

Le Natathlon 12-13 ans (Rappel du programme régional)

Dates :

28 Février 2016 à [Beauvais](#)
 13 Mars 2016 à [Crépy en Valois](#)
 24 Avril 2016 à [Grandvilliers](#)
 29 Mai 2016 à [Liancourt](#)

Compétition ouverte aux nageurs 12/13ans nés en 2003/2004
 4 étapes + 1 finale

Programme	
Plots 1, Plot 3 (inversion filles et garçons)	
1 ^{ère} réunion OP : 8h30 DE : 9h30	2 ^{ème} réunion OP : 13h30 DE : 14h30
100m Papillon filles 400m 4N garçons 200m Dos filles 100m Brasse garçons 200m NL filles	100m Papillon garçons 400m 4N filles 200m Dos garçons 100m Brasse filles 200m NL garçons
Plots 2, Plot 4 (inversion filles et garçons)	
1 ^{ère} réunion OP : 8h30 DE : 9h30	2 ^{ème} réunion OP : 13h30 DE : 14h30
200m Papillon filles 100m NL garçons 200m Brasse filles 100m Dos garçons 800m NL filles	200m Papillon garçons 100m NL filles 200m Brasse garçons 100m Dos filles 800m NL garçons

Règlement :

Un classement (National / Interrégional / Régional) sera établi à l'issue des quatre étapes
 A chacun des 4 plots, il est proposé 5 épreuves. Les nageurs pourront être engagés sur **5 épreuves au maximum**.

Pour être classé, un nageur devra avoir participé à toutes les épreuves à l'issue des 3 plots.
 Finale : 2 et 3 juillet 2016 ([voir règlement régional](#))

Engagements :

Les engagements sont à faire sur le serveur : www.extranat.fr

Récompenses :

Une médaille aux trois premiers par années d'âge