FLNS Luxembourg
Fédération Luxembourgeoise de Natation et de Sauvetage
3, route d'Arlon — L-8009 Strassen
☏ (+352) 43.50.89 — ✉ flns@flns.lu

LUXEMBOURG LET'S MAKE IT HAPPEN

CHAMPIONNATS NATIONAUX D'HIVER 2026							
			Catégories	**Open**	**Juniors**	**Jeunes**	**Prospects**
			Hommes	**Tous les âges**	**2009-2010**	**2011-2012**	**2013 et +**
			Femmes	**Tous les âges**	**2010-2011**	**2012-2013**	**2014 et +**
Vendredi 4 décembre 2026			**Session 1**				
Échauffement : 16 :00 – 17 :00			**Début de la compétition : 17 :15**				
1	800m nage libre	Femmes	Finale directe	x	x	x	x
2	1500m nage libre	Hommes	Finale directe	x	x	x	x
3	50m papillon	Femmes	Séries	x			
4	50m papillon	Hommes	Séries	x			
5	50m dos	Femmes	Séries	x			
6	50m dos	Hommes	Séries	x			
7	400m quatre nages	Femmes	Finale directe	x	x	x	x
8	400m quatre nages	Hommes	Finale directe	x	x	x	x
Pause et médailles / Mise en place des relais							
9	4 x 100m quatre nages	Femmes	Finale directe	x			
10	4 x 100m quatre nages	Hommes	Finale directe	x			
Médailles							

Samedi 5 décembre 2026			**Session 2**				
Échauffement : 7 :30 – 8 :45			**Début de la compétition : 9 :00**				
11	400m nage libre	Femmes	Séries	x	x	x	x
12	400m nage libre	Hommes	Séries	x	x	x	x
13	50m brasse	Femmes	Séries	x			
14	50m brasse	Hommes	Séries	x			
15	200m dos	Femmes	Finale directe	x	x	x	x
16	200m dos	Hommes	Finale directe	x	x	x	x
Pause et médailles							
17	100m nage libre	Femmes	Séries	x	x	x	x
18	100m nage libre	Hommes	Séries	x	x	x	x
Médailles							

Samedi 5 décembre 2026			**Session 3**				
Échauffement : 13 :45 – 14 :45			**Début de la compétition : 15 :00**				
19	200m papillon	Femmes	Finale directe	x	x	x	x
20	200m papillon	Hommes	Finale directe	x	x	x	x
21	100m quatre nages	Femmes	Séries	x	x	x	x
22	100m quatre nages	Hommes	Séries	x	x	x	x
23	200m brasse	Femmes	Finale directe	x	x	x	x
24	200m brasse	Hommes	Finale directe	x	x	x	x
Pause et médailles							
F11P	400m nage libre	Femmes	Finale Prospect				x
F11	400m nage libre	Femmes	Finale A/B	x			
F12P	400m nage libre	Hommes	Finale Prospect				x
F12	400m nage libre	Hommes	Finale A/B	x			
Pause et médailles							
F3	50m papillon	Femmes	Finale A/B	x			
F4	50m papillon	Hommes	Finale A/B	x			
F5	50m dos	Femmes	Finale A/B	x			
F6	50m dos	Hommes	Finale A/B	x			
F13	50m brasse	Femmes	Finale A/B	x			
F14	50m brasse	Hommes	Finale A/B	x			
F17	100m nage libre	Femmes	Finale A/B	x			
F18	100m nage libre	Hommes	Finale A/B	x			
Pause et médailles / Mise en place des relais							
25	4 x 50m nage libre	Mixte	Finale directe	x			
Médailles							

Dimanche 6 décembre 2026			**Session 4**				
Échauffement : 8 :00 – 8 :45			**Début de la compétition : 9 :00**				
26	1500m nage libre	Femmes	Finale directe	x	x	x	x
27	800m nage libre	Hommes	Finale directe	x	x	x	x
28	100m dos	Femmes	Finale directe	x	x	x	x
29	100m dos	Hommes	Finale directe	x	x	x	x
Pause et médailles / Challenge Demi-Fond							
30	200m quatre nages	Femmes	Finale directe	x	x	x	x
31	200m quatre nages	Hommes	Finale directe	x	x	x	x
32	50m nage libre	Femmes	Séries	x			
33	50m nage libre	Hommes	Séries	x			
Pause et médailles / Mise en place des relais							
34	4 x 50m quatre nages	Mixte	Finale directe	x			
Médailles							

arena LOTERIE NATIONALE SEO CMCM Cactus

Dimanche 6 décembre 2026			**Session 5**				
Échauffement : 14 :00 – 14 :45			**Début de la compétition : 15 :00**				
SO	Special Olympics						
35	100m brasse	Femmes	Finale directe	x	x	x	x
36	100m brasse	Hommes	Finale directe	x	x	x	x
37	200m nage libre	Femmes	Finale directe	x	x	x	x
38	200m nage libre	Hommes	Finale directe	x	x	x	x
39	100m papillon	Femmes	Finale directe	x	x	x	x
40	100m papillon	Hommes	Finale directe	x	x	x	x
Pause et médailles / Challenge Quatre nages							
F21P	100m quatre nages	Femmes	Finale Prospect				x
F21	100m quatre nages	Femmes	Finale A/B	x			
F22P	100m quatre nages	Hommes	Finale Prospect				x
F22	100m quatre nages	Hommes	Finale A/B	x			
F32	50m nage libre	Femmes	Finale A/B	x			
F33	50m nage libre	Hommes	Finale A/B	x			
Médailles / Mise en place des relais							
41	4 x 100m nage libre	Femmes	Finale directe	x			
42	4 x 100m nage libre	Hommes	Finale directe	x			
Médailles - Fin							

FLNS Luxembourg
Fédération Luxembourgeoise de Natation et de Sauvetage
3, route d'Arlon — L-8009 Strassen
☏ (+352) 43.50.89 — ✉ flns@flns.lu

LUXEMBOURG LET'S MAKE IT HAPPEN

Championnats nationaux d'hiver - Décembre 2026 (25m)

Grille des temps limites

DAMES				COURSES	MESSIEURS			
2014 et +	2012-2013	2010-2011	Open		Open	2009-2010	2011-2012	2013 et +
			00:30,3	50m nage libre	00:26,9			
01:18,8	01:14,0	01:09,2	01:06,2	100 nage libre	00:59,6	01:02,4	01:08,2	01:16,8
02:53,0	02:41,4	02:29,8	02:24,2	200m nage libre	02:10,6	02:18,4	02:33,8	02:48,2
06:00,2	05:41,0	05:21,8	05:07,4	400m nage libre	04:38,6	04:57,8	05:17,0	05:45,8
12:58,2	12:00,6	11:03,0	10:34,2	800m nage libre	09:36,3	10:04,9	11:02,8	12:00,4
23:15,4	21:37,2	20:13,7	18:58,8	1500m nage libre	17:46,4	19:13,0	20:39,4	22:05,8
			00:35,6	50m dos	00:32,1			
01:30,4	01:24,6	01:18,8	01:15,9	100m dos	01:08,2	01:11,0	01:16,8	01:24,6
03:18,0	03:04,4	02:51,0	02:43,4	200m dos	02:33,8	02:41,4	02:56,8	03:12,2
			00:39,4	50m brasse	00:36,1			
01:40,0	01:33,2	01:26,4	01:24,6	100m brasse	01:15,0	01:18,8	01:26,4	01:36,0
03:36,2	03:21,8	03:06,4	03:00,6	200m brasse	02:47,2	02:58,8	03:16,0	03:31,4
			00:34,1	50m papillon	00:30,3			
01:31,2	01:24,6	01:18,8	01:15,9	100m papillon	01:07,2	01:11,0	01:19,8	01:26,4
03:21,8	03:12,2	03:02,6	02:53,0	200m papillon	02:33,8	02:43,4	02:59,6	03:17,0
01:35,0	01:28,3	01:21,6	01:16,8	100m QN	01:12,0	01:15,8	01:23,5	01:31,2
03:19,8	03:06,4	02:53,0	02:43,4	200m QN	02:33,8	02:41,4	02:56,8	03:12,2
06:34,0	06:19,6	06:05,0	05:50,6	400m QN	05:26,6	05:41,0	05:55,4	06:14,8

Mise à jour au 07.10.26