MEETING REGIONAL DE 1/2 FOND

■ Samedi 29 octobre et dimanche 30 octobre 2016

- 4 réunions
- Lieu : DENAIN
- Bassin : 25 m
- Compétition d'animation

Conditions d'accès

- Catégories d'âge :

Filles 13 ans (2004)

Filles 14-17 ans (2003-2002-2001-2000)

Filles 18 ans et plus (1999 et avant)

Garçons 14 ans (2003)

Garçons 15-18 ans (2002-2001-2000-1999)

Garçons 19 ans et plus (1998 et avant)

Engagements et Résultats

- Propositions ExtraNat : (10/10/2016)
- Clôture des engagements : (17/10/2016)
- Envoi serveur : J + 1
- Publication web : J + 1
- Réclamations : J + 8
- Droit d'engagement : 5 € la course

- Mode de qualification :

Les nageurs pourront participer à 3 épreuves au maximum sous réserve d'avoir les performances dans la base informatique régionale dans chaque épreuve à laquelle le nageur désire s'inscrire en respectant les temps de la grille de temps ci-dessous (Tous Bassins). Pour les nageuses nées en 2003 et les nageurs nés 2002 il suffira d'une performance sur 800 nage libre pour pouvoir également participer au 1500 nage libre.

Pour les nageuses nées en 2004 et les nageurs nés en 2003, les 12 premiers du **classement régional du Natath Hauts de France 2015-2016** peuvent participer à deux épreuves, le 800 m nage libre - 400 m 4 nages pour les Dames et 1500 nage libre - 400 4 nages pour les Messieurs.

Compétition ouverte aux Nageurs extérieurs à la région "Hauts de France" sauf pour les filles nées en 2004 et après ainsi que les garçons nés en 2003 et après.

400 4 nages Dames 03-00 : **6.15** / 400 4 nages Dames 99 et avant : **6.00**

400 4 nages Messieurs 02-99 : **6.00** / 400 4 nages Messieurs 98 et avant : **5.45**

800 nage libre Dames 03-00 : **11.15** / 800 nage libre Dames 99 et avant : **10.45**

1500 nage libre Dames 03-00 : **21.00** / 1500 nage libre Dames 99 et avant : **20.00**

1500 nage libre Messieurs 02-99 : **20.00** / 1500 nage libre Messieurs 98 et avant : **19.00**

800 nage libre Messieurs 03-00 : **10.15** / 800 nage libre Messieurs 98 et avant : **9.30**

■ Programme

Samedi :

400 4 nages Dames, 1500 nage libre Dames et 1500 nage libre Messieurs

Dimanche :

400 4 nages Messieurs, 800 nage libre Messieurs et 800 nage libre Dames.

Les séries seront constituées par rapport aux temps d'engagements et se nageront en alternance Nage libre et 4 nages. Les séries seront composées toutes catégories confondues du moins bon au meilleur temps.

Des pauses régulières (environ toutes les 2 heures) permettront un échauffement correct pour tous.

Chaque club participant (sauf l'organisateur) à cette compétition est tenu de présenter au minimum un Officiel par réunion.

■ Récompenses :

Les trois premiers de chaque catégorie à l'addition des points de deux épreuves (Filles 400 4nages et 800 nage libre et Garçons 400 4 nages et 1500 nage libre) recevront une médaille.