



Les gardons

Les gardons sont des récompenses décernées par le district Liège-Namur-Luxembourg. Elles se traduisent par la remise d'un badge.

Le gardon est obtenu pour la réalisation d'un des temps repris dans les tableaux ci-dessous. Le nageur ne peut obtenir qu'un gardon par année de référence (la sienne ou d'une année supérieure).

Lors de la réalisation de la performance, le club se chargera de l'ensemble des démarches auprès du district pour la faire enregistrer et obtenir le badge.

Filles	10 ANS	11 ANS	12 ANS	13 ANS	14 ANS	15 ANS	16 ANS
100 NL	1,22	1,18	1,11	1,09	1,06	1,04	1,02
200 NL	3,00	2,48	2,33	2,30	2,25	2,22	2,19
400 NL	6,30	5,55	5,20	5,15	5,05	5,00	4,58
800 NL		12,25	11,15	11,05	10,45	10,30	10,20
1500 NL			22,10	21,50	21,10	19,41	19,23
100 DOS	1,35	1,30	1,24	1,20	1,18	1,15	1,13
200 DOS	3,32	3,10	2,58	2,50	2,46	2,40	2,36
100 BRA	1,40	1,35	1,32	1,27	1,25	1,23	1,21
200 BRA	3,40	3,30	3,18	3,12	3,08	3,02	2,58
100 PAP	1,35	1,30	1,26	1,20	1,18	1,15	1,12
200 PAP	3,50	3,30	3,15	2,58	2,49	2,44	2,36
100 4N	1,35	1,28	1,26	1,22	1,19	1,16	1,13
200 4N	3,30	3,08	2,55	2,45	2,40	2,38	2,37
400 4N	/	6,4	6,3	6,15	5,55	5,5	5,4

Garçons	10 ANS	11 ANS	12 ANS	13 ANS	14 ANS	15 ANS	16 ANS
100 NL	1,22	1,16	1,10	1,05	1,03	1,00	0,59
200 NL	3,00	2,45	2,30	2,25	2,20	2,15	2,10
400 NL	6,30	5,50	5,15	5,00	4,52	4,40	4,35
800 NL		12,15	11,05	10,30	10,15	9,45	9,38
1500 NL			21,50	20,40	20,20	18,15	18,05
100 DOS	1,35	1,25	1,23	1,18	1,13	1,08	1,05
200 DOS	3,32	3,00	2,56	2,46	2,36	2,26	2,22
100 BRA	1,40	1,35	1,30	1,24	1,22	1,18	1,15
200 BRA	3,40	3,30	3,15	3,02	2,58	2,50	2,45
100 PAP	1,35	1,30	1,24	1,16	1,13	1,08	1,05
200 PAP	3,50	3,20	3,10	2,50	2,38	2,28	2,22
100 4N	1,35	1,26	1,24	1,20	1,15	1,11	1,08
200 4N	3,30	3,03	2,55	2,43	2,37	2,30	2,24
400 4N	/	6,3	6,2	6	5,45	5,26	5,15

Les requins

Les requins sont des distinctions octroyées par la Fédération Royale Belge de Natation. Ils donnent lieu à l'obtention d'un écusson. Le nom du nageur et la performance, une fois homologuée par la FRBN, sont publiés sur le site de la FRBN (www.belswim.be). Les performances à réaliser sont détaillées dans les tableaux ci-dessous.

Un Requin est une reconnaissance:

- pour la catégorie "Dames et Messieurs Seniors";
- pour les différentes années d'âge (à l'exception des canetons).

Il peut être réalisé en piscine de 25m ou de 50m. Un nageur ne peut que recevoir un seul écusson par année d'âge ou par catégorie Seniors par an. S'il nage le temps limite d'une année d'âge supérieure (par exemple, un garçon de 13 ans qui réalise le temps limite d'un garçon de 14 ans), il n'obtiendra pas l'écusson de l'année supérieure. Un nageur ne peut donc obtenir que le requin de son année d'âge.

Lors de la réalisation d'un requin, la société Speedo offre une serviette de bain au nageur après que la performance ait été homologuée par la FRBN.

Lors des compétitions, le délégué officiel se charge des formalités pour l'homologation de la performance au

Filles	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	+18 ans
50 NL	-	-	0:29,50	0:28,50	0:27,50	0:27,00	0:26,50	0:26,00	0:25,50
100 NL	1:10,50	1:06,00	1:02,00	1:01,50	0:59,50	0:59,00	0:58,50	0:58,00	0:57,50
200 NL	2:36,00	2:25,50	2:17,00	2:13,50	2:10,00	2:09,50	2:09,00	2:08,50	2:07,00
400 NL	5:22,00	5:03,00	4:44,50	4:40,00	4:33,50	4:33,00	4:32,00	4:31,50	4:31,00
800 NL	11:52,00	10:37,00	09:54,50	9:45,00	9:33,50	9:21,00	9:20,50	9:20,00	9:19,50
1500 NL	-	-	19:41,00	19:17,50	18:30,00	18:27,00	18:26,50	18:26,00	18:25,50
50 DOS	-	-	0:34,50	0:33,00	0:31,50	0:31,00	0:30,50	0:30,00	0:29,50
100 DOS	1:22,00	1:15,50	1:11,00	1:10,50	1:07,00	1:06,50	1:06,00	1:05,50	1:05,00
200 DOS	2:55,50	2:44,00	2:34,50	2:32,00	2:31,00	2:30,00	2:29,50	2:29,00	2:28,50
50 BRA	-	-	0:38,00	0:37,00	0:36,00	0:35,50	0:35,00	0:34,50	0:34,00
100 BRA	1:31,50	1:24,00	1:20,00	1:19,50	1:16,00	1:15,50	1:15,00	1:14,50	1:14,00
200 BRA	3:17,50	3:00,00	2:54,50	2:49,00	2:45,00	2:44,50	2:44,00	2:43,50	2:43,00
50 PAP	-	-	0:33,00	0:31,50	0:30,50	0:30,00	0:29,50	0:29,00	0:28,50
100 PAP	1:24,00	1:15,00	1:11,00	1:10,00	1:07,00	1:06,50	1:06,00	1:05,50	1:04,00
200 PAP	-	-	2:42,50	2:37,00	2:30,00	2:29,50	2:29,00	2:28,50	2:27,50
100 4N	1:22,00	1:17,00	1:14,00	1:11,50	1:10,00	1:09,00	1:08,50	1:08,00	1:07,50
200 4N	2:55,50	2:45,50	2:37,00	2:32,00	2:27,00	2:26,50	2:26,00	2:25,50	2:25,00
400 4N	-	-	5:30,50	5:25,00	5:16,00	5:12,00	5:11,00	5:10,50	5:10,00
Garçons	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	+18 ans
50 NL	-	-	0:29,00	0:27,00	0:26,50	0:25,50	0:24,50	0:24,00	0:23,50
100 NL	1:08,00	1:05,50	1:01,00	0:58,00	0:57,00	0:55,00	0:53,50	0:53,00	0:51,50
200 NL	2:33,00	2:23,50	2:15,50	2:09,00	2:02,00	1:59,00	1:55,50	1:55,00	1:50,00
400 NL	5:21,00	5:01,00	4:45,00	4:29,00	4:21,00	4:17,50	4:07,50	4:07,00	4:00,00
800 NL	11:53,00	10:40,00	10:07,00	9:34,50	9:06,00	9:03,00	8:46,00	8:45,50	8:29,00
1500 NL	-	-	19:22,00	18:12,00	17:55,00	17:27,00	16:54,50	16:54,00	16:53,50
50 DOS	-	-	0:35,00	0:32,00	0:30,00	0:29,50	0:28,00	0:27,50	0:27,00
100 DOS	1:19,50	1:15,00	1:12,00	1:05,50	1:03,00	1:01,00	1:00,00	0:59,50	0:57,00
200 DOS	2:50,00	2:41,50	2:34,50	2:22,00	2:17,00	2:14,00	2:12,00	2:11,50	2:07,00
50 BRA	-	-	0:35,00	0:34,50	0:33,50	0:32,50	0:31,50	0:31,00	0:30,00
100 BRA	1:30,50	1:26,00	1:19,00	1:15,00	1:12,00	1:10,50	1:08,00	1:07,50	1:05,50
200 BRA	3:17,00	3:08,00	2:49,50	2:45,00	2:35,50	2:34,50	2:28,00	2:27,50	2:27,00
50 PAP	-	-	0:31,50	0:30,00	0:28,50	0:28,00	0:27,00	0:26,50	0:25,00
100 PAP	1:23,50	1:13,00	1:09,00	1:05,50	1:02,00	1:00,00	0:59,50	0:59,00	0:56,00
200 PAP	-	-	2:44,00	2:30,50	2:24,00	2:21,00	2:14,00	2:13,50	2:09,00
100 4N	1:21,00	1:17,00	1:12,00	1:08,00	1:03,50	1:03,00	1:02,50	1:02,00	1:00,00
200 4N	2:54,00	2:43,00	2:35,00	2:25,00	2:17,00	2:15,00	2:13,00	2:12,50	2:10,00
400 4N	-	-	5:38,00	5:16,00	5:00,00	4:56,00	4:45,00	4:44,50	4:35,50