

Les Journées Techniques d'Hiver
4 et 5 février 2012
Saint Etienne

RAPPEL REGLEMENTAIRE

Les JTH figurent dans le calendrier hivernal, elles clôturent la saison hivernale.
 C'est une compétition de niveau N3 non obligatoire réservée à toutes les nageuses
 qui n'auront pas évolués lors des récents championnats de France d'Hiver.
 Ces dernières peuvent néanmoins nager sur les JTH mais figureront hors classement sur
 les épreuves déjà nagées aux championnats de France d'hiver 2011. (Règle issue du
 règlement fédéral)

RAPPORT TECHNIQUE

EPREUVES TECHNIQUES :

Figures Imposées ESPOIRS.

42 nageuses, 7 clubs : 4 du LR (Sète, Montpellier, Nîmes, Synchro 66) , 2 du Lyonnais
 (Lyon, Villefranche) et 1 du DS (NC Alp 38).

Analyse des scores :

Echelle de note	420 - PROMENADE AR	355 ^e - MRS VRILLE 360°	342 - HERON	311a - CPL ½ TOUR
7.0 et plus	-	-	-	1 (7,000)
7.0 - 6.5	2 (6.733)	2 (6.767)	3 (6.633)	2
6.4 - 6.0	15	14	14	18
5.9 - 5.5	24	18	21	12
5.5 et moins	1 (5,400)	8 (5,167)	4 (5,267)	9 (5,067)
TOTAL	42 nageuses			
Ouverture échelle	5.3 - 7.1	5.0 - 7.0	5.0 - 6.8	4.9 - 7.3

(7,000) : score le plus élevé

(5,057) : score le moins élevé

Retours des ateliers de juges:

Figure 420 : PROMENADE ARRIERE

Vice-arbitre de l'atelier : **Nathalie Blin**

Retours des Juges :

Echelle de notes : 7.1 – 5.3

Points positifs :

- Placement des nageuses par rapport au jury
- Figure relativement stable sur le départ : peu de déplacement par les pieds au départ
- Recherche de contrôle et de hauteur sur les parties faciles

Points négatifs :

- Le départ de la figure se fait de façon précipité : la tête disparaît d'un seul coup dans l'eau
- L'avancée se fait de façon trop tardive
- Manque d'étirement et de contrôle sur le décollé de la jambe : certaines nageuses descendent jusqu'à la cheville sur la position château !!
- 1 seul grand écart en surface !!!!!
- Pas de position « carpé » : beaucoup de dos rond et de fermeture du tronc
- Manque de contrôle sur la sortie, fuite par les pieds
- Reprise de la position ventrale en « panique »

Figure 355e : MARSOUIN VRILLE 360°

Vice-arbitre de l'atelier : **Bénédicte Métivier**

Retours des Juges :

Echelle de notes : 7.0 – 5.0

Points forts :

- Recherche de hauteur en verticale
- Pas de pénalités
- Bonne présentation et prise de repères

Points négatifs :

- Position ventrale : jambes serrées et à la surface
- Aucune prise de carpé
- Contrôle de la figure
- Position verticale : alignement
- Répartition des hauteurs sur la vrille
- Attention, la descente verticale fait partie de la figure et pour autant elle est bâclée chez un grand nombre de nageuses.

Figure 342 : HERON

Vice-arbitre de l'atelier : **Nathalie Blin**

Retours des Juges :

Echelle de notes : 6.8 – 5.0

Aucun point positif ... sauf le sourire !

Points négatifs :

- Pas de placement par rapport au jury
- Pas de prise de carpé, ni de position carpé
- Bascule non maîtrisée
- Peu de position double ballet leg sous-marin : attention aux pieds sous la surface de l'eau
- Pas de position préparation poussée jambe pliée : la jambe tendue revient sur le nez
- Toutes passent par l'avant lors de la poussée et la descente s'effectue sur le dos

Figure 311a : COUP de PIED à la LUNE ½ TOUR

Vice-arbitre de l'atelier : **Bénédicte Métivier**

Retours des Juges :

Echelle de notes : 7.3 – 4.9

Points positifs :

- Déroulé : recherche de hauteur
- Dessin respect de la hauteur sur le demi-tour
- Recherche de lenteur

Points négatifs :

- Pas de placement à la marque
- Pas de position dorsale
- Précipitation en fin de figure
- Bascule difficile
- Déroulé rapide
- ½ tour rapide et déplacement, perte de l'axe

Figures Imposées JUNIORS.

118 nageuses pré-engagées, 101 nageuses en compétition : 2 de niveau ELITE, 9 de niveau NATIONAL, 90 de niveau PERF.

16 clubs : Lyonnais : Lyon, Villefranche, Firminy, Oullins, Ferney Gex Natation ; Languedoc : Nimes, Montpellier, Synchro 66 ; Dauphiné Savoie : NC Alp38, CNS villard de Lans, CN Gresivaudan, AS Villefontaine, CN Voreppe ; Auvergne : Vichy ; Provence : CN Gap ; Côte d 'Azur : Saint Laurent NS.

Analyse des scores :

Echelle de note	313 - CPL GE fermé à 180°	112f - Ibis vrille continue	336 - Gavotte ouverte à 180°	436 - Cyclone
7.0 et plus	3 (7,233)	-	-	1 (7,233)
7.0 - 6.5	15	7 (6.833)	6 (6.967)	5
6.5 - 6.0	30	16	15	17
6.0 - 5.5	38	32	28	34
5.5 - 5.0	9	37	34	33
5.0 - 4.5	6 (4,767)	8	14	9
4.5 - 4.0	-	1 (4.400)	3	2 (4,033)
4.0 - 3.5	-	-	1 (3,967)	-
Pénalités de - 2 pts	0	1 pénalité	0	0
TOTAL	101 nageuses			
Ouverture échelle	4.7 - 7.5	3.4 - 7.2	3.5 - 7.2	4.0 - 7.3

FIGURE OBLIGATOIRE 313 : COUP DE PIED A LA LUNE GRAND-ECART FERME A 180°

Vice-arbitre de l'atelier : R. ARIF

Retours des Juges :

Echelle de notes : 4.7 - 7.5

Points Positifs :

- Bonne tenue de la verticale
- Position grand écart bien placée
- Descente verticale contrôlée
- Bonne présentation

Points Négatifs :

- Non respect du placement à la marque
- Beaucoup de déplacement pendant la figure
- Manque d'étirement
- Certaines figures beaucoup trop rapides
- Position « groupé » non contrôlée
- Rassemblé dissymétrique
- Pas de respect de la position verticale (manque de contrôle)

FIGURE OBLIGATOIRE 112f : IBIS VRILLE CONTINUE

Vice-arbitre de l'atelier : N.BLIN

Retours des Juges :

Echelle de notes : 7.2 – 3.4

Figure catastrophique : attention figure obligatoire !

- Aucune position : pas de position allongée sur le dos, pas de position voilier
 - Pas de contrôle dans la montée du ballet leg
 - Beaucoup de bascule corps fermé
 - Beaucoup de position Queue de poisson à la place de Flamant rose
 - Des difficultés sur le rassemblé : Soit rassemblé sur le dos, soit rassemblé cassé avec les fesses en arrière, jambes non jointes même chez les meilleures
 - Pas de position verticale : beaucoup de tête rentrée, nuque cassée
 - Tentative de maîtrise de la vrille continue : 1 seule pénalité pour arrêt aux chevilles et coulé, mais vrille lente et non régulière
- Les meilleures ont une belle hauteur de Flamant rose et verticale mais la vrille ne suit pas : arrivée aux talons 1 vrille $\frac{3}{4}$

FIGURE OPTIONNELLE 336 : GAVOTTE OUVERTE A 180°

Vice-arbitre de l'atelier : MN.MATHIEU

Echelle de note : 7.2 – 3.5

Retours des Juges :

Points à travailler :

- Le carpé et la prise de carpé
- La bascule
- Le descriptif n'est pas respecté
- Accélération dans la fin de la promenade
- Position cambrée: non. Elles ont fait une position dorsale avec la tête inversée

Pour les moins bonnes :

- Recherche de verticale

Niveau assez faible

FIGURE OPTIONNELLE 436 : CYCLONE

Vice-arbitre de l'atelier : **C.LALE**

Echelle de note : 7.3 – 4.0

Retours des Juges :

Points positifs :

- Changement de rythme bien vu pour la spire
- Demi-tour correct (rythme et axe)

Points négatifs :

- Placement de départ à revoir
- Avancée avec prise de position cambrée jambe pliée à bien travailler !!!
- Hauteur et gainage non maintenu
- Position verticale à travailler.

ASPECTS REGLEMENTAIRES

PRECISION:

Lors des circuits préparatoires d'été (Juniors et seniors du 17 et 18 mars ET du circuit des jeunes les 7 et 8 avril) les clubs ont la possibilité de présenter leurs nageuses sur l'épreuve de figures imposées uniquement, puisqu'un classement 100% Figures Imposées sera établi à l'issue des compétitions.

Cependant, les épreuves de ballet comptant pour 50% du résultat final, les nageuses engagées sur les épreuves libres devront obligatoirement nager les figures imposées sur la compétition.

Néanmoins, sur acceptation du juge arbitre de la compétition et du comité organisateur, un club peut demander à nager en pré-swimmer sur une épreuve donnée (solo, duo, équipe). Cette décision est soumise à l'approbation des personnes mises en responsabilité sur l'événement et sous réserve de ne pas aller au delà de 2 ballets pré-swimmers.

Compte tenu de cette précision, les clubs souhaitant modifier leurs pré-engagements doivent les faire connaître le plus rapidement auprès des comités concernés de façon à ce que les programmes prévisionnels des compétitions puissent être diffusés.

RAPPEL:

Pour toutes les solistes non qualifiées sur des championnats d'été, qu'elles se soient arrêtées aux Journées d'Automne ou au barrage des championnats de France Hiver ou aux phases éliminatoires de ces mêmes championnats, ont la possibilité de nager sur les circuits préparatoires. Elles figureront dans le classement final.

Les juniors pourront nager leur solo lors du circuit d'été et aux N3 Perf, les minimes lors du circuit des Jeunes.

Ces étapes de préparation sont nécessaires dans le parcours de formation d'une soliste.

Les échéances majeures de qualification pour cette épreuve se déroulant très tôt dans la saison (lors des Journées d'Automne mi-novembre et du barrage des hiver mi -décembre), il est nécessaire d'anticiper la préparation de cette épreuve sur la saison n-1.