mise à jour le : 14/04/2025

COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION LOIRE-ATLANTIQUE

Benjamins Plot n°3 / 2025

Compétition réservée: **Benjamins : 2012 - 2013**	**Espace Neptune DONGES 4 rue de la sencie 44480 DONGES**	Piscine: **25 m x 5 couloirs**

Dimanche 11 Mai 2025

Proposition sur www.extranat.fr : **du lundi 28/04/2025 au Mardi 06/05/2025 à 23h59**	Tarif : 4,00€ par engagement	**Programme Animation**

Département: **Qualificative**	Région: **Qualificative**	Inter région: **Qualificative**	Nationale: **Animation**

- Si le club n'a pas engagé sur EXTRANAT avant la fermeture, les engagements ne seront pas pris en compte.
- Restriction possible : Selon Directive adminitrative ou sanitaire (Pass, Protocole, % FMI,….), les conditions d'engagements et d'organisation peuvent être modifiées
- Huis Clos : Si nécessaire ou imposé

Règlements :

- 4 épreuves maximum par nageur.

- Le 200 m Papillon, et les éventuels 400 4N & 800 NL sont reservés aux Benjamin-e-s 2 (2012).

- Compte tenu du format (1 seule réunion), comme pour le plot n°4-2024, **Le 800 m NL et le 400 m 4 N ne sont pas prévus au programme**. Toutefois, si des nageu-rs-ses sont proches d'une qualification régionale (Région du 24 et 25 Mai), sur demande argumentée, nous étudierons la possibilité de rajout de l'une ou des 2 épreuves, après la fin des engagements, le mercredi 07 mai. les demandes seront à transmettre au plus tard le 06 Mai à 23h59, par mail à cdn44natation@gmail.com, toujours dans la limite de 4 épreuves maximum par nageur, si le nageur est déjà engagé sur 4 courses il lui sera demandé d'en enlever une.

Récompenses :

- Une médaille aux trois premiers de chaque année d'âge sur chaque épreuve.

Officiels :

- de 3 à 5 nageurs : au moins 1 officiel ; de 6 à 9 nageurs : au moins 2 officiels ; de 10 à 14 nageurs : au moins 3 officiels ; de 15 à 20 nageurs : au moins 4 officiels ; pour 21 nageurs et plus : au moins 5 officiels

PROGRAMME:

Ouverture des portes

Début des épreuves

Le comité adaptera les pauses à la réalité des engagements

Le comité se réserve le droit de doubler les épreuves de Nage Libre.

Dimanche après-midi	
13 H 30	
14 H 30	
400 m 4 N (si demande pour Qualification Région) - 1 série maximum - Benj 2	D/ M
200 m 4 N	D/ M
50 m NL	D/ M
100 m Papillon	D/ M
200 m Dos	D/ M
100 m Brasse	D/ M
Pause / Cérémonie Protocolaire	D/ M
200 m NL	
50 m Papillon	D/ M
800 m NL (si demande pour Qualification Région) - 1 série maximum - Benj 2	D/ M
400 m NL	D/ M
50 m Brasse	D/ M
100 m Dos	D/ M
Pause / Cérémonie Protocolaire	D/ M
200 m Papillon (Benjamin-e-s 2)	
100 m NL	D/ M
200 m Brasse	D/ M
50 m Dos	D/ M
Cérémonie Protocolaire	

FÉDÉRATION FRANÇAISE NATATION
COMITÉ DÉPARTEMENTAL LOIRE-ATLANTIQUE

Maison des Sports
44 rue R. ROLLAND - Bat C
BP 90312 - 44103 NANTES CEDEX 04
Tél : 02 28 06 22 77
cdn44natation@gmail.com

Loire Atlantique