

	COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION LOIRE-ATLANTIQUE																																																																						
	Avenirs Plot 2																																																																						
servée: AVENIRS 1 et 2	44601 St NAZAIRE Piscine de la Bouletterie 9 rue Pitre Grenapin		Piscine: 25 m x 4 couloirs																																																																				
Dimanche 15 Mars 2020																																																																							
Proposition sur www.extranat.fr : du Lundi 02/03/2020 au Lundi 09/03/2020 à 23h59		Tarif : 3,50€ par engagement, 4 € par relais	Programme Animation																																																																				
Département: Qualificative	Région: Qualificative	Inter région: Animation	Nationale: Animation																																																																				
	ATTENTION !!! - Si les bons de commande ne sont pas validés sur EXTRANAT avant la fermeture, les droits d'engagement seront multipliés par 2, après accord du Président (te) du club - Si le club n'a pas engagé sur EXTRANAT avant la fermeture, les engagements ne seront pas pris en compte																																																																						
Règlements :																																																																							
<ul style="list-style-type: none"> - Compétition ouverte aux avenirs. Les nageurs ont l'obligation d'être titulaires de l'ensemble du dispositif ENF (Sauv'nage, Pass'sport de l'eau, Pass'compétition) pour intégrer les différentes compétitions. Le contrôle sera effectué lors des propositions d'engagements sur l'espace Extranat. - A chacun des 3 plots, le club ne pourra engager ses nageurs que sur 4 épreuves individuelles maximum. Pas de limite d'engagement pour les relais, seuls les 2 meilleurs à la table de cotation compteront pour le Trophée des relais. - Compte pour le classement et qualificatif pour la Finale Départementale ou Régionale. - Obligation de participation au 200 NL pour Avenirs 1 et 400 NL pour les Avenirs 2 . 																																																																							
Récompenses :																																																																							
- Classement au temps, 1 médaille aux 3 premiers sur chaque épreuve, par catégorie. Les relais seront récompensés à la finale départementale.																																																																							
Officiels :																																																																							
- Rappel : 1 officiel de 3 à 5 nageurs, 2 officiels de 6 à 10 nageurs et 1 officiel en plus par dizaine de nageurs supplémentaires.																																																																							
PROGRAMME:	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th></th> <th style="text-align: center;">Dimanche matin</th> <th></th> <th style="text-align: center;">Dimanche après-midi</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Ouverture des portes</td> <td style="text-align: center;">8 H 15</td> <td></td> <td style="text-align: center;">13 H 30</td> </tr> <tr> <td>Début des épreuves</td> <td style="text-align: center;">9 H 15</td> <td></td> <td style="text-align: center;">14 H 30</td> </tr> <tr> <td>400 m NL</td> <td style="text-align: center;">D A 2</td> <td>100 m 4 N</td> <td style="text-align: center;">D</td> </tr> <tr> <td>200 m NL</td> <td style="text-align: center;">D A 1 et -</td> <td>100 m 4 N</td> <td style="text-align: center;">M</td> </tr> <tr> <td>400 m NL</td> <td style="text-align: center;">M A 2</td> <td>100 m NL</td> <td style="text-align: center;">D A 2</td> </tr> <tr> <td>200 m NL</td> <td style="text-align: center;">M A 1 et -</td> <td>50 m NL</td> <td style="text-align: center;">D A 1 et -</td> </tr> <tr> <td>Pause, cérémonie protocolaire</td> <td></td> <td>100 m NL</td> <td style="text-align: center;">M A 2</td> </tr> <tr> <td>100 m Brasse</td> <td style="text-align: center;">D A 2</td> <td>50 m NL</td> <td style="text-align: center;">M A 1 et -</td> </tr> <tr> <td>50 m Brasse</td> <td style="text-align: center;">D A 1 et -</td> <td>Pause, cérémonie protocolaire</td> <td></td> </tr> <tr> <td>100 m Brasse</td> <td style="text-align: center;">M A 2</td> <td>100 m Papillon</td> <td style="text-align: center;">D A 2</td> </tr> <tr> <td>50 m Brasse</td> <td style="text-align: center;">M A 1 et -</td> <td>50 m Papillon</td> <td style="text-align: center;">D A 1 et -</td> </tr> <tr> <td>100 m Dos</td> <td style="text-align: center;">D A 2</td> <td>100 m Papillon</td> <td style="text-align: center;">M A 2</td> </tr> <tr> <td>50 m Dos</td> <td style="text-align: center;">D A 1 et -</td> <td>50 m Papillon</td> <td style="text-align: center;">M A 1 et -</td> </tr> <tr> <td>100 m Dos</td> <td style="text-align: center;">M A 2</td> <td>Pause, cérémonie protocolaire</td> <td></td> </tr> <tr> <td>50 m Dos</td> <td style="text-align: center;">M A 1 et -</td> <td>Relais 4 x 50 m 4 N</td> <td style="text-align: center;">D/M/Mixte</td> </tr> <tr> <td>Pause, cérémonie protocolaire</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>				Dimanche matin		Dimanche après-midi	Ouverture des portes	8 H 15		13 H 30	Début des épreuves	9 H 15		14 H 30	400 m NL	D A 2	100 m 4 N	D	200 m NL	D A 1 et -	100 m 4 N	M	400 m NL	M A 2	100 m NL	D A 2	200 m NL	M A 1 et -	50 m NL	D A 1 et -	Pause, cérémonie protocolaire		100 m NL	M A 2	100 m Brasse	D A 2	50 m NL	M A 1 et -	50 m Brasse	D A 1 et -	Pause, cérémonie protocolaire		100 m Brasse	M A 2	100 m Papillon	D A 2	50 m Brasse	M A 1 et -	50 m Papillon	D A 1 et -	100 m Dos	D A 2	100 m Papillon	M A 2	50 m Dos	D A 1 et -	50 m Papillon	M A 1 et -	100 m Dos	M A 2	Pause, cérémonie protocolaire		50 m Dos	M A 1 et -	Relais 4 x 50 m 4 N	D/M/Mixte	Pause, cérémonie protocolaire			
	Dimanche matin		Dimanche après-midi																																																																				
Ouverture des portes	8 H 15		13 H 30																																																																				
Début des épreuves	9 H 15		14 H 30																																																																				
400 m NL	D A 2	100 m 4 N	D																																																																				
200 m NL	D A 1 et -	100 m 4 N	M																																																																				
400 m NL	M A 2	100 m NL	D A 2																																																																				
200 m NL	M A 1 et -	50 m NL	D A 1 et -																																																																				
Pause, cérémonie protocolaire		100 m NL	M A 2																																																																				
100 m Brasse	D A 2	50 m NL	M A 1 et -																																																																				
50 m Brasse	D A 1 et -	Pause, cérémonie protocolaire																																																																					
100 m Brasse	M A 2	100 m Papillon	D A 2																																																																				
50 m Brasse	M A 1 et -	50 m Papillon	D A 1 et -																																																																				
100 m Dos	D A 2	100 m Papillon	M A 2																																																																				
50 m Dos	D A 1 et -	50 m Papillon	M A 1 et -																																																																				
100 m Dos	M A 2	Pause, cérémonie protocolaire																																																																					
50 m Dos	M A 1 et -	Relais 4 x 50 m 4 N	D/M/Mixte																																																																				
Pause, cérémonie protocolaire																																																																							
																																																																							
Maison des Sports 44 rue R. ROLLAND - Bat C BP 90312 - 44103 NANTES CEDEX 04 Tél/ 02 28 06 22 77 Mobile/ 06 60 19 76 44 comite-departemental-natation-44@orange.fr																																																																							
																																																																							
Ouverture bureau le Mardi après-midi, et Vendredi matin, mobile le mercredi.																																																																							