

NATATION LUXEMBOURGEOISE



RÈGLEMENT ANNUEL NATATION COURSE

2025-2026

DOCUMENT DE RÉFÉRENCE – COMPÉTITION

Mise à jour

Date	Mise à jour
24/11/2025	P17 Ajout sur la grille de temps du 100 4 nages
20/11/2025	P38 ajout temps cadres COSL
13/11/2025	P8 correction tarif d'engagement Avenir Series
11/11/2025	P25-26-27-modification du calendrier, ajout des clinics et de regroupement nationaux du samedi
11/11/2025	P38-mise à jour des cadres nationaux
11/11/2025	P8- Modification dates inscriptions officielles
01/11/2025	P21- ajout du lien Euro Meet

Sommaire

La vie fédérale



Règlement et orientation

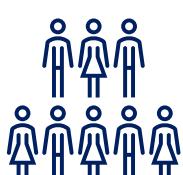


Calendrier – meetings labélisés

Les équipes nationales



Critères de sélections



Les collectifs nationaux et leur fonctionnement

Les annexes

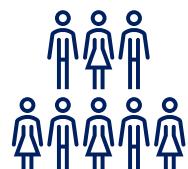


**Règlement par catégories
et orientations sportives**



Les catégories d'âge

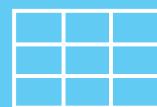
Poussins et pupilles



**Prospects , Jeunes et
Juniors**

Toutes catégories





Catégories	Année de naissance	
	Dames	Messieurs
Poussins	2016-2017 et +	2015-2016 et +
Pupilles	2014-2015	2013-2014
Prospects	2013	2012
Jeunes	2011-2012	2010-2011
Juniors	2009-2010	2008-2009
Séniors	2008 et -	2007 et -



Poussins et pupilles

Préconisations fédérales

Il convient d'analyser la natation mondiale et les connaissances physiologiques pour comprendre les besoins de formation du nageur et ses différents stades.

Selon une étude basée sur les derniers Jeux Olympiques de Paris 2024, toutes les filles présentent sur les podiums étaient déjà performantes à 14 ans contre 18 ans chez les garçons.

Ce constat nous permet de comprendre que les besoins en travail chez les filles et les garçons diffèrent très tôt!

Ce tableau n'est en rien une règle à appliquer mais une piste à prendre en compte qui doit être adaptée à chaque nageur tant d'un point de vue physique, physiologique que psychologique.

Marqueurs temporels	Volume horaire/ semaine dans l'eau	Km moyen/ séance	Travail à sec	Nombre de ½ j de compétition par année
8 à 10 ans Pas de différenciation entre les F/G	4h à 6h	2,5 à 3,5	Sous forme de jeux de 30min à 1h/ semaine	10 à 15
Période de pré puberté entre 10 et 13 ans Charge des filles augmentée de 10 à 15% par rapport aux garçons pour le même âge	9h à 16h	3 à 5	1h à 3h travail athlétique, parcours et initiation au gainage	12 à 25



3 étapes

- Trophée de l'Avenir : 29 et 30 novembre 2025**
- Grand Prix de l'Avenir : 21 et 22 mars 2026**
- Festival de l'Avenir : 4 et 5 Juillet 2026**

	Garçons	Filles
Poussins 1	2016-2017	2017
Poussins 2	2015	2016
Pupilles 1	2014	2015
Pupilles 2	2013	2014

Règlement et conditions

Les Avenir Series sont des compétitions pour jeunes nageurs et se composent de trois étapes organisées par la FLNS en collaboration avec différents clubs de natation. Chaque étape est régie par les règles de World Aquatics et de la FLNS (Règlement FLNS et Code de Natation).

Seuls les nageurs licenciés à un club de natation luxembourgeois peuvent y participer, à condition d'être titulaires d'une licence FLNS valide pour la saison 2025-2026.

Un nageur ne peut représenter qu'un seul club.

Seules les inscriptions pour les garçons nés entre 2013 et 2017 et les filles nées entre 2014 et 2017 sont acceptées.

Piscine

Les trois étapes de l'Avenir Series se déroulent dans trois bassins de 25 m différents à travers le pays :

1. Trophée de l'Avenir dans le bassin de Diekirch piscine municipale
2. Grand Prix de l'Avenir dans le bassin du Lycée Technique à Ettelbruck
3. Festival de l'Avenir dans le bassin Aquasud à Obercorn.

Tous les compétitions sont faites avec chronométrage électronique.

Programme des épreuves

Voir annexe.

Un programme détaillé des épreuves et des cérémonies de remise des médailles est communiqué quelques jours avant le début de chaque étape. La FLNS se réserve le droit de modifier les horaires des séances.

Séries et Finales

Toutes les épreuves sont des finales directes, à l'exception du 50 m nage libre programmé au Festival de l'Avenir les 5 et 6 juillet 2026.

Les 6 nageurs les plus rapides par catégorie d'âge lors des séries de 50 m nage libre se qualifient pour la finale.

Retrait de la finale du 50 m nage libre : les entraîneurs doivent, pour tout finaliste ou remplaçant ne souhaitant pas participer à la finale, remplir un formulaire de retrait et le remettre au secrétariat de compétition au plus tard 30 minutes après la publication des résultats l'épreuve. Le non-respect de cette procédure entraîne une amende de 50 €.

Maillots de bain

Les maillots de bain « dit technique » de compétition ne sont pas autorisés et chaque participant doit porter un maillot une pièce (filles) ou un slip de bain (garçons).



3 étapes

- Trophée de l'Avenir : 29 et 30 novembre**
- Grand Prix de l'Avenir : 21 et 22 mars**
- Festival de l'Avenir : 4 et 5 juillet**

Récompenses

Dans chacune des trois étapes de la «Avenir Series», les nageurs peuvent marquer des points lors des différentes épreuves marquées en ROUGE et ci-après dénommées « Épreuve Avenir ».

Les points sont attribués uniquement aux 10 premiers nageurs d'une épreuve Avenir comme suit :

1er : 20 points, 2e : 15 points, 3e : 12 points, 4e : 10 points, 5e : 8 points et 6e : 5 points, 7e : 4 points, 8e : 3 points, 9e : 2 points et 10e : 1 point. Les 3 premiers nageurs classés de chaque catégorie d'âge au classement combiné des trois manches remportent la « Coupe Avenir » lors du Festival de l'Avenir le 5 juillet 2026.

En cas d'égalité de points, les places individuelles sur les trois manches sont prises en compte. En cas de maintien du même nombre de points, les points World Aquatics de la meilleure épreuve sont pris en compte pour établir le classement.

Frais d'inscription et inscription

Les inscriptions doivent être effectuées via le fichier LENEX. Ce fichier sera disponible en temps voulu sur le site web de la FLNS.

Natation : les frais d'inscription sont de 5 € par épreuve individuelle et par relais.

Aucun remboursement n'est accordé en cas de forfait.

Aucun remplacement ni ajout n'est accepté après la date limite d'inscription. Les frais d'inscription doivent être payés 3 jours ouvrables avant le jour de la compétition au compte bancaire de la FLNS :

Banque : Compte Chèques Postaux Luxembourg (CCPL Luxembourg)
IBAN : LU79 1111 0239 0846 0000
BIC : CCPLLULL

Les inscriptions doivent être envoyées par email avec le fichier LENEX au bureau du FLNS

(flns@flns.lu) dans les délais suivants avant 12h00 :

- Trophée de l'Avenir 21 novembre 2025
- Grand Prix de l'Avenir 13 mars 2026
- Festival de l'Avenir 27 juin 2026

Officiels

Chaque club participant est prié de se munir d'officiels selon la répartition des officiels FLNS afin de garantir le bon déroulement de la compétition. Tout officiel manquant est sanctionné d'une amende.

Tous les officiels doivent s'inscrire via l'application FLNS Officials avant les dates suivantes:

- Trophée de l'Avenir 21 novembre 2025
- Grand Prix de l'Avenir 13 mars 2026
- Festival de l'Avenir 27 juin 2026

La FLNS se réserve le droit de réduire le nombre de participants en fonction du nombre d'officiels inscrits par clubs et par sessions.

Bon à savoir

- Les fichiers d'inscription, les listes de départ et les résultats sont publiés sur Swimrankings,

Responsabilité

La FLNS décline toute responsabilité en cas de vol, d'accident ou de dommage de quelque nature que ce soit.

Engagements	J-7
Paiement	J-3



Trophée de l'Avenir

29 et 30
Novembre

Diekirch



SEO

LOTERIE
NATIONALE

andreasen
accounting services

arena

LUXEMBOURG
LET'S MAKE IT HAPPEN

TROPHEE DE L'AVENIR	
Samedi 29 Novembre 2025 - Session 1: Poussins	
Echauffement 9:00 - 9:50 début de la compétition 10:00 (horaires à confirmer)	
1	50 Nage Libre Dames et Messieurs
2	50 Papillon Dames et Messieurs
3	4 x 50 Nage Libre Mixte
Samedi 29 Novembre 2025 - Session 2: Pupilles	
Echauffement 13:00 - 13:50 Début de la compétition 14:00 (horaires à confirmer)	
4	100 4 Nages Dames et Messieurs
5	100 Brasse Dames et Messieurs
6	50 Papillon Dames et Messieurs
7	4 x 50 Freestyle Mixte
Dimanche 30 Novembre 2025 - Session 3: Poussins	
Echauffement 08.30 - 09.20 début de la compétition 9:30 (horaires à confirmer)	
8	50 Brasse Dames et Messieurs
9	50 Dos Dames et Messieurs
10	4 x 50 Nage Libre Dames et Messieurs
Dimanche 30 Novembre 2025 - Session 4: Swimming - Pupilles	
Echauffement 13:00 - 13:50 Début de la compétition 14:00 (horaires à confirmer)	
11	100 Dos Dames et Messieurs
12	100 Nage Libre Dames et Messieurs
16	4 x 50 Nage Libre Dames et Messieurs

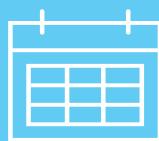
Tous les événements en rouge sont des « Epreuve Avenir » et comptent pour le classement de la "coupe de l'avenir" de la catégorie d'âge respective qui est décernée à la fin du Festival de l'Avenir en juillet 2026. Une médaille est remise aux 3 premiers nageurs par catégorie (Poussins et Pupilles) pour chaque épreuve individuelle et de relais lors de la compétition.



Grand Prix de l'Avenir

 21 et 22 mars

 Ettelbruck



GRAND PRIX DE L'AVENIR

Samedi 21 Mars 2026 - Session 1: Poussins

Echauffement 9:00 - 9:50 début de la compétition 10.00 (horaires à confirmer)

1	100 Nage Libre Dames et Messieurs
2	50 Dos Dames et Messieurs
3	50 Papillon Dames et Messieurs
4	4 x 100 4 nages Mixte

Samedi 21 Mars 2026 - Session 2: Pupilles

Echauffement 13:00 - 13:50 Début de la compétition 14:00 (horaires à confirmer)

5	200 Nage Libre Dames et Messieurs
6	50 Papillon Dames et Messieurs
7	4 x 100 Nage Libre Dames et Messieurs

Dimanche 22 Mars 2026 - Session 3: Poussins

Echauffement 08.30 - 09.20 début de la compétition 9:30 (horaires à confirmer)

8	50 Nage Libre Dames et Messieurs
9	100 4 Nages Dames et Messieurs
10	50 Brasse Dames et Messieurs
11	4 x 100 Nage Libre Mixte

Dimanche 22 Mars 2026 - Session 4: Swimming - Pupilles

Echauffement 13:00 - 13:50 Début de la compétition 14:00 (horaires à confirmer)

12	100 Brasse Dames et Messieurs
13	50 Dos Dames et Messieurs
14	200 4 Nages Dames et Messieurs
15	4 x 100 Nage Libre Dames et Messieurs

Tous les événements en rouge sont des « Epreuve Avenir » et comptent pour le classement de la "coupe de l'avenir" de la catégorie d'âge respective qui est décernée à la fin du Festival de l'Avenir en juillet 2026. Une médaille est remise aux 3 premiers nageurs par catégorie (Poussins et Pupilles) pour chaque épreuve individuelle et de relais lors de la compétition.

Classement spécifique du Grand Prix de l'Avenir, les trois meilleurs nageurs à l'addition des 3 meilleures performances (1004N obligatoire pour les poussins et 2004N obligatoire pour les pupilles) seront récompensés. Une médaille est remise aux 3 premiers nageurs par catégorie (poussins et pupilles) pour chaque épreuve individuelle et de relais lors de la compétition.



Festival de l'Avenir



4 et 5 Juillet



Obercorn



FESTIVAL DE L'AVENIR	
Samedi 4 Juillet 2026 - Session 1: Poussins	
Echauffement 9:00 - 9:50 début de la compétition 10:00 (horaires à confirmer)	
1	50 Nage Libre Dames et Messieurs Series
2	100 Dos Dames et Messieurs
3	50 Papillon Dames et Messieurs
4	4 x 50 nages Dames et Messieurs
Samedi 4 Juillet 2026 - Session 2: Pupilles	
Echauffement 13:00 - 13:50 Début de la compétition 14:00 (horaires à confirmer)	
5	50 Nage Libre Dames et Messieurs Series
6	200 4 Nages Dames et Messieurs Pupilles 1ère année
7	400 4 Nages Dames et Messieurs Pupilles 2ème année
8	100 Brasse Dames et Messieurs
9	4 x 50 4 nages Dames et Messieurs
Dimanche 5 Juillet 2026 - Session 3: Poussins	
Echauffement 08:30 - 09:20 début de la compétition 9:30 (horaires à confirmer)	
10	100 4 Nages Dames et Messieurs Poussins 1ère année
11	200 4 Nages Dames et Messieurs Poussins 2ème année
11	100 Brasse Dames et Messieurs
12	50 Nage Libre Dames et Messieurs Finales
Dimanche 5 Juillet 2026 - Session 4: Swimming - Pupilles	
Echauffement 13:00 - 13:50 Début de la compétition 14:00 (horaires à confirmer)	
13	100 Papillon Dames et Messieurs
14	50 Brasse Dames et Messieurs
15	400 Nage Libre Dames et Messieurs
16	50 Dos dames et Messieurs
17	50 Nage Libre Dames et Messieurs Finales
Tous les événements en rouge sont des « Epreuve Avenir » et comptent pour le classement de la "coupe de l'avenir" de la catégorie d'âge respective qui est décernée à la fin du Festival de l'Avenir en juillet 2026. Une médaille est remise aux 3 premiers nageurs par catégorie (Poussins et Pupilles) pour chaque épreuve individuelle et de relais lors de la compétition.	





Prospects , Jeunes et Juniors

Préconisations fédérales

Il convient d'analyser la natation mondiale et les connaissances physiologiques pour comprendre les besoins de formation du nageur et ses différents stades.

Selon une étude basée sur les derniers Jeux Olympiques de Paris 2024, toutes les filles présentent sur les podiums étaient déjà performantes à 14 ans contre 18 ans chez les garçons.

Ce constat nous permet de comprendre que les besoins en travail chez les filles et les garçons diffèrent très tôt!

Ce tableau n'est en rien une règle à appliquer mais une piste à prendre en compte qui doit être adaptée à chaque nageur tant d'un point de vue physique, physiologique que psychologique.

Marqueurs temporels	Volume horaire/semaine	Km moyen/séance	Travail à sec	Nombre de ½ j de compétition par année
♀ ♂ Puberté 11 à 14 ans 12 à 15 ans	12h à 16h	4 à 6 km Diminution du volume et augmentation des exigences pour les séances de vitesse et de développement technique	2h à 4h30 - Initiation à la musculation - Apprentissage des fondamentaux - Gainage (expertise) - Circuit training - Développement de l'endurance et de la vitesse	24 à 50
♀ ♂ Post-Puberté (Adulescence) 13 ans et + 15 ans et +	12h à 20h	3 à 8 km en fonction des spécialités et des besoins Diminution du volume (2 à 4 km) et augmentation des exigences pour les séances de vitesse, lactique et de développement technique	3h à 7h30 - Initiation aux méthodes de musculation - Musculation - Cross-training - Développement de la force et de la puissance	24 à 60





Toutes catégories

Préconisations fédérales

Pour les jeunes adultes et adultes qui vont prendre la direction du sport d'élite, l'entraînement biquotidien se généralise. Il s'inscrit dans un système hebdomadaire qui ne fluctue pas en dépit des contraintes qui s'imposent au quotidien (compétitions, fatigues occasionnelles, etc). Le nageur se spécialise.

L'entraînement suit des cycles de développement exigeant où le binôme « Entraineur-Entraîné » s'assure de développer les compétences souhaitées.

Une stratégie claire est :

- Réfléchie
- Définie
- Priorisée
- Choisie
- Respectée.

Les stratégies de « qualification/compétition terminale » sont bien étudiées pour créer de la performance au jour J.

La préparation physique fait partie intégrante du projet sportif et la planification est individualisée en fonction de l'histoire, de la spécialité, des points forts/faibles de l'athlète.

Les outils scientifiques font partie du quotidien des nageurs.

Spécialisation	Volume horaire/semaine	Km moyen/séance	Travail à sec	Nombre de compétitions annuelles (3 jours ou plus)
Sprint	+ 20h	2 à 6km en fonction des objectifs/périodes. Les séances de vitesse sont ciblées.	3x 2h de musculation (Puissance, Force, Vitesse) 2x1h de Gainage	10 à 20/an
Middle distance Spécialité	20 à 26h	3 à 8km en fonction des objectifs/périodes. 45 à 70km hebdomadaire. Les séances lactiques et VO2 sont ciblées.	3x2h de musculation (Puissance, Force, Vitesse) 2x1h de Gainage	10 à 20/an
½ fond	24 à 30h	4 à 9km en fonction des objectifs/périodes. 55 à 90 km hebdomadaire. Les séances VO2 et Seuil Anaérobie sont ciblées.	3x 1h/1h20 ou 2x 2h par semaine 2x1h de Gainage	10 à 20/an

6 et 7 Décembre

4671 Obercorn

1 rue Jeannot Kremer



Catégories d'âges

	Dames	Messieurs
Prospects	2013 et -	2012 et -
Jeunes	2011-2012	2010-2011
Juniors	2009-2010	2008-2009
open	Pas de restriction	Pas de restriction



Règlement et conditions

Le Championnat d'Hiver et le Critérium des Jeunes sont organisés par la Fédération Luxembourgeoise de Natation et de Sauvetage (FLNS) en collaboration avec le club de natation Schwammclub Déifferdang et sont régis par les règles de World Aquatics et de la FLNS (Règlement FLNS et Code de Natation). Les nageurs affiliés à un club de natation luxembourgeois peuvent participer à condition d'être titulaires d'une licence FLNS valide pour la saison 2025-2026.

Un nageur ne peut être affilié qu'à un seul club luxembourgeois.

Les inscriptions des nageurs plus jeunes que la grille de qualification sont acceptées à condition de remplir les critères de la grille ci-dessous.

Piscine

Le bassin de compétition compte 6 couloirs. Le chronométrage est assuré par SWISS TIMING.

Le bassin est équipé de starting-blocks Omega, de block 3D et d'un tableau d'affichage électronique. Un bassin d'entraînement est disponible pendant la réunion pour l'échauffement et la récupération.

Finales

Le classement est « Open », quel que soit l'âge des nageurs.

Toutes les épreuves de 50 m présentent des finales A et B.

Toutes les épreuves de 100 m et plus sont des finales directes.

Pour les épreuves de 50 m, seul un classement « Open » est établi, basé sur les résultats des finales.

Pour les épreuves de 100 m et plus, les classements des catégories d'âge « Prospects », « Jeunes » et « Juniors » sont basés sur les résultats des séries.

Le classement de la catégorie « Open » est basé sur les résultats des finales.

RETRAIT DES FINALES : les entraîneurs doivent, pour tout finaliste ou remplaçant ne souhaitant pas participer à la finale, remplir un formulaire de retrait et le remettre au secrétariat de compétition au plus tard 30 minutes après la publication des résultats des séries préliminaires de l'épreuve. Le non-respect de cette procédure entraîne une amende de 50 €.

Récompenses

Le vainqueur reçoit le titre de « Champion du Luxembourg en petit bassin » ou de « Champion fédéral en petit bassin ». Les trois premiers nageurs/équipes de chaque épreuve individuelle et de chaque relais reçoivent des médailles. Les cérémonies de remise des médailles font partie intégrante de la compétition et aucune médaille n'est remise ultérieurement. De plus, le club de l'athlète absent à la cérémonie de remise des médailles se verra infliger une amende de 15 €.

TEMPS LIMITES (TL)

Seuls les nageurs qui atteignent les temps limites fixés par la FLNS se voient décerner le titre de « Champion du Luxembourg en petit bassin » ou de « Champion fédéral en petit bassin », reçoivent des médailles et figurent au classement du Championnat.

Tout nageur qui réalise un % du temps supérieur au temps de qualification de sa catégorie d'âge se verra infliger une pénalité (de 2% à 5% = 15€, +5% = 30€) et ne sera pas autorisé à nager en finale.

Championnat National et Critérium des Jeunes

6 et 7 Décembre

4671 Obercorn

1 rue Jeannot Kremer



Engagements	J-7
Paiement	J-3



Frais d'inscription et inscription

Les inscriptions doivent être effectuées via le fichier LENEX. Les temps d'inscription sont les temps du bassin de 25 m et doivent avoir été nageés entre le 1er octobre 2023 et le 17 novembre 2025. Un nageur peut être inscrit avec un temps NT (sans temps).

Les frais d'inscription sont de 7 € par nageur individuel et de 12 € par relais.

Aucun remboursement n'est effectué en cas de forfait.

Aucun remplacement ni ajout ne sont acceptés après le 29 novembre 2025.

Règlement par virement sur le compte bancaire de la FLNS :

Banque : Compte Chèques Postaux Luxembourg (CCPL Luxembourg)
IBAN : LU79 1111 0239 0846 0000

BIC : CCPLULL

Les inscriptions doivent être envoyées au plus tard le lundi 1 décembre 2025 à 14 h par courriel, accompagnées du fichier LENEX, au bureau de la FLNS (flns@flns.lu).

Officiels

Les arbitres et les starters de la compétition figurent sur les listes de la World Aquatics. Chaque équipe participante est priée de se faire accompagner d'officiels afin de garantir le bon déroulement de la compétition. Tous les officiels luxembourgeois doivent s'inscrire via l'application FLNS Officials.

Bon à savoir

- Le fichier d'inscription, les listes de départ et les résultats sont publiés sur notre site web : www.flns.lu
- Les repas sont organisés par le club organisateur et pourront être commandés auprès de lui.

Responsabilités

La FLNS décline toute responsabilité en cas de vol, d'accident ou de dommage de quelque nature que ce soit.

Médias

La compétition est couverte par des photographes et des caméras. L'inscription vaut autorisation à la FLNS à couvrir l'événement et à publier du contenu sur son site web, YouTube et/ou d'autres réseaux sociaux.

Programme et horaires d'inscription

Les séries et les finales se déroulent sur 6 couloirs. Un programme détaillé est communiqué quelques jours avant le début de la compétition. La FLNS se réserve le droit de modifier les horaires des séances.

6 et 7
Décembre

4671 Obercorn

1 rue Jeannot
Kremer



Programme

Toutes les courses nagées dames et messieurs

Samedi 6 Décembre 2025 - Session 1

Echauffement: 08h00 - 09h15 / Début de la compétition: 09h30

1	200	4 nages	finale directe
2	50	nage libre	series
3	400	nage libre	finale directe
4	50	brasse	series
5	100	papillon	finale directe
pause 10'			
6	4x100	nage libre	finale directe

Samedi 6 Décembre 2025 - Session 2

Echauffement: 14h30 - 15h45 / Début de la compétition: 16h00

7	50	nage libre	finales
8	200	brasse	finale directe
9	1500	nage libre	finale directe
10	100	dos	finale directe
11	50	brasse	finales
12	100	4 nages	finale directe
pause 10'			
13	4x50	4 nages	mixte

Dimanche 7 Décembre 2025 - Session 3

Echauffement: 08h00 - 09h15 / Début de la compétition: 09h30

14	50	papillon	series
15	400	4 nages	finale directe
16	50	dos	series
17	100	brasse	finale directe
18	200	nage libre	finale directe
pause 10'			
19	4x100	4 nages	finale directe

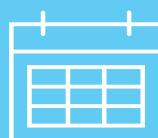
Dimanche 7 Décembre 2025 - Session 4

Echauffement: 14h30 - 15h45 / Début de la compétition: 16h00

20	50	papillon	finales
21	800	nage libre	finale directe
22	200	dos	finale directe
23	4x50	4 nages	mixte special Olympics
24	200	papillon	finale directe
25	50	dos	finales
26	100	nage libre	finale directe
pause 10'			
27	4x50	nage libre	mixte

6 et 7
Décembre

4671 Obercorn
1 rue Jeannot
Kremer



Grille de qualification

Dames	Open	Juniors	Jeunes	Prospect
	toutes catégories	2009/10	2011/12	2013 et +
50 nage libre	0:30.90			
100 nage libre	1:07.60	1:10.60	1:15.50	1:20.40
200 nage libre	2:27.10	2:32.90	2:44.70	2:56.50
400 nage libre	5:13.70	5:28.40	5:48.00	6:07.60
800 nage libre	10:47.10	11:16.50	12:15.30	13:14.10
1500 nage libre	19:22.05	20:38.50	22:03.70	23:43.90
50 brasse	0:40.20			
100 brasse	1:26.30	1:28.20	1:35.10	1:42.00
200 brasse	3:04.30	3:10.20	3:25.90	3:40.60
50 papillon	0:34.80			
100 papillon	1:17.50	1:20.40	1:26.30	1:33.10
200 papillon	2:56.50	3:06.30	3:16.10	3:25.90
50 dos	0:36.30			
100 dos	1:17.50	1:20.40	1:26.30	1:32.20
200 dos	2:46.70	2:54.50	3:08.20	3:22.00
100 4 nages	1:18.35	1:23.25	1:30.10	1:36.95
200 4 nages	2:46.70	2:56.50	3:10.20	3:23.90
400 4 nages	5:57.80	6:12.50	6:27.30	6:42.00

Messieurs	Open	Juniors	Jeunes	Prospect
	toutes catégories	2008/09	2010/11	2012 et +
50 nage libre	0:27.50			
100 nage libre	1:00.80	1:03.70	1:09.60	1:18.40
200 nage libre	2:13.30	2:21.20	2:36.90	2:51.60
400 nage libre	4:44.30	5:03.90	5:23.50	5:52.90
800 nage libre	9:48.10	10:17.20	11:16.30	12:15.10
1500 nage libre	18:08.20	19:36.50	21:04.70	22:32.90
50 brasse	0:36.80			
100 brasse	1:16.50	1:20.40	1:28.20	1:38.00
200 brasse	2:50.60	3:02.40	3:20.00	3:35.70
50 papillon	0:30.90			
100 papillon	1:08.60	1:12.50	1:21.40	1:28.20
200 papillon	2:36.90	2:44.70	3:00.40	3:16.10
50 dos	0:32.80			
100 dos	1:09.60	1:12.50	1:18.40	1:26.30
200 dos	2:36.90	2:44.70	3:00.40	3:16.10
100 4 nages	1:13.45	1:17.35	1:25.20	1:33.05
200 4 nages	2:36.90	2:44.70	3:00.40	3:16.10
400 4 nages	5:33.30	5:48.00	6:02.70	6:22.40

11 - 12 Juillet

Coque

2, rue Léon Hengen
1745 Luxembourg

**Qualificatif
Europe –Paris
Youth Olympic
Games - Dakar**



Catégories d'âges

	Dames	Messieurs
Prospects	2013 et +	2012 et +
Jeunes	2011-2012	2010-2011
Juniors	2009-2010	2008-2009
open	Pas de restriction	Pas de restriction

Règles et conditions

L'Open Luxembourg National 2026 est organisé par la Fédération Luxembourgeoise de Natation et de Sauvetage (FLNS) et se déroulera conformément aux Règles de World Aquatics et au Code de Natation de la FLNS. La participation est ouverte aux nageurs membres d'un club de natation luxembourgeois ou affilié à une fédération reconnue par World Aquatics.

De plus, tous les nageurs licenciés au Luxembourg doivent détenir un Médico Sportif valide au mardi 1er juillet 2026.

Les inscriptions sont acceptées pour les nageurs à condition d'avoir réalisé au moins un temps de qualification pendant la période de qualification prévue: N-1 + N jusqu'au dimanche 28 juin 2026.

La compétition Masters est exclusivement réservée aux nageurs licenciés auprès de la FLNS.

Finales (non applicable aux épreuves Masters, car il s'agit de finales directes)

Finales A et B pour les 50m

Finale A sur les 100m, si moins de dix participants sont inscrits à une épreuve, les nageurs accèdent directement à la finale.

Toutes les épreuves de 200 m et plus sont des finales directes.

RETRAIT DES FINALES : Tout finaliste ou remplaçant d'une finale qui ne souhaite pas participer à une finale doit remplir un formulaire de retrait et le soumettre au bureau des compétitions au plus tard 30 minutes après la publication des résultats des séries éliminatoires de l'épreuve. Le non-respect de cette procédure entraîne une amende de 50 €.

Récompenses

Pour les épreuves de 50 m, seul un classement « Open » existe.

Pour les épreuves de 100 m et plus, les classements des catégories d'âge « Prospects », « Jeunes » et « Juniors » sont basés sur les résultats des séries. Le classement de la catégorie « Open » est finalisé sur les résultats des finales.

Nageurs licenciés FLNS :

Dans la catégorie « Open », le nageur le mieux classé reçoit le titre de « Champion National » ou de « Champion Fédéral » pour les non Luxembourgeois.

Des médailles sont remises aux trois meilleurs nageurs ou équipes de relais.

Masters : Des médailles sont décernées aux trois meilleurs athlètes de chaque épreuve et catégorie d'âge.

Nageurs non licenciés FLNS :

Les nageurs hors FLNS sont éligibles à tous les podiums.

La cérémonie de remise des médailles fait partie intégrante de la compétition et aucune médaille ni coupe n'est remise après.

L'absence d'un athlète à la cérémonie de remise des médailles entraînera une amende de 15 €.

Les médailles seront uniquement attribuées aux nageurs ayant réalisé les temps d'inscription de l'épreuve (ceci s'applique aux catégories Open et Age).



11 - 12 Juillet

Coque

2, rue Léon Hengen
1745 Luxembourg

Qualificatif
Europe -Paris



Temps Limites d'Inscription (non applicable aux Masters)

Seuls les nageurs qui atteignent les temps qualifications fixés par la FLNS se voient décerner le titre de « Champion du Luxembourg » ou de « Champion Fédéral ».

Tout nageur qui réalise un % du temps supérieur au temps de qualification de sa catégorie d'âge se verra infliger une pénalité (de 2 à 5% = 15€, +5% = 30€) et ne sera pas autorisé à nager en finale.

Pour les épreuves Masters, aucun temps d'inscription n'est requis, à l'exception du 1 500 m nage libre : le temps maximal autorisé est de 24 minutes pour les hommes et de 27 minutes pour les femmes.

Officiels

Chaque club luxembourgeois participant est tenu de fournir des officiels afin d'assurer le bon déroulement de la compétition.

NOUVEAU : la liste des officiels doit être soumise avec le dossier LENEX au plus tard le mardi 1er juillet 2026 12h00, par courriel au bureau de la FLNS. De plus, tous les officiels licenciés de la FLNS sont priés de s'inscrire via l'application FLNS Officials.

Responsabilités

FLNS décline toute responsabilité en cas de vol, d'accident ou de toute forme de dommage.

Frais d'inscription et inscription

Les inscriptions doivent être effectuées via le fichier LENEX. Les temps d'inscription sont les temps du bassin de 50 m et doivent avoir été nagés entre le 1er octobre 2024 et le 29 juin 2026. Un nageur peut être inscrit avec un temps NT (sans temps).

Les frais d'inscription sont de 7 € par nageur individuel et de 12 € par relais. Aucun remboursement n'est effectué pour les nageurs absents. Aucun remplacement ni ajout ne sont acceptés après le 29 juin 2026.

Les frais d'inscription doivent être réglés avant le 28 juin 2026 sur le compte bancaire de la FLNS :

Banque : Compte Chèques Postaux Luxembourg (CCPL Luxembourg)
IBAN : LU79 1111 0239 0846 0000
BIC : CCPULL

Les inscriptions doivent être envoyées au plus tard le lundi 29 juin 2026 à 14 h par courriel, accompagnées du fichier LENEX, au bureau de la FLNS (flns@flns.lu).

Programme

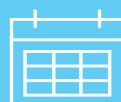
A construire en
CT avant 20
novembre 2025

11 - 12 Juillet

La Coque

2, rue Léon Hengen
1745 Luxembourg

Qualificatif Europe -Paris

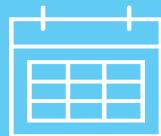


Grille de qualification

Dames	Open	Juniors	Jeunes	Prospect
	toutes catégories	2009/10	2011/12	2013 et +
50 nage libre		0:30.90		
100 nage libre	1:07.60	1:10.60	1:15.50	1:20.40
200 nage libre	2:27.10	2:32.90	2:44.70	2:56.50
400 nage libre	5:13.70	5:28.40	5:48.00	6:07.60
800 nage libre	10:47.10	11:16.50	12:15.30	13:14.10
1500 nage libre	19:22.05	20:38.50	22:03.70	23:43.90
50 brasse		0:40.20		
100 brasse	1:26.30	1:28.20	1:35.10	1:42.00
200 brasse	3:04.30	3:10.20	3:25.90	3:40.60
50 papillon		0:34.80		
100 papillon	1:17.50	1:20.40	1:26.30	1:33.10
200 papillon	2:56.50	3:06.30	3:16.10	3:25.90
50 dos		0:36.30		
100 dos	1:17.50	1:20.40	1:26.30	1:32.20
200 dos	2:46.70	2:54.50	3:08.20	3:22.00
200 4 nages	2:46.70	2:56.50	3:10.20	3:23.90
400 4 nages	5:57.80	6:12.50	6:27.30	6:42.00

Messieurs	Open	Juniors	Jeunes	Prospect
	toutes catégories	2008/09	2010/11	2012 et +
50 nage libre		0:27.50		
100 nage libre	1:00.80	1:03.70	1:09.60	1:18.40
200 nage libre	2:13.30	2:21.20	2:36.90	2:51.60
400 nage libre	4:44.30	5:03.90	5:23.50	5:52.90
800 nage libre	9:48.10	10:17.20	11:16.30	12:15.10
1500 nage libre	18:08.20	19:36.50	21:04.70	22:32.90
50 brasse		0:36.80		
100 brasse	1:16.50	1:20.40	1:28.20	1:38.00
200 brasse	2:50.60	3:02.40	3:20.00	3:35.70
50 papillon		0:30.90		
100 papillon	1:08.60	1:12.50	1:21.40	1:28.20
200 papillon	2:36.90	2:44.70	3:00.40	3:16.10
50 dos		0:32.80		
100 dos	1:09.60	1:12.50	1:18.40	1:26.30
200 dos	2:36.90	2:44.70	3:00.40	3:16.10
200 4 nages	2:36.90	2:44.70	3:00.40	3:16.10
400 4 nages	5:33.30	5:48.00	6:02.70	6:22.40

Toutes les informations concernant la compétition sur le lien ici :

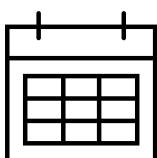




Calendrier et meetings Labélisés



Les meetings labélisés



Calendrier sportif fédéral

1^{er} trimestre

2^{ème} trimestre

3^{ème} trimestre



Les Meetings Labelisés

Classifier les meetings pour identifier les cibles intéressées.
Proposer une offre pertinente pour un développement optimal de chaque public concerné.

ANIMATION

- Juniors et séniors non cadres, pupilles et poussins
- Étoffer le programme Avenir, permettre plus facilement de gagner

AVENIR

- Pupilles et poussins
- Projet évolutif de développement de la polyvalence du nageur et de la notion d'équipe (relais)

- Swim Trophée
- Journée de l'Amitié
- International swimcup

- Trophée de l'Avenir
- Grand prix de l'Avenir
- Festival de l'Avenir
- Journée Jeunes Espoirs
- Challenge de la ville de Differdange
- Swim Trophée
- Journée de l'Amitié
- Challenge international de la ville de Wiltz
- International Swimming Cup
- Mémorial Aernouts

CLASSEMENT

- Nageurs non cadres et Prospects
- Meeting en 50m de préparation et d'entraînement sur une trajectoire ELITE

- Challenge de l'endurance
- JJE
- Challenge international de la ville de Wiltz
- International Swimming Cup Rédange
- Mémorial Aernouts
- Course Internationale
- International Swim Cup Pétange

Les Meetings Labelisés

NATIONAL

- Nageurs des collectifs nationaux, nageurs proches des temps cadres, meilleures pupilles, prospects et juniors
- Optimisation des schémas de performance, confrontation importante, développement des compétences



- Challenge International de la ville de Dudelange
- Championnat National et Critérium des jeunes
- Lux Christmas Cup
- Challenge International de la ville d'Ettelbruck
- Diddelenger Schwammfest

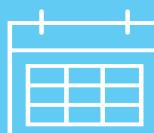
ELITE

- Nageurs cadres
- Meetings à concurrence internationale favorisant l'accès à la performance de haut niveau



- Euro Meet
- CIJ Meet
- OLN

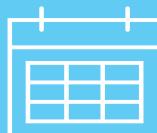




Calendrier 1^{er} trimestre

Septembre		Octobre		Novembre		Décembre	
1 L		1 M		1 S		1 L	
2 M		2 J		2 D		2 M	
3 M		3 V		3 L		3 M	
4 J		4 S	Chall. de l'Endurance	4 M		4 J	
5 V		5 D		5 M		5 V	
6 S		6 L		6 J		6 S	
7 D		7 M		7 V		7 D	
8 L		8 M		8 S	Clinic	8 L	
9 M		9 J		9 D		9 M	
10 M		10 V		10 L		10 M	
11 J		11 S		11 M		11 J	
12 V		12 D		12 M		12 V	
13 S		13 L		13 J		13 S	LUX Christmas Cup
14 D		14 M		14 V	Challenge International de la Ville de Dudelange	14 D	
15 L		15 M		15 S		15 L	
16 M		16 J		16 D		16 M	
17 M		17 V		17 L		17 M	
18 J		18 S		18 M		18 J	
19 V		19 D		19 M		19 V	
20 S		20 L		20 J		20 S	
21 D		21 M		21 V	Cohorte EJT	21 D	
22 L		22 M		22 S	RNS	22 L	
23 M		23 J		23 D		23 M	
24 M		24 V	Journée des Jeunes Espoirs	24 L		24 M	
25 J		25 S		25 M		25 J	
26 V		26 D		26 M		26 V	
27 S		27 L		27 J		27 S	
28 D		28 M		28 V		28 D	
29 L		29 M		29 S	Trophée de l'Avenir	29 L	
30 M		30 J		30 D		30 M	
		31 V				31 M	
				16 novembre fin de qualifications euro 25			
RNS = Regroupements Nationaux du Samedi							

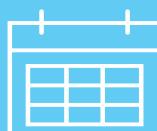
RNS = Regroupements Nationaux du Samedi



Calendrier 2^{ème} trimestre

Janvier		Février		Mars		Avril	
1 J		1 D	Lux - Euro Meet	1 D	Chall. Inter. Wiltz	1 M	
2 V		2 L		2 L		2 J	
3 S		3 M		3 M		3 V	
4 D		4 M		4 M		4 S	
5 L		5 J	Champ LASEL	5 J		5 D	
6 M		6 V		6 V	Cohorte EJT	6 L	
7 M		7 S	Clinic	7 S	RNS	7 M	
8 J		8 D		8 D		8 M	
9 V	Coh EJT	9 L		9 L		9 J	
10 S	Mini C Prospect	10 M		10 M		10 V	
11 D	Journée de l'Amitié	11 M		11 M		11 S	
12 L		12 J		12 J		12 D	
13 M		13 V		13 V		13 L	
14 M		14 S		14 S	CIJ	14 M	
15 J		15 D		15 D		15 M	
16 V		16 L		16 L		16 J	
17 S		17 M		17 M		17 V	
18 D		18 M		18 M		18 S	CIVE
19 L		19 J		19 J		19 D	
20 M		20 V		20 V		20 L	
21 M		21 S		21 S	Grand Prix de l'Avenir	21 M	
22 J		22 D		22 D		22 M	
23 V		23 L		23 L		23 J	
24 S	RNS	24 M		24 M		24 V	
25 D		25 M		25 M		25 S	
26 L		26 J		26 J		26 D	Diddelenger Schwammfest
27 M		27 V		27 V		27 L	
28 M		28 S	Mini Meet	28 S		28 M	
29 J				29 D		29 M	
30 V	Luxembourg Euro Meet			30 L		30 J	
31 S				31 M			





Calendrier 3^{ème} trimestre

Mai		Juin		Juillet		Août	
1 V	Mini Camp Prospect + RNS	1 L		1 M		1 S	
2 S		2 M		2 J		2 D	
3 D		3 M		3 V		3 L	
4 L		4 J		4 S		4 M	
5 M		5 V		5 D	Festival de L'avenir	5 M	
6 M		6 S		6 L		6 J	
7 J		7 D	ISC Redange	7 M		7 V	
8 V		8 L		8 M		8 S	
9 S	35ème Chall. de la ville de Differdange	9 M		9 J		9 D	
10 D		10 M		10 V	Européen Championships Juniors (GER)	10 L	
11 L		11 J		11 S	Luxembourg Nationals	11 M	
12 M		12 V		12 D		12 M	
13 M		13 S		13 L		13 J	
14 J		14 D	ISC Petange	14 M		14 V	
15 V		15 L		15 M		15 S	
16 S	RNS	16 M		16 J		16 D	
17 D	Swim Trophy	17 M		17 V		17 L	
18 L		18 J		18 S		18 M	
19 M		19 V		19 D		19 M	
20 M		20 S	Esch	20 L		20 J	
21 J		21 D	Clinic	21 M		21 V	
22 V	Cohorte EJT	22 L		22 M		22 S	
23 S		23 M		23 J		23 D	
24 D		24 M		24 V		24 L	
25 L		25 J		25 S		25 M	
26 M		26 V		26 D		26 M	
27 M		27 S		27 L		27 J	
28 J		28 D		28 M		28 V	
29 V		29 L		29 M		29 S	
30 S		30 M		30 J		30 D	
31 D				31 V		31 L	
				12 juillet fin de qualification euro 50m 31 juillet fin de qualification Youth Olympic Games			
1er juin fin de qualifications Euro Juniors							
RNS le 20/06							



Critères de sélections



Championnats d'Europe Juniors



Championnats d'Europe 25m



Championnats d'Europe 50m



Championnats d'Irlande



Youth Olympic Games

Championnats d'Europe Juniors 50m

10 au 16 juillet

Allemagne

Responsable
d'équipe :

Jérémy Bruggman



Dames

Messieurs

Euro
Juniors

De 2008 à 2012



Les règlements internationaux comme point de départ

Selon les règlements d'European Aquatics, il y a un nombre maximum de places de départ disponibles par épreuves individuelles de quatre (4) participants par pays. Si plus de quatre athlètes satisfont aux critères de performance, un classement basé sur la performance est établi.

Critères de sélection

2 possibilités d'être proposé à la sélection:

- Réaliser un temps de la grille de qualification entre le 1^{er} septembre 2025 et le 1^{er} juin 2026
- Réaliser un temps de la grille de qualification lors des échéances internationales de l'été 2025 (EYOF - Dublin- Euro J)

Composition des équipes de relais

Les relais sont composés à l'addition des temps réalisés durant la période de sélection et doivent remplir les critères de la grille des relais. 4 à 6 meilleurs nageurs peuvent être proposés à la sélection.

Période de qualification et Sélection définitive

La période de qualification s'étend du 1^{er} septembre 2025 au 1^{er} juin 2026

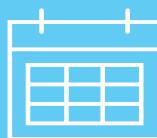
Au plus tard trois jours après la clôture de la période de qualification, le DTN de la FLNS annonce l'équipe participante composée d'athlètes et d'entraîneurs.



Championnats d'Europe Juniors 50m

10 au 16 juillet

Allemagne



 SEO



LUXEMBOURG
LET'S MAKE IT HAPPEN

Dames			Messieurs	
2008-2009	2010-2012		2008-2009	2010-2012
00:26,52	00:26,79	50m nage libre	00:23,48	00:23,71
00:57,52	00:58,09	100m nage libre	00:51,61	00:52,13
02:04,92	02:06,17	200m nage libre	01:53,31	01:54,44
04:24,69	04:27,34	400m nage libre	04:02,31	04:04,73
09:02,42	09:07,85	800m nage libre	08:18,87	08:23,86
17:16,05	17:26,41	1500m nage libre	15:51,93	16:01,45
00:29,97	00:30,27	50m dos	00:26,79	00:27,05
01:04,35	01:04,99	100m dos	00:57,78	00:58,36
02:20,34	02:21,75	200m dos	02:06,36	02:07,63
00:32,99	00:33,32	50m brasse	00:29,09	00:29,38
01:12,15	01:12,88	100m brasse	01:04,06	01:04,70
02:36,50	02:38,07	200m brasse	02:19,35	02:20,74
00:27,98	00:28,26	50m papillon	00:25,09	00:25,34
01:02,45	01:03,07	100m papillon	00:55,34	00:55,89
02:16,84	02:18,21	200m papillon	02:04,73	02:05,97
02:21,61	02:23,03	200m 4nages	02:07,66	02:08,94
04:59,20	05:02,19	400m 4nages	04:33,61	04:36,34

relais	Dames	Messieurs	Mixte
4x100 nage libre	03:52,37	03:28,51	03:40,44
4x100 4 nages	04:19,03	03:51,08	04:05,06
4x200 nage libre	08:24,69	07:37,76	



Championnat d'Europe 25m

2- 7 Décembre

Lublin - Pologne

Responsable d'équipe:

Christophe Audot



Les règlements internationaux comme point de départ

Selon les règlements de European Aquatics, il y a un nombre maximum de places de départ disponibles par épreuves individuelles de quatre (4) participants par pays. Si plus de quatre athlètes satisfont aux critères de performance, un classement basé sur les performances réalisées durant la période de qualification est établi.

Critères de sélections

Les nageurs ayant participés à une sélection internationale durant l'été 2025 sont directement proposés à la sélection (sur les épreuves où les minima ont été réalisés durant la période de qualification imposée par European Aquatics)

La grille de temps juniors correspond aux catégories World Aquatics avec un changement suivant les années civiles.

Les nageurs répondant aux critères de temps de la grille en bassin de 25m lors de la période de sélection.

Composition des équipes de relais

Les relais sont composés des nageurs qui se sont qualifiés pour le championnat à titre individuel. La participation aux relais ne doit pas engendrer de contrainte particulière pour les performances individuelles.

Période de sélection

La période de sélection s'étend du 1^{er} septembre 2024 au 16 novembre 2025.

Sélection définitive

Au plus tard trois jours après la clôture de la période de qualification, le DTN de la FLNS annonce l'équipe participante composée d'athlètes et d'entraîneurs.

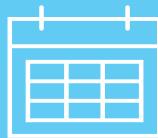
Dames	Juniors	Epreuves	Messieurs	Juniors
25.30	25.55	50 nage libre	22.15	22,.37
55.60	56.16	100 nage libre	48.88	49.37
2:00.44	2:01.64	200 nage libre	1:47.85	1:48.93
4:18.27	4:20.86	400 nage libre	3:50.29	3:52.59
8:47.02	8:52.29	800 nage libre	8:01.30	8:06.11
16.49.40	16:59.49	1500 nage libre	15:20.42	15:29.62
27.96	28.24	50 dos	24.40	24.65
1:00.58	1:01.18	100 dos	53.10	53.63
2:11.27	2:12.59	200 dos	1:58.27	1:59.45
31.52	31.84	50 brasse	27.50	27.78
1:07.56	1:08.24	100 brasse	59.95	1:00.55
2:28.40	2:29.88	200 brasse	2:11.61	2:12.92
26.79	27.05	50 papillon	23.57	23.80
59.97	1:00.57	100 papillon	52.45	52.98
2:14.52	2:15.86	200 papillon	1:58.61	1:59.80
1:01.80	1:02.41	100 4 nages	55.71	56.26
2:16.,03	2:17.39	200 4 nages	1:59.40	2:00.59
4:47.25	4:50.12	400 4 nages	4:18.47	4:21.06

Championnats d'Europe 50m

10 au 16 Août

Paris – France

Responsable d'équipe :
Christophe Audot



Les règlements internationaux comme point de départ

Selon les règlements European Aquatics, il y a un nombre maximum de places de départ disponibles par épreuves individuelles de quatre (4) participants par pays. Si plus de quatre athlètes satisfont aux critères de performance, un classement basé sur la performance sera établi.

Critères de sélections

Les nageurs ayant participé à une sélection internationale durant l'été 2025 sont directement proposés à la sélection (sur les épreuves où les minimas ont été réalisés durant la période de qualification imposée par European Aquatics).

Les nageurs répondant aux critères de temps de la grille en bassin de 50m lors de la période de sélection.

Composition des équipes de relais

Les relais sont composés des nageurs qui se sont qualifiés pour le championnat à titre individuel. La participation aux relais ne doit pas engendrer de contrainte particulière pour les performances individuelles.

Période de qualification et sélection définitive

La période de qualification s'étend du 1^{er} septembre 2025 au 12 juillet 2026.

Au plus tard trois jours après la clôture de la période de qualification, le DTN de la FLNS annonce l'équipe participante composée d'athlètes et d'entraîneurs.

Dames	Juniors	Epreuves	Messieurs	Juniors
00:26,12	00:26,38	50m nage libre	00:22,82	00:23,05
00:56,86	00:57,43	100m nage libre	00:50,03	00:50,53
02:03,81	02:05,05	200m nage libre	01:50,70	01:51,81
04:21,28	04:23,89	400m nage libre	03:56,83	03:59,20
08:59,01	09:04,40	800m nage libre	08:05,45	08:10,30
17:07,42	17:17,70	1500m nage libre	15:33,46	15:42,79
00:29,50	00:29,79	50m dos	00:26,10	00:26,36
01:02,85	01:03,48	100m dos	00:56,61	00:57,18
02:15,22	02:16,58	200m dos	02:03,38	02:04,61
00:32,41	00:32,73	50m brasse	00:28,42	00:28,70
01:10,36	01:11,06	100m brasse	01:02,46	01:03,08
02:31,47	02:32,99	200m brasse	02:17,57	02:18,94
00:27,29	00:27,56	50m papillon	00:24,20	00:24,45
01:00,81	01:01,42	100m papillon	00:53,72	00:54,26
02:15,22	02:16,58	200m papillon	02:01,44	02:02,66
02:20,06	02:21,46	200m 4nages	02:04,71	02:05,95
04:55,78	04:58,74	400m 4nages	04:26,86	04:29,53

Irlande

21 au 25 Juillet
2026

Responsable
d'équipe :



**SWIM
IRELAND**



 **SEO**

 **Loterie
Nationale**

 **andreasen
accounting services**

 **arena**

 **LUXEMBOURG**
LET'S MAKE IT HAPPEN

Les règlements internationaux comme point de départ

Critères de qualification

Les nageurs ayant réalisé une performance supérieure de 0,01% jusqu'à 1% maximum d'une sélection internationale correspondant à leur catégorie d'âge.

Période de qualification

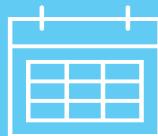
Sélection définitive

La date limite de sélection est fixée au 1 juillet 2026

Au plus tard trois jours après la clôture de la période de qualification, le DTN de la FLNS annonce l'équipe participante composée d'athlètes et d'entraîneurs.

Irlande

21 au 25 Juillet
2026



SWIM
IRELAND



SEO

LOTERIE
NATIONALE

andreasen
accounting services

arena

LUXEMBOURG
LET'S MAKE IT HAPPEN

	Dames			
	2007 et -	2008-2009	2010	2011-2012
50m nage libre	00:26,52	00:26,79	00:27,28	00:27,78
100m nage libre	00:57,52	00:58,09	00:58,95	00:59,80
200m nage libre	02:04,92	02:06,17	02:07,81	02:09,45
400m nage libre	04:24,69	04:27,34	04:28,54	04:29,75
800m nage libre	09:02,42	09:07,85	09:11,93	09:16,00
1500m nage libre	17:16,05	17:26,41	17:38,79	17:51,17
50m dos	00:29,97	00:30,27	00:30,50	00:30,72
100m dos	01:04,35	01:04,99	01:06,15	01:07,31
200m dos	02:20,34	02:21,75	02:23,06	02:24,37
50m brasse	00:32,99	00:33,32	00:33,71	00:34,09
100m brasse	01:12,15	01:12,88	01:13,80	01:14,72
200m brasse	02:36,50	02:38,07	02:40,01	02:41,94
50m papillon	00:27,98	00:28,26	00:28,82	00:29,37
100m papillon	01:02,45	01:03,07	01:04,35	01:05,63
200m papillon	02:16,84	02:18,21	02:22,25	02:26,28
200m 4nages	02:21,61	02:23,03	02:25,98	02:28,93
400m 4nages	04:59,20	05:02,19	05:05,28	05:08,37

	Messieurs			
	2007 et -	2008-2009	2010	2011-2012
50m nage libre	00:23,48	00:23,71	00:24,27	00:24,82
100m nage libre	00:51,61	00:52,13	00:53,26	00:54,38
200m nage libre	01:53,31	01:54,44	01:57,01	01:59,59
400m nage libre	04:02,31	04:04,73	04:10,22	04:15,72
800m nage libre	08:18,87	08:23,86	08:37,90	08:51,94
1500m nage libre	15:51,93	16:01,45	16:32,84	17:04,22
50m dos	00:26,79	00:27,05	00:27,39	00:27,74
100m dos	00:57,78	00:58,36	00:59,59	01:00,81
200m dos	02:06,36	02:07,63	02:10,08	02:12,52
50m brasse	00:29,09	00:29,38	00:30,24	00:31,09
100m brasse	01:04,06	01:04,70	01:06,43	01:08,16
200m brasse	02:19,35	02:20,74	02:24,63	02:28,52
50m papillon	00:25,09	00:25,34	00:25,86	00:26,38
100m papillon	00:55,34	00:55,89	00:57,24	00:58,59
200m papillon	02:04,73	02:05,97	02:09,16	02:12,36
200m 4nages	02:07,66	02:08,94	02:11,54	02:14,13
400m 4nages	04:33,61	04:36,34	04:42,48	04:48,62

31 octobre – 13 novembre 2026

Dakar - Sénégal

Responsable d'équipe :

Jérémy Bruggman



Catégories
Dames et
Messieurs

Avoir 14 ans ou plus à la cérémonie d'ouverture,
Avoir 17 ans ou moins à la cérémonie de clôture



LUXEMBOURG
LET'S MAKE IT HAPPEN

Les règlements internationaux comme point de départ

Critères de qualification

Période de qualification

Sélection définitive

La date limite de sélection est fixée au 31 juillet 2026

Au plus tard trois jours après la clôture de la période de qualification, le DTN de la FLNS annonce l'équipe participante composée d'athlètes et d'entraîneurs.

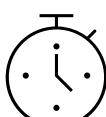




Les collectifs nationaux et leur fonctionnement

Les collectifs nationaux ont pour objectifs de stratifier le niveau de pratique de tous les athlète de la FLNS, de suivre leur progression et de les accompagner en fonction des besoins des différents niveaux de pratique.

Ces collectifs sont basés sur les listes de cadres actualisées chaque saison.
Vous trouverez joint la liste des cadres 2025-2026



Les temps cadres



Les temps cadres COSL



Les nageurs cadres



Les collectifs nationaux



Les programmes d'actions



Les temps de Cadres Olympiade LA 2028

MESSIEURS	Performance								Development							
	Equipe National Top				Equipe National Open				Equipe National Juniors							
	Open		Juniors		Cadre A		Cadre B		Cadre A				Cadre B			
	2007	2008	2009	2010	2007	2008	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2009	2010	2011	2012
50 nage libre	00:23,02	00:23,67	00:23,99	00:24,33	00:23,68	00:24,35	00:24,01	00:24,69	00:24,68	00:25,03	00:25,40	00:25,98	00:25,03	00:25,38	00:26,11	00:27,07
100 nage libre	00:50,66	00:51,87	00:52,58	00:53,33	00:52,12	00:53,36	00:52,84	00:54,11	00:54,09	00:54,86	00:55,63	00:57,15	00:54,85	00:55,62	00:57,18	00:59,54
200 nage libre	01:50,97	01:54,04	01:55,40	01:56,53	01:54,15	01:57,31	01:55,75	01:58,95	01:58,71	01:59,87	02:01,46	02:05,51	02:00,37	02:01,55	02:04,85	02:10,76
400 nage libre	03:54,94	04:01,91	04:04,81	04:07,55	04:01,68	04:08,85	04:05,05	04:12,32	04:11,84	04:14,66	04:19,40	04:27,85	04:15,35	04:18,21	04:26,64	04:39,06
800 nage libre	08:08,09	08:23,31	08:26,54	08:37,09	08:22,10	08:37,76	08:29,11	08:44,99	08:41,08	08:51,93	09:04,91	09:17,30	08:48,36	08:59,35	09:20,11	09:40,63
1500 nage libre	15:29,74	16:02,31	16:09,27	16:22,99	15:56,43	16:29,94	16:09,77	16:43,75	16:37,09	16:51,21	17:12,13	17:40,94	16:51,01	17:05,32	17:40,93	18:25,35
50 brasse	00:28,39	00:29,52	00:29,95	00:30,60	00:29,21	00:30,07	00:29,62	00:30,79	00:30,81	00:31,48	00:31,82	00:32,54	00:31,24	00:31,92	00:32,71	00:33,90
100 brasse	01:02,41	01:04,66	01:05,85	01:06,70	01:04,20	01:06,52	01:05,09	01:07,45	01:07,74	01:08,62	01:09,76	01:11,34	01:08,68	01:09,57	01:11,70	01:14,32
200 brasse	02:16,45	02:20,29	02:21,89	02:24,62	02:20,36	02:24,32	02:22,32	02:26,33	02:25,96	02:28,77	02:32,48	02:35,32	02:28,00	02:30,85	02:36,73	02:41,82
50 papillon	00:24,42	00:25,24	00:25,55	00:25,88	00:25,12	00:25,96	00:25,47	00:26,32	00:26,28	00:26,63	00:27,19	00:27,76	00:26,65	00:27,00	00:27,95	00:28,92
100 papillon	00:54,11	00:55,76	00:56,75	00:57,08	00:55,66	00:57,36	00:56,44	00:58,16	00:58,38	00:58,72	00:59,88	01:02,02	00:59,20	00:59,54	01:01,55	01:04,61
200 papillon	02:02,07	02:05,18	02:06,32	02:08,35	02:05,57	02:08,77	02:07,32	02:10,57	02:09,95	02:12,03	02:14,41	02:18,91	02:11,76	02:13,87	02:18,16	02:24,73
50 dos	00:26,01	00:26,81	00:27,06	00:27,62	00:26,76	00:27,58	00:27,13	00:27,97	00:27,83	00:28,41	00:29,01	00:29,93	00:28,22	00:28,81	00:29,82	00:31,18
100 dos	00:56,18	00:57,96	00:58,37	00:59,42	00:57,79	00:59,62	00:58,60	01:00,45	01:00,05	01:01,12	01:02,53	01:04,27	01:00,89	01:01,98	01:04,28	01:06,96
200 dos	02:02,97	02:06,53	02:07,99	02:09,73	02:06,50	02:10,16	02:08,26	02:11,98	02:11,67	02:13,45	02:16,06	02:19,80	02:13,50	02:15,31	02:19,86	02:25,66
200 4 nages	02:04,50	02:07,68	02:09,66	02:11,54	02:08,08	02:11,34	02:09,86	02:13,18	02:13,39	02:15,32	02:16,79	02:21,27	02:15,25	02:17,21	02:20,61	02:27,18
400 4 nages	04:27,30	04:33,65	04:35,89	04:39,56	04:34,97	04:41,51	04:38,81	04:45,44	04:43,81	04:47,58	04:53,61	05:01,13	04:47,77	04:51,60	05:01,81	05:13,73

Dames	Performance								Development							
	Equipe National Top				Equipe National Open				Equipe National Juniors							
	Open		Juniors		Cadre A		Cadre B		Cadre A				Cadre B			
	2008	2009	2010	2011	2008	2009	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2010	2011	2012	2013
50 nage libre	00:25,97	00:26,62	00:26,75	00:26,91	00:26,71	00:27,38	00:27,09	00:27,76	00:27,52	00:27,68	00:28,19	00:28,70	00:27,90	00:28,07	00:28,97	00:29,90
100 nage libre	00:56,57	00:57,82	00:58,11	00:58,25	00:58,19	00:59,48	00:59,00	01:00,31	00:59,78	00:59,92	01:00,93	01:02,55	01:00,61	01:00,76	01:02,63	01:05,17
200 nage libre	02:02,61	02:04,37	02:05,18	02:06,31	02:06,13	02:07,94	02:07,89	02:09,72	02:08,77	02:09,94	02:11,91	02:15,45	02:10,57	02:11,75	02:15,59	02:21,12
400 nage libre	04:17,70	04:23,28	04:24,11	04:26,65	04:25,10	04:30,84	04:28,79	04:34,61	04:31,70	04:34,31	04:38,69	04:45,87	04:35,49	04:38,14	04:46,47	04:57,84
800 nage libre	08:48,30	09:01,50	09:02,80	09:09,21	09:03,47	09:17,04	09:11,05	09:24,82	09:18,39	09:24,98	09:31,77	09:50,12	09:26,18	09:32,86	09:47,73	10:14,82
1500 nage libre	16:48,61	17:09,33	17:22,04	17:32,29	17:17,57	17:38,88	17:32,05	17:53,65	17:51,96	18:02,50	18:32,54	19:03,17	18:06,92	18:17,61	19:03,59	19:51,02
50 brasse	00:32,36	00:33,37	00:33,46	00:33,75	00:33,29	00:34,32	00:33,76	00:34,80	00:34,42	00:34,72	00:35,30	00:36,20	00:34,90	00:35,21	00:36,29	00:37,71
100 brasse	01:10,68	01:12,52	01:12,79	01:13,26	01:12,71	01:14,61	01:13,73	01:15,65	01:14,88	01:15,37	01:17,06	01:18,67	01:15,93	01:16,42	01:19,21	01:21,96
200 brasse	02:32,05	02:35,18	02:36,43	02:38,45	02:36,41	02:39,64	02:38,60	02:41,86	02:40,92	02:43,00	02:46,24	02:49,45	02:43,16	02:45,28	02:50,88	02:56,55
50 papillon	00:27,35	00:27,90	00:28,18	00:28,49	00:28,13	00:28,70	00:28,53	00:29,10	00:28,99	00:29,30	00:30,06	00:30,39	00:29,40	00:29,71	00:30,90	00:31,66
100 papillon	01:00,83	01:02,39	01:02,70	01:03,32	01:02,58	01:04,18	01:03,45	01:05,07	01:04,50	01:05,13	01:05,95	01:07,70	01:05,40	01:06,04	01:07,79	01:10,54
200 papillon	02:14,93	02:17,94	02:18,87	02:20,29	02:18,80	02:21,90	02:20,74	02:23,88	02:22,86	02:24,32	02:26,71	02:30,92	02:24,85	02:26,33	02:30,80	02:37,24
50 dos	00:29,42	00:29,98	00:30,37	00:30,55	00:30,26	00:30,84	00:30,68	00:31,27	00:31,24	00:31,42	00:31,91	00:32,51	00:31,68	00:31,86	00:32,80	00:33,87
100 dos	01:03,13	01:04,52	01:05,18	01:05,56	01:04,94	01:06,37	01:05,85	01:07,30	01:07,05	01:07,45	01:08,35	01:09,84	01:07,98	01:08,39	01:10,26	01:12,77
200 dos	02:15,85	02:18,82	02:19,69	02:20,69	02:19,75	02:22,80	02:21,70	02:24,80	02:23,70	02:24,73	02:27,47	02:30,98	02:25,70	02:26,75	02:31,58	02:37,30
200 4 nages	02:18,91	02:20,51	02:21,46	02:22,56	02:22,90	02:24,54	02:24,89	02:26,56	02:25,52	02:26,65	02:29,25	02:32,99	02:27,55	02:28,70	02:33,42	02:39,40
400 4 nages	04:54,38	04:58,72	04:59,94	05:03,93	05:02,83	05:07,30	05:07,05	05:11,59	05:08,55	05:12,65	05:17,02	05:23,32	05:12,85	05:17,02	05:25,86	05:36,85

Les temps de Cadres COSL

Épreuve	Hommes	Dames
50m NL	00:22.66	00:25.73
100m NL	00:49.92	00:56.22
200m NL	01:50.45	02:02.29
400m NL	03:56.01	04:17.66
800m NL	08:08.67	08:53.18
1500m NL	15:33.04	16:57.17
50m dos	00:25.38	00:28.86
100m dos	00:55.50	01:02.02
200m dos	02:01.48	02:15.10
50m brasse	00:27.94	00:31.54
100m brasse	01:01.95	01:09.83
200m brasse	02:14.72	02:31.40
50m papillon	00:23.98	00:26.82
100m papillon	00:53.39	01:00.19
200m papillon	01:59.95	02:14.49
200m 4N	02:02.60	02:17.29
400m 4N	04:22.58	04:51.57



TEAM LËTZEBUERG



LAST UPDATE: 4-Sep-25

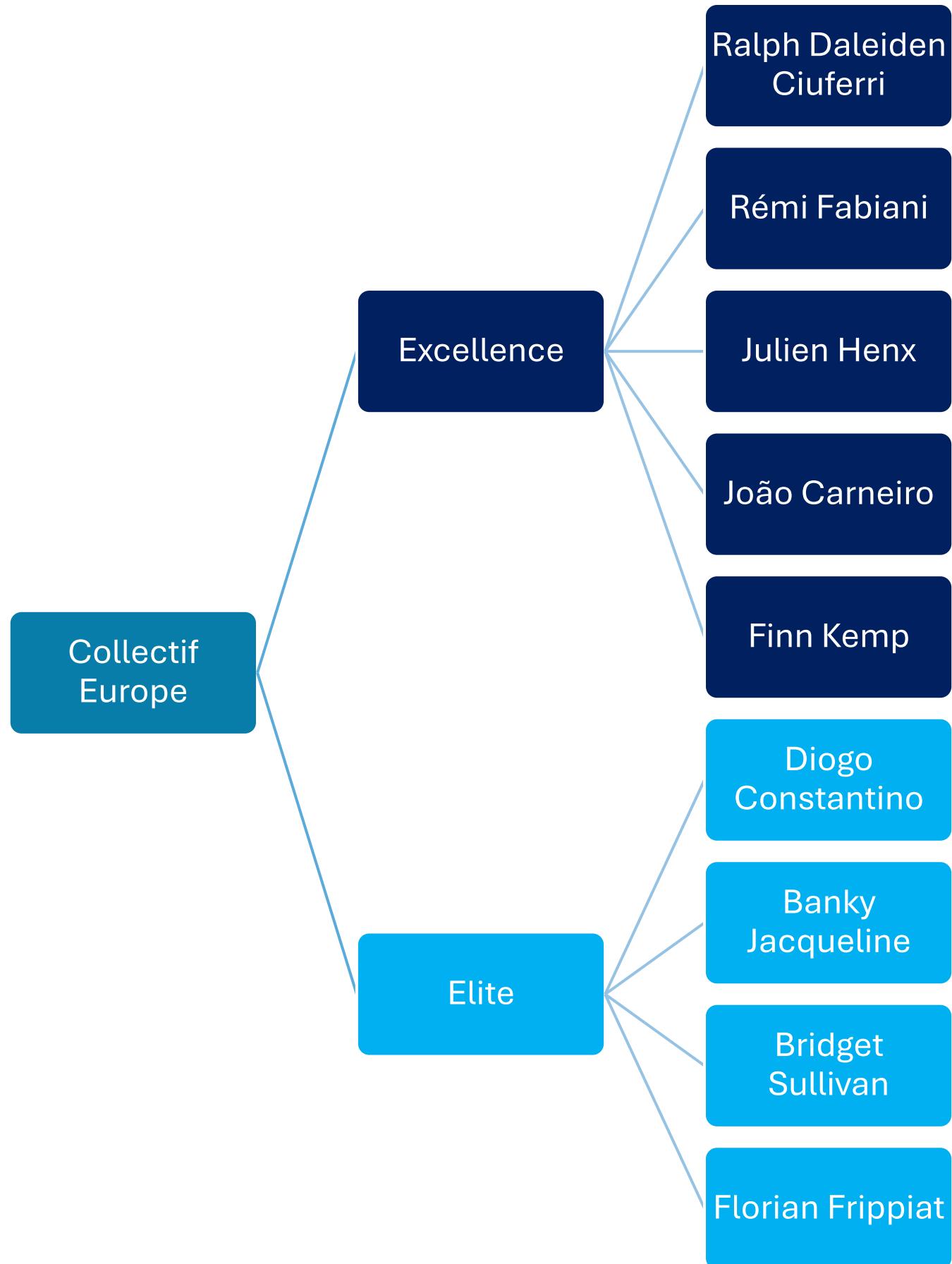
Luxembourg NATIONAL TEAM for Season 2025-2026

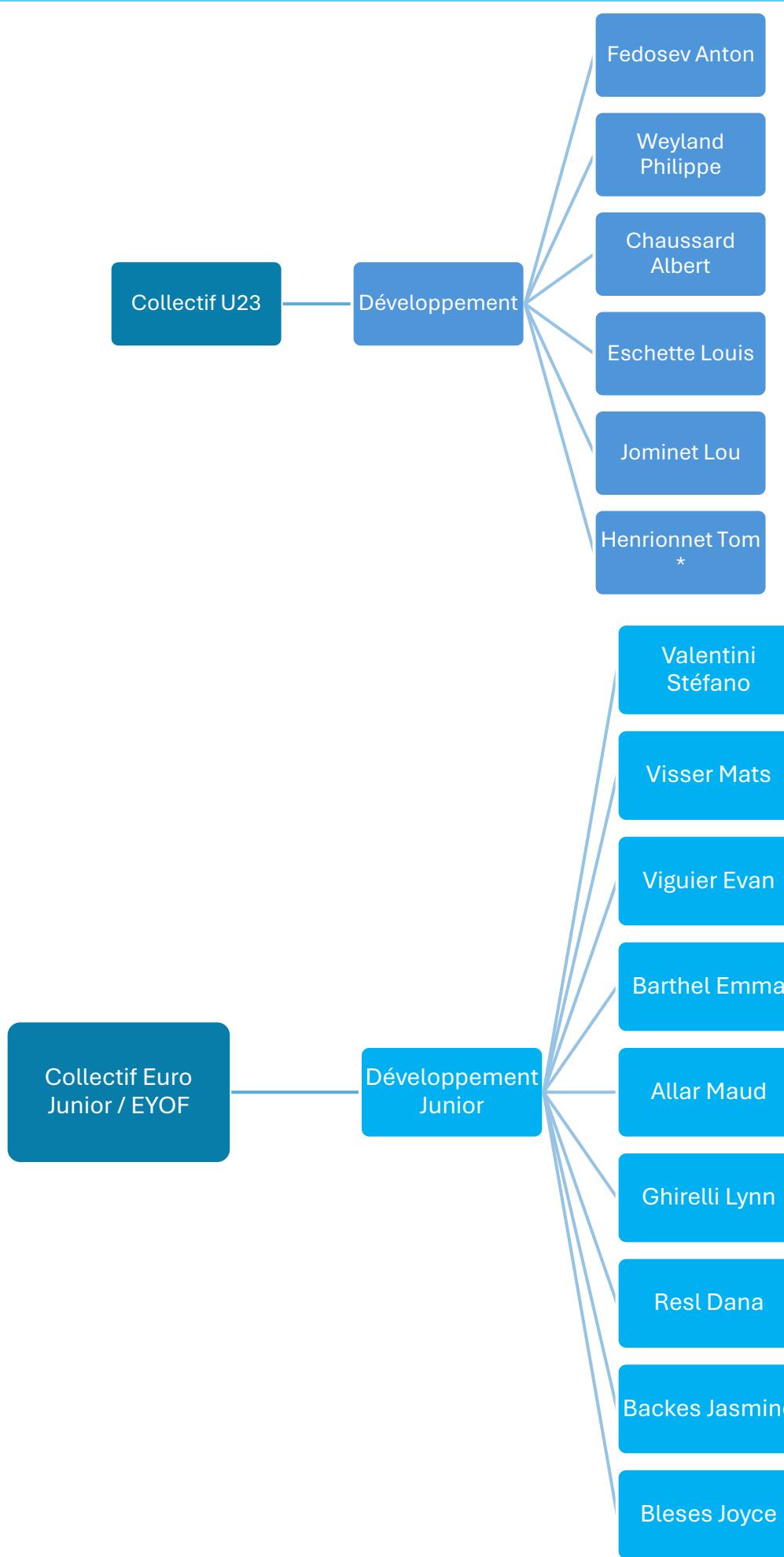
Name	First Name	YOB	Club	Name	First Name	YOB	Club
WOMEN				MEN			
National Team - TOP Open							
	CARNEIRO	João	2003	SCDE			
	DALEIDEN CIUFERRI	Ralph	2003	SL			
	FABIANI	Rémi	2001	SCD			
	FRIPIAT	Florian	1998	SCD			
	HENX	Julien	1995	LSSC			
	KEMP	Finn	2005	SL			
National Team - TOP Junior							
ALLAR	Maud	2008	SCD	CHAUSSARD	Albert	2007	SL
BARTHEL	Emma	2010	SL	FEDOSEEV	Anton	2007	SL
	VALENTINI	Stéfano	2009	SCD			
	VISSEUR	Mats	2008	SCDE			
	WEYLAND	Philippe	2007	SL			
National Team - A Open							
BANKY	Jacqueline	1997	SL	CONSTANTINO	Diogo	2003	SCD
BLESES	Joyce	2008	SCDE	ESCHETTE	Louis	2007	SCDE
GHIRELLI	Lynn	2008	SCDE				
JOMINET	Lou	2005	LSSC				
SULLIVAN	Bridget	2002	LSSC				
National Team - A Junior							
BACKES	Jasmine	2012	Individual	VIGUIER	Evan	2008	SL
RESL	Dana	2011	CNDu				
National Team - B Open							
REINESCH	Leeloo	2007	SCD	THILL	Nicolas	2005	SL
National Team - B Junior							
GRUJIC-MARTINS	Teodora	2009	SL	BOHLER	Tim	2008	SCD
KUNEN	Greta	2011	CNDu	PILAGATTI	Yannis	2012	SL
LEONARD	Leni	2010	LSSC	SCHEECK	Lennox	2010	SCR
PECIREP	Lana	2012	CNDu	SIMAO NOGUEIRO	Francisco	2011	SCD
SCHOLER	Amélie	2008	SL	THILL	Hugo	2009	SCD
SINNES	Joy	2012	SCR	GONZALEZ-PEREZ	Rodrigo	2007	SL

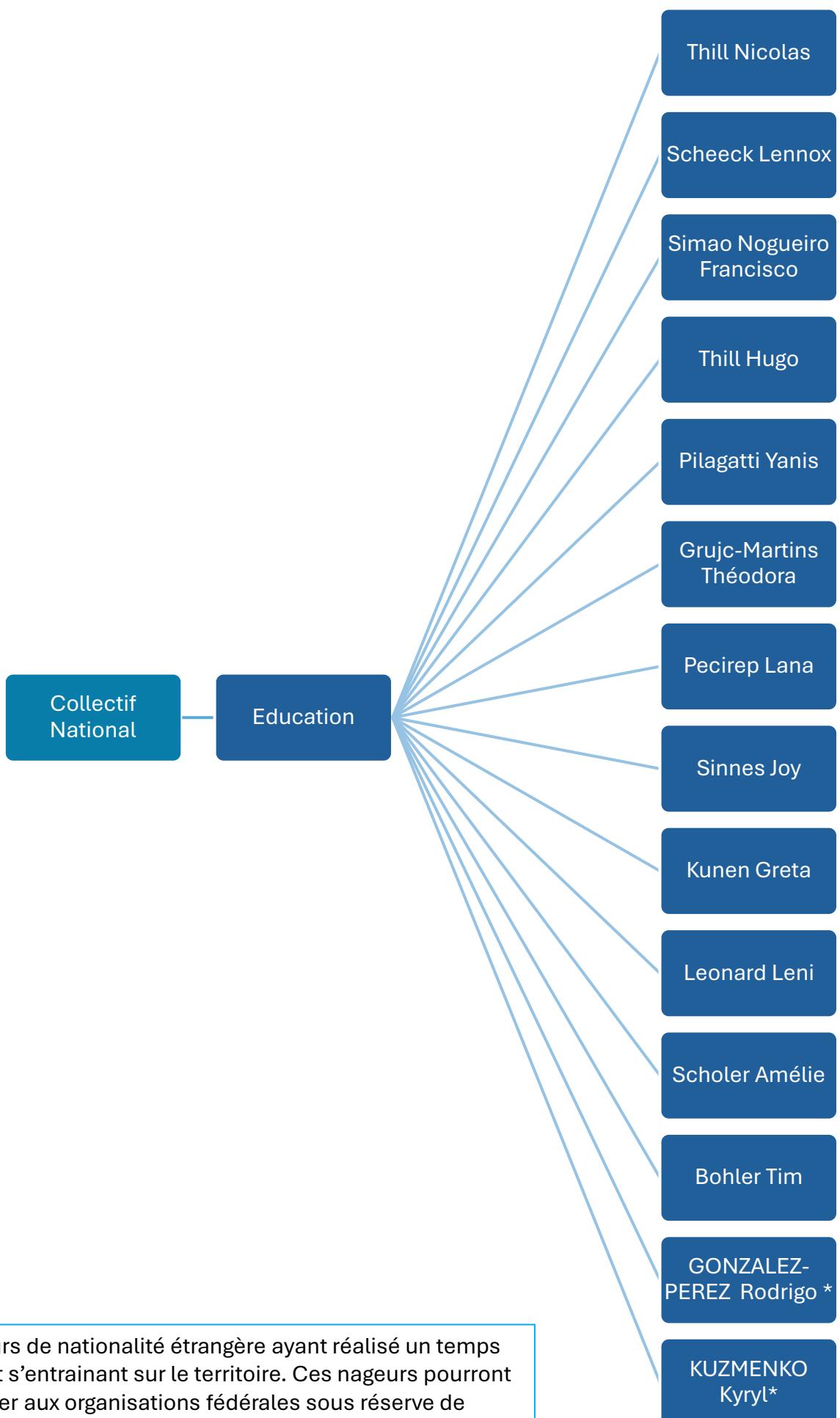


	Elite		Accès Elite		Perspective
Collectif FLNS	Collectif EUROPE		Collectif U23	Collectif Euro Juniors et Eyof	Collectif National
Accompagnement FLNS	Performance Excellence	Performance Elite	Développement	Développement Juniors	Education
Objectifs	<p>Intégrer l'excellence mondiale.</p> <p>Pouvoir chercher les demi-finales et finales européennes et mondiales.</p> <p>Pour les nageurs du collectif ayant participés au moins à une 1/2 finale mondiale ou européenne la saison précédente.</p>	<p>Chercher les qualifications aux grandes échéances internationales, records nationaux et contribuer au développement des relais</p>	<p>Développer les compétences pour intégrer le collectif Elite.</p> <p>Passerelle sportive et sociale entre les juniors et les catégories Open</p>	<p>Accéder aux compétitions de références Juniors.</p> <p>Acquérir les compétences pour évoluer vers le haut niveau</p>	<p>Signe de reconnaissance des performances réalisées,</p> <p>Poursuivre le cycle de formation et développer les compétences nécessaires à la performance</p>
Compétitions Cibles	Monde, JO, Euro, U23	Europe, JPEE, U23	JPEE, U23	Euro Juniors, Eyof, JPEE	Euro Meet, CIJ Meet, Championnats Nationaux, JPEE (open)
Destinataires	<p>Cadre Top Open +PO du COSL ou 1/2 finale internationale l'année précédente bassin 50, Cadre COSL</p>	Top Open et A Open	Cadre A Open	Cadre TOP Junior et A Junior	Cadre B Open et B Junior









* Nageurs de nationalité étrangère ayant réalisé un temps cadre et s'entraînant sur le territoire. Ces nageurs pourront participer aux organisations fédérales sous réserve de validation par la DTN et de financement par leur club.



Les programmes d'actions

	Elite	Acces Elite	Perspective	Next Génération		
	C o l l e c t i f	C o l l e c t i f	C E o u l r l o e 2 c 3 c J t i t i f t	C N o a l l l o e y o o c J t f t i t i f f	C P o r l o l s e p c e t c i t f s	C o l l e c t i f
Stage national de cohésion et de préparation au bassin de 50m	2ème semaine des vacances de Noël					
Stages internationaux	Carnaval					
Stages de formation					2 minis camps de 2 jours à la coque avec une nuité	
Compétitions internationales					Les Journées des recrues (2 jours)	
EuroMeet	1% du temps max pour les nageurs luxembourgeois					
Compétition de développement					?? Mai ou juin 15 au 17 Mai Massy	
Compétition qualificative	Meeting Acropolis Athènes (GRE) 8 – 9 et 10 mai 2026					
Compétition de préparation terminale - nageurs internationaux	7 collines 26 au 28 juin					
Samedi Workshop / Clinics	1 workshop par mois/catégorie 13h-15h				inclus dans les minis camps 3 clinics annuelles	

