11, 12 ans	2014, 2015
U10	8, 9, 10 ans	2016, 2017, 2018

LISTE DES EPREUVES :

Epreuves ouvertes au SAJ (moins de 21 ans) :

Un nageur pourra s'engager dans 4 épreuves maximum

Epreuves classe AB	<ul style="list-style-type: none"> • U14/U12 <ul style="list-style-type: none"> ○ 25 Style Crawl, 25 Style brasse, 25 Style Dos • U18/U16 <ul style="list-style-type: none"> ○ 50 Nage Libre, 50 Style Crawl, 50 Style brasse, 50 Style Dos • U21 <ul style="list-style-type: none"> ○ 100 Nage Libre, 100 Style crawl, 100 Style brasse, 100 Style Dos
Epreuves classe BC	<ul style="list-style-type: none"> • U14/U12 <ul style="list-style-type: none"> ○ 25 Nage Libre, 100 Nage Libre, 100 combiné, 50 Dos, 25 Papillon et 25 Style Brasse • U18/U16 <ul style="list-style-type: none"> ○ 50 Nage Libre, 200 Nage Libre, 100 Combiné, 100 Dos, 50 Papillon et 50 Style brasse • U21 <ul style="list-style-type: none"> ○ 50 Nage Libre, 200 Nage Libre, 200 Combiné, 100 Dos, 100 Papillon et 100 Style brasse
Epreuves classe CD	<ul style="list-style-type: none"> • U14/U12 <ul style="list-style-type: none"> ○ 25 dos, 50 NL, 6 minutes nage hybride, 25 papillon et 50 brasse • U18/U16 <ul style="list-style-type: none"> ○ 50 NL, 100 NL, 100 4N, 50 dos, 50 pap et 50 brasse • U21 <ul style="list-style-type: none"> ○ 50NL, 200 NL, 200 4N, 100 dos, 100 pap et 100 brasse
Epreuves classe DE	<ul style="list-style-type: none"> • U14/U12 <ul style="list-style-type: none"> ○ 25 dos, 50 NL, 6 minutes nage hybride, 25 papillon et 50 brasse • U18/U16 <ul style="list-style-type: none"> ○ 50 NL, 100 NL, 100 4N, 50 dos, 50 pap et 50 brasse • U21 <ul style="list-style-type: none"> ○ 50NL, 200 NL, 200 4N, 100 dos, 100 pap et 100 brasse

Epreuves ouvertes aux Adultes / Vétérans :

Un nageur pourra s'engager dans 4 épreuves maximum.

Epreuves classe AB	<ul style="list-style-type: none"> • Nage Libre (VIRTUS) : 50, 100, 200 • Style Dos (FFSA) : 50, 100 • Style brasse (FFSA) : 50, 100 • Style papillon (FFSA) : 50
Epreuves classe BC	<ul style="list-style-type: none"> • Nage Libre (VIRTUS) : 50, 100 et 200 • Dos (VIRTUS) : 50, 100 et 200 • Style Crawl-dos (FFSA) : 100 • Style brasse (FFSA) : 50, 100 • Papillon (VIRTUS) : 50, 100 et 200 • Combiné (pap, dos, Style-brasse, nage différente des trois précédentes) : 200
Epreuves classe CD	<ul style="list-style-type: none"> • Nage Libre (VIRTUS) : 50, 100, 200, 400, 800 et 1500 • Dos (VIRTUS) : 50, 100 et 200 • Papillon (VIRTUS) : 50, 100 et 200 • Brasse (VIRTUS) : 50, 100 et 200 • 4 nages (VIRTUS) : 200, 400
Epreuves classe DE	<ul style="list-style-type: none"> • Nage Libre (VIRTUS) : 50, 100, 200, 400, 800 et 1500 • Dos (VIRTUS) : 50, 100 et 200 • Papillon (VIRTUS) : 50, 100 et 200 • Brasse (VIRTUS) : 50, 100 et 200 • 4 nages (VIRTUS) : 200, 400

CHAMPIONNAT DE FRANCE :

Pour les jeunes : Pour participer au championnat de France SAJ, il faut avoir nagé au moins une épreuve dans le respect du règlement FFSA Para natation adaptée lors d'une compétition au moins de zone.

Pour les adultes : Lors du championnat de qualification validé par la ligue (championnat régional ou de zones) les nageurs remplissant les conditions suivantes pour chaque épreuve seront qualifiés pour le championnat de France Adultes/vétérans dans une limite de 4 épreuves par nageur :

	Vétérans	Adultes	U21, U18/U16
AB Dames	Les trois premiers de chaque épreuve seront qualifiés pour le Championnats de France. Ou en réalisant un temps équivalent à 2 points sur la table de cotation AB Dames	Les trois premiers de chaque épreuve seront qualifiés pour le Championnats de France. Ou en réalisant un temps équivalent à 100 points sur la table de cotation AB Dames	Les trois premiers de chaque épreuve au SAJ seront qualifiés pour le Championnats de France en Adultes
AB Messieurs	Les trois premiers de chaque épreuve seront qualifiés pour le Championnats de France. Ou en réalisant un temps équivalent à 2 points sur la table de cotation AB Messieurs	Les trois premiers de chaque épreuve seront qualifiés pour le Championnats de France. Ou en réalisant un temps équivalent à 100 points sur la table de cotation AB Messieurs	
BC Dames	En réalisant un temps équivalent à 2 points sur la table de cotation BC Dames	En réalisant un temps équivalent à 75 points sur la table de cotation BC Dames	
BC Messieurs	En réalisant un temps équivalent à 2 points sur la table de cotation BC Messieurs	En réalisant un temps équivalent à 25 points sur la table de cotation BC Messieurs	
CD Dames	En réalisant un temps équivalent à 2 points sur la table de cotation CD Dames	En réalisant un temps équivalent à 10 points sur la table de cotation CD Dames	
CD Messieurs	En réalisant un temps équivalent à 2 points sur la table de cotation CD Messieurs	En réalisant un temps équivalent à 25 points sur la table de cotation CD Messieurs	
DE Dames	En réalisant un temps équivalent à 2 points sur la table de cotation DE Dames	En réalisant un temps équivalent à 25 points sur la table de cotation DE Dames	
DE Messieurs	En réalisant un temps équivalent à 2 points sur la table de cotation DE Messieurs	En réalisant un temps équivalent à 25 points sur la table de cotation CD Messieurs	

*Les tables de cotation sont à consulter dans le règlement FFSA Para Natation Adaptée.

Fiche d'inscription CR Para Natation Adapté

A retourner avant le : **Mercredi 28 janvier 2026**

A renvoyer à manifestations.liguehdfs@gmail.com

Association :

N° d'affiliation :

Nom du responsable :

Téléphone :

Mail :

	Nom /prénom	Classification AB / BC / CD / DE	Numéro de Licence FFSA	Sexe	Date de naissance	Test Sauv'Nage / Explora'Nage (Lieu + date de réussite du test)	Epreuves (Distances)
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							

!/ \ Nous vous rappelons qu'il est indispensable de présenter votre licence le jour de la compétition. Sans elle, la participation ne sera pas possible.