

1er MEETING REGIONAL DU



Date: 18 & 19 janvier 2020

Lieu: Nantes, Piscine Léo LAGRANGE
Bassin de compétition : 50 m, 6 couloirs
Bassin d'échauffement et de récupération 50m, 6 couloirs.

Chronométrage: électronique

Catégories d'âge concernées :

Jeunes, Juniors/Seniors.

Tous les participants doivent être licenciés FFN ou à l'une des fédérations de la FINA.
Les épreuves se dérouleront selon le règlement FINA.



Détail des épreuves :

Au cours des 4 réunions les épreuves suivantes seront proposées :

- Papillon : 50, 100, 200 et 400
- Dos : 50, 100, 200 et 400
- Brasse : 50, 100, 200 et 400
- NL : 50, 100, 200, 400 et 800
- 4N : 200 et 400

- Classement au temps par catégorie pour les 200m, 400m et 800m.
- Finales A/B Toutes catégories et C réservées aux Jeunes sur les 100m.
- Finales « Australienne » Toutes catégories sur les 50m.
- Les séries se disputent toutes catégories d'âges confondues.



Engagements

Conformément au règlement fédéral, les inscriptions seront ouvertes sur extranet à J-12 et se clôtureront à J-6 avant la date de compétition.

Droits d'engagements : 7 €/course

Afin d'assurer le bon déroulement de la manifestation, le club se réserve le droit de refuser des engagements et de modifier les horaires de la compétition.

Pour s'engager sur un 400m de spécialité, les nageurs devront au préalable avoir réalisé un temps de la grille de qualification sur 200m.

Programme :

<p><u>Samedi matin</u> <i>Début de l'échauffement : à 07h30</i> <i>Début des épreuves : 08h45</i></p> <p>200 4N D/M – séries 50 Papillon D/M – séries 100 Dos D/M – séries 200 Brasse D/M – séries 400 NL D/M – séries</p> <p>100 Dos D/M - Finales A,B,C</p> <p><u>Samedi Après-midi:</u> <i>Début de l'échauffement : 14h</i> <i>Début des épreuves : 15h30</i></p> <p>400 4N D/M – séries 50 Dos D/M – séries 100 Brasse D/M – séries 200 NL D/M – séries 400 Papillon D/M – séries</p> <p>100 Brasse D/M Finales A,B,C 50 Papillon D/M - Finales Australiennes 50 NL D/M - Finales Australiennes</p>	<p><u>Dimanche matin :</u> <i>Début de l'échauffement : 07h30</i> <i>Début des épreuves : 08h45</i></p> <p>800 NL D/M – séries sauf meilleure série 50 Brasse D/M – séries 100 Crawl D/M – séries 200 Papillon D/M – séries 400 Dos D/M – séries</p> <p>100 NL D/M - Finales A,B,C</p> <p><u>Dimanche Après-midi :</u> <i>Début de l'échauffement : 13h30</i> <i>Début des épreuves : 15h</i></p> <p>50 NL D/M – séries 100 Papillon D/M – séries 200 NL D/M – séries 400 Brasse D/M – séries 800 NL D/M – la meilleure série</p> <p>100 Papillon D/M Finales A,B,C 50 Brasse D/M - Finales Australiennes 50 NL D/M - Finales Australiennes</p>
--	---

Récompenses :



- Médailles & récompenses partenaires au premier de chaque catégorie à l'issue des séries et au 1^{er} de chaque finale australienne sur les 50m.
- Médailles & récompenses partenaires aux 2 premiers de chaque 100m, pour 3 catégories : Jeunes, Juniors, Séniors.
- Médailles & récompenses partenaires aux 3 premiers de chaque 200m, pour 3 catégories : Jeunes, Juniors, Séniors.
- Médailles & récompenses partenaires aux 4 premiers de chaque 400m et 800m, pour 3 catégories : Jeunes, Juniors, Séniors.

Grilles de qualifications :

Les temps réalisés en bassin de 25m et 50m seront pris en comptes.



Dames

	Jeunes 2007 et +	Juniors 2003 à 2006	Seniors 2002 et -
50 Papillon	40.0	36.00	34.00
100 Papillon	1.32.00	1.24.00	1.17.00
200 Papillon	3.05.00	2.55.00	2.45.00
400 Papillon	2.55.00	2.45.00	2.35.00
50 Dos	41.00	38.00	36.00
100 Dos	1.27.00	1.21.00	1.17.00
200 Dos	3.00.00	2.50.00	2.40.00
400 Dos	2.55.00	2.45.00	2.35.00
50 Brasse	45.00	42.00	39.50
100 Brasse	1.38.00	1.31.00	1.25.00
200 Brasse	3.20.00	3.10.00	3.00.00
400 Brasse	3.10.00	3.00.00	2.50.00
50 NL	34.00	33.00	31.00
100 NL	1.13.00	1.08.00	1.05.00
200 NL	2.45.00	2.30.00	2.25.00
400 NL	5.25.00	5.10.00	5.00.00
800NL	12.00.00	11.30.00	10.45.00
200 4N	3.10.00	2.55.00	2.40.00
400 4N	6.20.00	6.05.00	5.45.00

Messieurs

	Jeunes 2006 et +	Juniors 2002 à 2005	Seniors 2001 et -
50 Papillon	36.00	33.50	31.00
100 Papillon	1.21.50	1.13.00	1.07.00
200 Papillon	2.55.00	2.42.00	2.30.00
400 Papillon	2.50.00	2.35.00	2.25.00
50 Dos	37.50	35.50	31.50
100 Dos	1.19.00	1.13.00	1.07.00
200 Dos	2.45.00	2.35.00	2.25.00
400 Dos	2.40.00	2.30.00	2.20.00
50 Brasse	41.00	38.50	35.00
100 Brasse	1.29.00	1.21.00	1.15.00
200 Brasse	3.15.00	3.00.00	2.45.00
400 Brasse	3.05.00	2.50.00	2.35.00
50 NL	31.50	31.00	28.00
100 NL	1.05.00	1.04.50	59.00
200 NL	2.28.00	2.15.00	2.08.00
400 NL	5.10.00	4.50.00	4.30.00
800NL	11.30.00	10.50.00	10.00.00
200 4N	2.50.00	2.35.00	2.27.00
400 4N	6.10.00	5.50.00	5.30.00

INTERSPORT
LE SPORT COMMENCE À
BASSE-GOULAINNE - REZE

 **next decision**

 **courgeon**
IMMOBILIER

COFAP
IFOM


Crédit Mutuel

Loire Atlantique


REPUBLIQUE FRANÇAISE
DIRECTION REGIONALE
DE LA JEUNESSE
ET DU SPORT
COMMISSION SOCIALE


**CENTRE EDUCATIF
NANTAIS POUR SPORTIFS**

arena

Cardi'eau
Créateur d'énergie


VILLE DE
Nantes


PROPRETE & SERVICES ASSOCIES


dalkia
GROUPE EDF