



Meeting des maîtres du Valois

Le samedi 16 novembre 2013

Ouverture des portes : 18 heures

Début des épreuves : 19 heures

1^{ère} étape du challenge maître de l'Oise 2013/2014

Le programme :

✓ 4 x 50 NL	Mixte		
✓ 50 m Dos	Dames	&	Messieurs
✓ 400 m NL	"		"
✓ 50 m Brasse	"		"
✓ 100 m Dos	"		"
✓ 4 x 50 m 4 Nages	Mixte		

1^{ère} Pause avec la remise des récompenses des 4 premières courses individuelles

✓ 50 m NL	Dames	&	Messieurs
✓ 100 m Brasse	"		"
✓ 50 m Papillon	"		"
✓ 200 m 4 Nages	"		"

2^{ème} pause avec la remise des récompenses des 4 dernières courses individuelles

- ✓ Course d'animation : Relais multi-clubs 8 ou 6 x 50 NL suivant le nombre de participants.

Règlement du meeting : Compétition pour tous nageurs de plus de 25 ans. Les nageurs de la catégorie C0 ne seront pas acceptés.

- Pas de limite pour les engagements
- Le relais mixte doit être composé de deux nageuses et deux nageurs
- Les engagements se feront sur le serveur www.extranat.fr **période d'engagements du 5/11/2013 au 12/11/2013**
- Prix des engagements : forfait de 6 € par nageur et 6€ par relais
- Nous demandons au moins un officiel par club participant

Les récompenses :

- Pour les courses individuelles : Une médaille pour les trois premiers toutes catégories
- Pour les relais mixtes : Une coupe pour le vainqueur toutes catégories.

Une collation sera offerte par le club de l'USC à la fin de la compétition.

