



COMITE DE L'ORNE DE NATATION

CRITERIUM " 1 "				
22/01/2012		Lieu : Flers		Bassin : 25 m – 6 couloirs
DATE LIMITE D'ENGAGEMENTS :				
13/01/2012				
HORAIRES			PROGRAMME	
Date	Echauff.	Compétit.	Epreuves et ordre	Remarques
22/01/2012	9h	10h00	400 NL D/M 50 Brasse D/M 100 Pap D/M 50 Dos D/M 100 Brasse D/M 50 Pap D/M 200 Dos D/M	<u>CRITERIUM :</u> <u>Uniquement les nageurs de niveau départemental.</u> <u>Epreuves :</u> <u>Challenge Spé :</u> 50-100-200 NL/Dos/Brasse/Pap <u>Challenge 100 :</u> NL/Dos/Brasse/Pap/200 4N <u>Challenge longue distance :</u> 400 NL/800 NL/400 4N Aucun rajout après l'envoi des engagements
	14h	14h45	50 NIL D/M 100 Dos D/M 200 Brasse D/M 200 4N D/M 100 NL D/M 200 Pap D/M 200 NL D/M 4 x 50 NL D/M	

