



COMITE DE L'ORNE DE NATATION

Circuit Départemental Demi-Fond – Sprint				
01/11/2011		Lieu : Argentan		Bassin : 25 m - 6 couloirs
DATE LIMITE D'ENGAGEMENTS :				
25/10/2011				
HORAIRES			PROGRAMME	
Date	Echauff.	Compétit.	Epreuves et ordre	Remarques
01/11/2011	9h	10h	50 DOS M / D 50 NL M / D 400 4N M 800 NL Dames	<u>Obligation de participer à une épreuve de demi-fond.</u> Les premières séries des 800 NL et 1500 NL peuvent être doublées.
	14h	14h45	50 PAP M / D 50 BRASSE M / D 1500 NL M / D 800 NL Mess. Benj. 400 4N D 10 x 50 NL Dames 10 x 50 NL Mess. 10 x 50 NL Mixte s/parité	Récompenses sur le Demi-Fond aux 3 premiers par catégories d' âges, sauf pour les Maîtres. AUCUN RAJOUT APRES L'ENVOI DES ENGAGEMENTS

Le 800 NL, le 1500 NL et le 400 4N sont ouverts aux Maîtres

