

4.3.2 Championnat Régional Automne

- Date : Samedi 30 novembre et Dimanche 1^{er} décembre 2019
- 4 réunions

Championnat Régional Automne en bassin de 25 m

- Lieu : A Dunkerque
- Compétition d'animation

- Catégories d'âge : Filles 14ans et +, Garçons 15ans et +

- Filles nées en 2006 et avant
- Garçons nés en 2005 et avant

- Propositions ExtraNat : 18 novembre 2019
- Clôture des engagements : 23 novembre 2019
- Tarif : **5 € par épreuve**

- Envoi serveur : J (dernier jour de compétition)
- Publication web : J + 1
- Réclamations : **J + 8 reclamation.natation@ffnatation.fr**

Mode de qualification et organisation

Avoir réalisé entre le 16 septembre 2018 et le 17 novembre 2019, le temps de la grille régionale et figurant dans la base fédérale dans les courses auxquelles le nageur souhaite s'engager. Le nombre d'épreuves n'est pas limité.

Les séries seront nagées en Toutes Catégories. Classement au temps.

✓ **Pour le 5km : (cette épreuve sera nagée en bassin de 50m)**

- Les nageurs de l'équipe régionale Eau Libre 2018-2019 sont prioritaires.
- Maximum 16 filles et 16 garçons, Toutes Catégories,
- Temps limite sur le 1500m NL exclusivement : (entre le 16 sept 2018 et le 24 nov. 2019)
 - *Petit bain* : 18'30 pour les filles et 16'45 pour les garçons
 - *Grand bain* : 19' pour les filles et 17'15 pour les garçons
- Les séries sont nagées à 2 par couloir (1 série fille et 1 série garçon)
- Proposition d'engagement à envoyer à benjamin.tranchard@outlook.fr et maryline.cheron@ffnatationhdf.fr **pour le 25 novembre 2019**

Jury

Se référer à la note spécifique des officiels en fin de document.

Récompenses

Médailles aux 3 premières filles et 3 premiers garçons de chaque épreuve en Toutes Catégories.
Médailles aux 3 premières filles et 3 premiers garçons Toutes Catégories du 5km

Programme et horaires : à confirmer en fonction du nombre d'engagements

Samedi 30 novembre 2019	
1 ^{ère} réunion	2 ^{ème} réunion
1- 200m Papillon M/D 2- 50m Dos M/D 3- 50m Brasse M/D 4- 200m NL M/D 5- 200m 4N M/D 6- 400 NL M	7- 800m NL D 8- 100m Brasse M/D 9- 800m NL M 10- 100m Dos D/M Pause technique (bascule du bassin 25m en 50m) • 5km Dames et Messieurs (16 D/16 M)
Dimanche 1er décembre 2019	
3 ^{ème} réunion	4 ^{ème} réunion
11- 200m Brasse D/M 12- 400m 4N D/M 13- 50m NL D/M 14- 50m Papillon D/M 15- 400 NL D 16- 200m Dos M/D	17- 1500m NL D 18- 100m Papillon M/D 19- 1500m NL M 20- 100m NL D/M

GRILLE DES TEMPS QUALIFICATIFS AUX CHAMPIONNATS RÉGIONAUX **25m**

DAMES			Epreuves	MESSIEURS		
2006 - 2005	2004 - 2003	2002 et Av		2001 et Av	2003 - 2002	2005 - 2004
JUN 1 et JUN 2	JUN 3 et JUN 4	SENIORS		SENIORS	JUN 3 et JUN 4	JUN 1 et JUN 2
31.03	29.70	29.05	50m NL	25.55	27.50	27.88
1'06.31	1'04.34	1'02.50	100m NL	55.25	56.86	1'00.16
2'24.15	2'17.37	2'15.07	200m NL	2'01.92	2'05.12	2'11.07
5'05.11	4'49.92	4'46.28	400m NL	4'18.91	4'27.74	4'35.14
10'22.12	10'01.18	9'50.51	800m NL	8'53.63	9'06.09	9'39.61
21'41.37	21'20.66	21'00.69	1500m NL	17'25.12	17'50.66	18'33.42
37.70	35.07	33.86	50m Dos	29.98	32.16	33.77
1'17.23	1'16.04	1'12.48	100m Dos	1'04.82	1'09.12	1'11.46
2'45.55	2'40.34	2'38.11	200m Dos	2'22.10	2'26.80	2'32.73
42.48	39.35	37.86	50m Brasse	32.92	35.92	37.39
1'29.60	1'26.06	1'21.19	100m Brasse	1'12.57	1'18.63	1'21.11
3'09.54	3'03.77	2'59.30	200m Brasse	2'39.34	2'45.99	2'59.93
36.21	33.42	31.60	50m Papillon	27.26	28.83	31.57
1'19.88	1'15.87	1'10.44	100m Papillon	1'01.26	1'05.38	1'10.89
3'04.88	2'56.84	2'54.47	200m Papillon	2'23.58	2'30.08	2'48.86
2'49.75	2'37.63	2'36.11	200m 4N	2'18.18	2'22.52	2'29.69
5'57.51	5'41.41	5'36.83	400m 4N	4'55.02	5'05.65	5'18.54