



Colloque National Natation Synchronisée  
4-5 octobre 2008  
Nouveaux programmes

# [ Le Ballet combiné ]

---

- Réglementation FINA utilisé par la FFN sur les niveaux élite, nationale et performance

# [ Le ballet combiné ]

---

- Vidéo :

Ballet combiné des USA Roma Synchro  
2006

Ballet combiné de l'UKRAINE  
Championnats d'EUROPE 2008  
EINDHOVEN

# HISTORIQUE

- Naissance aux Championnats open de Suisse
- Championnats du monde junior Montréal 2002
- Championnats du Monde Barcelone 2003

# Réglementation FINA 2005/2009

## ■ SS4.4

Le combiné libre comporte un maximum de dix (10) concurrentes qui exécutent une combinaison de solos, duos, trios et d'équipe. Au moins deux (2) parties doivent comprendre moins de trois concurrentes et au moins deux parties doivent comprendre de quatre (4) à dix (10) concurrentes. (2 remplaçantes sont autorisées)

La première partie du ballet peut débiter sur la plage de la piscine ou dans l'eau et toutes les autres parties doivent débiter dans l'eau. Une nouvelle partie débute où la partie précédente se termine.

# REGLEMENTATION FINA 2005/2009

---

- SS14.1.4 durée du ballet combiné :  
5'00

Pour les Juniors et les Toutes Catégories  
(règlements FFN)

# Le jugement du ballet combiné

<u>MERITE TECHNIQUE</u>	<u>IMPRESSION ARTISTIQUE</u>
<b>EXECUTION</b> 40 %	<b>CHOREGRAPHIE</b> 60%
<b>SYNCHRONISATION</b> 30%	<b>INTERPRETATION DE LA MUSIQUE</b> 30%
<b>DIFFICULTE</b> 30%	<b>MANIERE DE SE PRESENTER</b> 10%

# Les spécificités du ballet combiné

- Une combinaison : solos, duos, trios , équipes.
- Une durée de 5'00.
- Un nombre de nageuses de 4 à 10, donc des formations possibles à 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.
- Beaucoup de liberté d'actions:  
Avec un minimum de 4 parties distinctes mais pas de maximum.  
Pas de limitation de temps concernant les parties. Elles doivent être reconnaissables en tant que telles.
- Une nouvelle partie débute où la précédente se termine. Il n'y a rien qui spécifie la distance maximum entre les nageuses au moment de la transition de partie. L'intention est que le ballet semble logique et ne nécessite pas pour les juges ou une caméra de chercher la ou les prochaines nageuses.(recommandations Manuel juges, entraîneurs et officiels FINA p 155)

# [ La stratégie du ballet combiné ]

- La notion de stratégie dans la chorégraphie d'un point de vue général :
  - Optimisation du potentiel de l'athlète ou du groupe avec visée d'objectifs clairement identifiables pour le jury (technique, artistique, virtuosité, vitesse, puissance, hauteur, ...).
  - Stratégie de différenciation dans un contexte concurrentiel particulier (mise en valeur d'un caractère unique, d'un exploit).

Dans un seul but : meilleure mémorisation par le jury des points forts et exceptionnels de la chorégraphie.

# [ La stratégie du ballet combiné ]

- Stratégie du choix du support :
  - atmosphère musicale,
  - ballets classiques, opéras
  - comédies musicales
  - histoires/films
  - thèmes (animaux, cirque,...) ...etc.

**Avec toujours utilisation de la symbolique, du style, dans le but d'être apprécié, ressenti et cela de manière universelle.**

# [ La stratégie du ballet combiné ]

- Une partie de ballet combiné (ex :solo) n'est pas une partie modèle réduit d'un solo en entier.
- Il faut rechercher un équilibre global du ballet combiné :
  - équilibre des différentes parties.
  - équilibre sur le parcours.
  - équilibre sur la variété.
  - équilibre sur les effets artistiques.
  - équilibre, des figures, mouvements de bras et transitions.

# [ La stratégie du ballet combiné ]

- Pour chaque partie de ballet combiné, se poser la question :  
« Qu'est ce que cela apporte à mon ensemble ? »
- L'impact de chaque partie doit être très fort (extrêmement concentré, lisible et mémorable pour le juge.) (Vidéo)

Ex : une petite partie de duos qui enchaînerait des figures techniques difficiles et très bien synchronisées, ou une petite partie de solo avec des mouvements de bras uniquement et un apport émotionnel intense.

# [ La stratégie du ballet combiné ]

- La stratégie de récupération des nageuses:

Véritable calcul de l'agencement des parties pour la récupération physique des nageuses et pour la logique et la fluidité du ballet combiné.

# [ La stratégie du ballet combiné ]

- La stratégie du choix des nageuses des différentes parties pour la mise en valeur de leurs qualités spécifiques.
- La stratégie du déroulement et le choix chronologique des parties.

# [ Composition du ballet combine ]

- La notion de « corps de ballet » :

Définition : ensemble de nageuses ou de sous groupes qui réalisent des choses différentes, en même temps ou en interaction, dans une relative proximité.  
(vidéo)

- Une utilisation de l'espace plus importante (par le nombre de nageuses) et différente.

# [ Composition de ballet combiné ]

- La notion de transition ou liaisons entre les différentes parties :
  - Les liaisons facilitées et agrémentées par les formations ou changements de formations.  
(vidéo a)
  - Les liaisons facilités et agrémentées grâce aux figures ou mouvements de bras. (vidéo b)
  - Les liaisons facilitées et agrémentées par l'utilisation musicale et la désynchronisation volontaire (4/4, 2/2/2/2/2, cascade,...). (vidéo c)

# [ La composition chorégraphique du ballet combiné ]

---

- Les liaisons facilitées et agrémentées par la mise en place de jeux théâtraux entre les nageuses ou sous groupes (appel, fuite, combat, répulsion, accompagnement,,). (vidéo d)
- Les liaisons facilitées et agrémentées par les portés (simples à 2, à plateforme, à éjection, à glissé....). (vidéo e)

NB :La liste n'est pas exhaustive et bien sûr des effets peuvent se cumuler pour rendre la transition encore plus attractive et inattendue.

# [ Le ballet combiné ]

---

- Les erreurs à éviter :
  - déséquilibre de l'agencement du ballet (mauvaise proportion des parties, mauvaise utilisation de l'espace et des différentes orientations).
  - grands déplacements des nageuses pour aller se mettre en place, problèmes de logique, de parcours et de déplacement.

# [ Le ballet combiné ]

- Les erreurs à éviter :
  - difficultés de lisibilité des transitions entre les parties (fouillis, incohérences,...).
  - trop de superposition d'actions et manque de visibilité des nageuses. Donc difficultés de reconnaissance des personnages principaux pour les juges.
  - Pas ou peu de mise en valeur des qualités des nageuses et de la difficulté.
  - Pas d'utilisation de la spécificité des épreuves et donc pas de mémorabilité.
  - Manque de propreté de l'exécution des nageuses en attente (« tics gestuels et mouvements parasites », coulées et arrivées non discrètes).

# Le ballet combiné dans le socle de formation

## IDEM FINA :

- Au moins 2 parties avec moins de 3 concurrentes.
- Au moins 2 parties avec 4 à 10 concurrentes.
- La 1<sup>ère</sup> partie peut débuter sur la plage ou dans l'eau. Toutes les autres parties doivent débuter dans l'eau.
- Une nouvelle partie débute où la précédente se termine.

# Le ballet combiné dans le socle de formation

- Règlements spécifiques au socle :  
4 à 10 nageuses engagées. Pas de remplaçantes.

Toutes les nageuses engagées doivent nager ensemble au moins une partie groupe.

(erratum : ~~dans une seule séquence~~)

# Le ballet combiné dans le socle de formation

## ■ Erratum :

### c. Partie « groupe » :

Une des 2 parties avec 4 à 10 nageuses, doit répondre aux règles suivantes:

- Les éléments doivent être identiques, exécutés simultanément par tous les membres de l'équipe combiné
- Tout mouvement acrobatique et figure de surface seront donc placés en dehors de cette partie

Cette partie de texte est supprimé : ~~Les mouvements de désynchronisation volontaire (cascade, 4/4, 3/7, 5/5,...) sont tolérés mais doivent rester clairement identifiables.~~

# Le ballet combiné dans le socle de formation

Prendre la diapo 24  
elle est corrigée

- Durée de la partie groupe :

~~-cycle 1 : 45 '' minimum (+ ou -5'')~~ sur une durée totale de 3'

Pour le cycle 1 : 45 secondes (tolérance de 5 secondes en moins) sur une durée totale de ballet de 3 minutes

~~-cycle 2 : 1' minimum (+ ou - 5'')~~ sur une durée totale de 4'

Pour le cycle 2 : 1 minute (tolérance de 5 secondes en moins) sur une durée totale de ballet de 4 minutes.

L'identification du début de la partie groupe sera facilitée par une sortie collective en surface.

La feuille d'engagement précisera le moment d'apparition de la partie groupe.

# Le ballet combiné dans le socle de formation

- Durée de la partie groupe :

**Pour le cycle 1 : 45 secondes (tolérance de 5 secondes en moins) sur une durée totale de ballet de 3 minutes**

**Pour le cycle 2 : 1 minute (tolérance de 5 secondes en moins) sur une durée totale de ballet de 4 minutes.**

L'identification du début de la partie groupe sera facilitée par une sortie collective en surface.

La feuille d'engagement précisera le moment d'apparition de la partie groupe.

# Le ballet combiné dans le socle de formation

- Exemple possible de répartition des parties pour un ballet combiné de socle en cycle 2 :
  - 10''plage avec toutes les nageuses
  - 45''équipe (désynchronisation volontaire possible, portés,...)
  - 20'' solo
  - 45''équipe (désynchronisation volontaire possible,...)
  - 20''duo
  - 10''trio
  - 30''solo
  - 1' équipe avec la totalité des nageuses partie « groupe »(mouvements identiques simultanés par tous les membres de l'équipe)
  - Total : 4'

# Le ballet combiné dans le socle de formation

- Le jugement du ballet combiné du socle se fait selon le règlement de la FINA
- Pénalités lors des épreuves libres SS18.2
- Pénalités spécifiques au ballet combiné SS.18.2.4 (violation à la règle SS.4.4 : 1 point de pénalité)  
En plus, ajouter une pénalité pour la spécificité du socle.
- Violation de la règle de notion de « groupe du socle » à l'instar de la règle SS.18.2.4 de la FINA : 1 point de pénalité.  
( ex : les nageuses exécutent dans la partie « groupe » une cascade : 1 pt de pénalité)

# [ Le ballet combiné ]

---

- VIDEO :

Le ballet combiné des USA

Championnats du Monde 2007

MELBOURNE