



COMITE DE L'ORNE

Interclubs Départementaux Toutes Catégories						
Date : 11/11/2014			Lieu : L'AIGLE		Bassin : 25 m - 6 couloirs	
DATE LIMITE D'ENGAGEMENTS			ExtratNat : 05/11/2014		Tarif : Equipe : 25 €	
HORAIRES			PROGRAMME		Règlement	
Date	Echauff.	Début	Epreuves et ordre		<p><u>Equipe composée de 10 nageurs</u></p> <p>* Chaque nageur doit participer à une épreuve individuelle ainsi qu'au relais 10x50 NL</p> <p>* Le nb de relais par nageur n'est pas limité</p> <p>* Toute modification doit se faire au plus tard 15' avant le relais dames 10x50 nl.</p> <p>* Lorsque les nageurs du 10x50 nl ont nagé, aucun remplaçant ne peut se substituer dans les autres courses.</p> <p>* Les relais de l'après-midi peuvent être modifiés 15' avant le début des épreuves de l'après-midi</p> <p>* Les remplaçants nageront pendant la pause de l'après-midi</p> <p>* La règle de 2 départs s'applique</p> <p><u>Récompenses</u></p> <p>Les 3 premières équipes</p> <p><u>JURY</u></p> <p>Chaque club participant doit fournir des officiels</p>	
1° réunion	9 h 00	10 h 00	<p>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</p> <p><i>Pause 15'</i></p> <p>4 x 100 NL Dames 4 x 100 NL Messieurs</p>			
2° réunion	14 h	14 h 45	<p>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</p> <p><i>Pause 15'</i></p> <p>4 x 100 4 N Dames 4 x 100 4 N Messieurs</p>			
					<p>Start liste sur le site de l'Orne jeudi</p> <p>Possibilité de modification avant jeudi minuit</p>	