MEETING QUALIFICATIF AUX REGIONAUX 64/40
« JOQUA 4 »

Dimanche 07 juin 2015
LONS

- CATEGORIES : MINIMES-CADETS-JUNIORS/SENIORS
- Compétition ouverte aux nageurs de toutes séries et non classés.
- Compétition qualificative pour les régionaux été suivant grille de temps
- ORGANISATION : CD 64
- INFORMATIQUE: CD 64
- JUGE ARBITRE : 64/40

- EPREUVES : 50-100-200-400NL-800NL 1500NL – 50-100-200 Brasse – 50-100-200 Dos – 50-100-200 Pap - 200X4N -400x4N Relais 4X100NL et 4X100 4N

- Les épreuves seront nagées classement au temps.
- Chaque nageur peut participer à deux épreuves en plus des 50 mètres et relais par réunion.
- Les premières séries (si besoin) de 400 -800 et 1500 NL seront doublées si nécessaire.
- Modalités d'engagements via la gestion extranat.fr au plus tard le 04 juin minuit.

Programme – matinée	**Programme après midi**
OP: 08h45 1°Dép:09h45	OP: 13h45 1°Dép: 14h30
1 – 200X4N Dames	17 – 800m NL Dames
2 – 200X4N Messieurs	18 – 800m NL Messieurs
3 – 200m NL Dames	19 – 200m Brasse Dames
4 – 200m NL Messieurs	20 – 200m Brasse Messieurs
5 – 200m Dos Dames	21 – 100m NL Dames
6 – 200m Dos Messieurs	22 - 100m NL Messieurs
7 – 100m Brasse Dames	23 - 200m Papillon Dames
8 – 100m Brasse Messieurs	24 – 200m Papillon Messieurs
9 – 1500 NL Dames	25 – 100m Dos Dames
10 –1500 NL Messieurs	26 – 100m Dos Messieurs
11 –100m Papillon Dames	27 – 50m Brasse Dames
12 –100m Papillon Messieurs	28 – 50m Brasse Messieurs
13 – 50m NL Dames	29 – 50m Dos Dames
14 - 50m NL Messieurs	30 – 50m Dos Messieurs
15 – 400x4N Dames	31 – 50m Papillon Dames
16 - 400x4N Messieurs	32 - 50m Papillon Messieurs
Pause 10mn	33 - 400m NL Dames
Relais 4x100 nL dames et messieurs	34 - 400m NL Messieurs
	Pause 10mn
	Relais 4x100xN dames et messieurs