



SAISON 2016/2017 – MAJ le 03/09/15

BASSIN 25 m * 5 Lignes

PROGRAMME : FORMATION

Dept : qualificative

Région : animation

Interrégion : animation

Nationale : animation

Programme Formation

CIRCUIT 1 DEPARTEMENTAL '44'

VENDREDI 11 NOVEMBRE 2016

Centre aquatique 184 rue Pierre de Coubertin 44150 ANCENIS

✚ **ENGAGEMENTS** : voir fiche "REGLEMENTS" (3,50 € / engagement)

Propositions extranat du 31/10/16 au 07/11/16 à 23H59

✚ **CATEGORIES** : (les Jeunes ne sont pas autorisés à participer)

Juniors

Seniors

✚ **REGLEMENT** :

- Compétition ouverte aux nageurs ne rentrant pas dans les épreuves de la grille des Championnats départementaux.
- Prises-en compte des performances réalisées pendant la saison 2015/2016 ou depuis le 16/09/16.
- A titre indicatif se référer à la grille de temps Circuits départementaux
- Le Comité se réserve le droit de limiter le nombre de séries dans les épreuves.
- Les nageurs pourront s'engager dans 6 épreuves maximum.

✚ **RECOMPENSES** :

- Une médaille aux 3 premiers de chaque catégorie, classement à la meilleure performance à la table de cotation FFN.

✚ **OFFICIELS** : Rappel : 1 officiel de 1 à 5 nageurs, 2 officiels de 6 à 10 nageurs et 3 au dessus de 10.

PROGRAMME :

Ouverture des portes

Début des épreuves

Dimanche matin		Dimanche après midi	
8h15		13h45	
9h15		14h45	
200 4 nages	D	200 4 nages	M
50 brasse	M	50 brasse	D
50 dos	D	50 dos	M
Entracte 5'		Entracte 5'	
50 pap	M	50 pap	D
50 libre	D	50 libre	M
200 brasse	M	200 brasse	D
200 dos	D	200 dos	M
200 libre	M	200 libre	D
Entracte		Entracte	
100 dos	D	100 dos	M
100 brasse	M	100 brasse	D
100 libre	D	100 libre	M
100 pap	M	100 pap	D
400 libre	D	400 libre	M