



## COMITE DE L'ORNE DE NATATION

<b>INTERCLUBS MAÎTRES " 100 m " - Dames/Mess/Mixte</b>				
<b>12/05/2012</b>		<b>Lieu : MORTAGNE</b>		<b>Bassin : 25 m - 4 couloirs</b>
<b><u>DATE LIMITE D'ENGAGEMENTS :</u></b>				
<b>04/05/12</b>				
<b><u>HORAIRES</u></b>			<b><u>PROGRAMME</u></b>	
Date	Echauff.	Compétit.	Epreuves et ordre	Remarques
<b>12/05/2012</b>	<b>9h</b>	<b>10h00</b>	100 4N /D 100 PAP /M 100 DOS /D 100 BRASSE M 100 NL /D	Equipe composée de 4 nageurs : Le nageur doit participer à une épreuve individuelle + le 100 4N + le relais.
	<b>14h</b>	<b>14h45</b>	100 4N /M 100 PAP /D 100 DOS /M 100 BRASSE /D 100 NL /M <b>" Pause "</b> 4 x 50 NL D/MMixte	Relais Mixte : points du 200 NL Mess.  <b><u>Récompenses :</u></b> <b><u>Aux 3 premières équipes</u></b>  <b>Aucun rajout après l' envoi des engagements</b>

