



## COMITE DE L'ORNE

<b>INTERCLUBS DEPARTEMENTAUX TOUTES CATEGORIES</b>				
<b>Date : 11/11/2013</b>		<b>Lieu : MORTAGNE</b>		<b>Bassin : 25 m - 4 couloirs</b>
<b>DATE LIMITE D'ENGAGEMENTS</b>		<b>ExtratNat : 05/11/2013</b>		<b>Tarif : Equipe : 25 €</b>
HORAIRES			PROGRAMME	
Date	Echauff.	Début.	Epreuves et ordre	Règlement
<b>1° réunion</b>	<b>8 h 30</b>	<b>10 h</b>	10 x 50 NL Dames 10 x 50 NL Messieurs 100 Dos Dames 200 Dos Messieurs 100 Brasse Dames 200 Brasse Messieurs 100 NL Dames 400 NL Messieurs 100 Pap Dames 200 Pap Messieurs 100 4 N Dames 200 4 N Messieurs <Pause 15"> 4 x 100 NL Dames 4 x 100 NL Messieurs	La règle de 2 départs s'applique  Equipe composée de 10 nageurs  * Chaque nageur doit participer à une épreuve individuelle ainsi qu'au relais 10x50 NL  * Le nb de relais par nageur n'est pas limité  * Aucune modification après le relais 10x50 NL  * Les remplaçants nageront pendant la pause de l'après-midi
<b>2° réunion</b>	<b>14 h</b>	<b>14 h 45</b>	4 x 200 NL Dames 4 x 200 NL Messieurs 200 Dos Dames 100 Dos Messieurs 200 Brasse Dames 100 Brasse Messieurs 400 NL Dames 100 NL Messieurs 200 Pap Dames 100 Pap Messieurs 200 4 N Dames 100 4 N Messieurs <Pause 15"> 4 x 100 4 N Dames 4 x 100 4 N Messieurs	<u><b>Récompenses</b></u>  Les 3 premières équipes   <u><b>JURY</b></u>  Chaque club participant doit fournir des officiels   Possibilité de modification jusqu'au jeudi