

- ⌚ 4 étapes : 8 Février, 29 Mars, 19 Avril et 31 Mai 2015
- ⌚ 2 réunions
- ⌚ **Engagements** : sur extraNat

Natathlon 12/13ans

Lieu : à désigner
*Compétition d'animation
départementale*

- ⇒ Compétition ouverte aux nageurs 12/13ans nés en 2002/2003
- ⇒ 4 étapes + 1 finale

Contenu du programme : sur 2 réunions- 10 épreuves

- ⇒ 100m NL, 200m NL, 800m NL, 100m Dos, 200m Dos, 100m Brasse, 200m Brasse, 100m Papillon, 200m Papillon et 400m 4N. *Classement au temps*

Mode de participation :

1. A chacun des 4 plots, il est proposé 5 épreuves. Le club pourra engager chacun de ses nageurs sur **5 épreuves au maximum**.
2. Pour être classé, un nageur devra avoir participé à toutes les épreuves à l'issue des 3 plots

Engagements et récompenses :

- Délai d'engagement laissé libre au département
- Les engagements sont à faire sur le serveur : www.extranat.fr
- **Tarif** : fixé par le Département

Récompenses : laissées à l'initiative de chaque Comité Départemental

L'ordre des épreuves est laissé libre au Département mais pour rappel, toutes les épreuves sont proposées à chaque plot.

Programme préconisé :

Plots 1 et 3	
1 ^{ère} réunion	2 ^{ème} réunion
1. 100m Papillon filles 2. 400m 4N garçons 3. 200m Dos filles 4. 100m Brasse garçons 5. 200m NL filles	6. 100m Papillon garçons 7. 400m 4N filles 8. 200m Dos garçons 9. 100m Brasse filles 10. 200m NL garçons
Plots 2 et 4	
1 ^{ère} réunion	2 ^{ème} réunion
1. 200m Papillon filles 2. 100m NL garçons 3. 200m Brasse filles 4. 100m Dos garçons 5. 800m NL filles	6. 200m Papillon garçons 7. 100m NL filles 8. 200m Brasse garçons 9. 100m Dos filles 10. 800m NL garçons

Qualification pour la Finale : 8 séries (selon la configuration du bassin)