

Championnats de France INTER-
CLUBS
« POULE DEPARTEMENTALE 64/40 »
Dimanche 11 novembre 2012 à
MOURENX

LIEU : MOURENX

CATEGORIES : TOUTES CATEGORIES PAR EQUIPES

Compétition qualificative pour les régionaux suivant grille de temps

- RENDEZ VOUS : 08H00 et 14H00 Début des épreuves 09H00 et 14H30
- ORGANISATION : CD 64 INFORMATIQUE: CD 64 JUGE ARBITRE :
Région
Aquitaine
- EPREUVES : 100-400-NL-100-200 Brasse -100-200 Dos -100-200 Pap- 100X4N - 200X4N - relais
10x50NL - relais 4 x200NL - 4x100 4N
- **Règlements sportifs, spécial règlements 2012/2013 page 115.**
- Chaque équipe sera composée de dix nageurs et toutes les épreuves inscrites au programme doivent être nagées. Les équipes qui ne respectent pas ces deux critères ne peuvent pas être classées. Toutes les équipes présentées par un club doivent respecter cette règle. Les épreuves seront nagées classement au temps.

Modalités d'engagements via la gestion extranat.fr au plus tard le 09 novembre minuit.

Programme DIMANCHE matin		Programme DIMANCHE après midi	
RV : 08H30	Début : 09H30	RV : 14h00	Début : 14H30
1 - 10x50m Nage Libre Dames		16 - 4x200 NL Dames	
2 - 10x50m Nage Libre Messieurs		17- 4x200 NL Messieurs	
3 - 100m Dos Dames		18 -200m Dos Dames	
4 - 200m Dos Messieurs		19- 100 Dos Messieurs	
5 - 100m Brasse Dames		20 -200m Brasse Dames	
6 - 200m Brasse Messieurs		21 -100m Brasse Messieurs	
7 - 100m Nage Libre Dames		22- 400m Nage Libre Dames	
8 - 400m Nage Libre Messieurs		23 -100m Nage Libre Messieurs	
9 - 100m Papillon Dames		24- 200m Papillon Dames	
10 - 200m Papillon Messieurs		25 -100m Papillon Messieurs	
11 - 100mx4N Dames		26 -200mx4N Dames	
12 - 200mx4N Messieurs		27 - 100mx4N Messieurs	
- Pause 10mn		- Pause 10mn	
14 - 4x100 NL Dames		29 - 4x100m 4N Dames	
15 - 4x100 NL Messieurs		30 - 4x100m 4N Messieurs	