

Dimanche 26 Mai 2019

CHAMPIONNATS DE NORMANDIE INTERCLUBS « Avenirs »

Argentan
Bassin : 25 m x 6 Couloirs
Compétition d'animation

Catégories

Modalités d'accès

- Une équipe est composée uniquement de **4 Nageurs** (1 épreuve individuelle par nageur)
- Les 24 premières équipes filles et garçons** seront sélectionnées en poule régionale
- Constitution des équipes sur bordereau excel (à **envoyer pour le 3 Mai 2019**) à secretariat@ffnormandie.com
- Parution des équipes qualifiées le 10 mai 2019
- Performance à réaliser obligatoirement (base extranat) à partir du 16 septembre 2018
- Attention pour les relais, justifier une performance dans les épreuves
- Les clubs ont obligation de participer à la meilleure poule.
- Un nageur doit impérativement participer au 100 4N et un 50 de spé ainsi qu'aux relais.
- Un club ne peut engager une nouvelle équipe que si toutes les précédentes sont complètes (quatre nageurs participant aux épreuves individuelles).
- Pour les poules départementales, possibilité pour les départements de se regrouper selon la population.
- Deux pauses de 10 minutes seront mise sur la création du programme (Une à l'issue du 1^{er} relais et l'autre avant le 2^{ème} relais)

Engagements

Sur **EXTRANAT** jusqu'au **mardi 21 Mai 2019**

30 € par équipe

Règlement à envoyer à la Ligue de Normandie Natation (péricentre 4 - 147 rue de la Délivrante 14000 CAEN)

EPREUVES

Epreuves	DAMES et MESSIEURS	Modalités	Classement au temps
	100 4 N		
	50 papillon, 50 Dos, 50 Brasse, 50 NL		
	4 x 50 NL / 4 x 50 4N		

RECOMPENSES

3 premières équipes Dames et Messieurs
Voir coupe du Futur (projet)

PROGRAMME

Samedi 25 Mai 2019

		Ouverture des portes	14 h 00
		Début des épreuves	15 h 00
	APRES - MIDI	4 X 50 NL	
		100 4N	
		50 papillon	
		50 Dos	
		50 Brasse	
		50 NL	
		4 X 50 4N	