






COMITE REGIONAL DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE

CHAMPIONNAT REGIONAL INTERCLUBS DES MAITRES – BASSIN DE 25 M

	Région : Compétition d'Animation Nationale : Qualificative pour les finales nationales IC	NANTES – Jules Verne	Bassin 25 m X 8 couloirs
	DIMANCHE 29 NOVEMBRE 2015		
	CATEGORIES : compétition ouverte à tous les nageurs ayant plus de 25 ans (nés en 90 et avant)	Compétition par équipe	
	ENGAGEMENTS : www.extranat.fr Du lundi 16 novembre au lundi 23 novembre 2015 Vos compositions de relais doivent être mises directement sur Extranat lors de vos engagements.		Tarif : 54 €
	<p>Attention :</p> <p>Si les bons de commande ne sont pas validés sur EXTRANAT avant la fermeture, les droits d'engagements seront multipliés par 2.</p> <p>Si le club n'a pas engagé ses nageurs sur extranat avant la fermeture, les engagements ne seront pas pris en compte.</p>		

PROGRAMME

1 ^{ère} REUNION	2 ^{ème} REUNION
Echauffement : 8 h 30 – 9 h 30 Présentation des équipes : 9 H 30 – 10 H 00	Echauffement : 13 h 30 Début des épreuves : 14 h 30
50 Libre mixte	50 Papillon mixte
100 Pap. mixte	100 Dos mixte
50 Dos mixte	50 Brasse mixte
100 Brasse mixte	100 Nage Libre
400 libre mixte	200 4 Nages mixte
PAUSE*	PAUSE*
4 X 50 4 nages mixte (2 femmes – 2 hommes)	10 x 50 Nage Libre

Le Comité se réserve le droit de modifier ou de supprimer le moment de l'entracte après l'établissement du programme. Il sera spécifié sur le programme.

CONDITIONS DE PARTICIPATION

- Etre licencié à la FFN et s'être soumis à un contrôle médical.
- Cette compétition est ouverte à tous les nageurs ayant plus de 25 ans (nés en 90 et avant)
- La composition de l'équipe sera de 10 nageurs ou nageuses du même club ou d'une sélection départementale, pour compléter une série
- Nombre d'équipes illimité par club (le comité se réserve le droit de limiter en cas de nombre trop important d'équipes. (La répartition hommes/femmes au sein des équipes est libre)
- Le programme comprend 10 épreuves individuelles + 2 relais
- Il n'y a pas de classement par catégorie d'âge.
- Les séries sont nagées au temps d'engagement, sans tenir compte ni du sexe ni de l'âge.
- Chaque concurrent participe obligatoirement à une épreuve individuelle et à un relais (la participation au relais 10 x 50 m nage libre est obligatoire).
- **Aucun changement ne sera accepté dans la composition des équipes une fois la compétition commencée.**

RECOMPENSES

- 1 coupe aux 3 premières équipes + une médaille (à chaque nageur des 3 premières équipes)

OFFICIELS

- 1 officiel ne nageant pas par équipe exigé

FORFAIT : Se reporter aux tarifs régionaux