

Championnats 76 hiver

Samedi 11 et Dimanche 12 Novembre 2023

ROUEN - GUY BOISSIERE

25 Mètres - 8 Couloirs

Engagements pour le Lundi 06 Novembre 2023 23h59 -
extraNat.fr

PREAMBULE

Rendez-vous traditionnel hivernal, cette compétition propose le programme FINA complet en vue de se qualifier pour les épreuves régionales. Les filles 11 ans et garçons 11 et 12 ans sont autorisés à participer sur la grille d'accès des benjamins, sauf sur 800 NL, 1500 NL, 200 Papillon, 400 4 Nages

Catégories (valables jusqu'au 31 décembre 2023)

- *Benjamins (+ filles 11 ans, garçons 11 et 12 ans)*
- *Juniors 1-2*
- *Juniors 3-4*
- *Seniors*

Epreuves

- *50, 100, 200, 400, 800, 1500 NL*
- *50, 100, 200 Brasse*
- *50, 100, 200 Papillon*
- *50, 100, 200 Dos*
- *200, 400 4 Nages*

Règlement particulier

En fonction du nombre d'engagés, les organisateurs se réservent le droit de doubler les séries de 400, 800 et 1500 m Nage Libre

Modalités d'accès

réalisation d'au moins une performance de la grille départementale

Classements et Récompenses

- *Classements au temps*
- *1 médaille aux trois premiers de chaque épreuve, par catégories d'âge*

Droits d'engagements

- *3,90€ par épreuve individuelle*
- *Frais de dossier : 50 € en sus des droits d'engagements. Les frais de dossiers seront remboursés à chaque club ayant fourni le nombre d'officiel requis.*
- *Paiement par chèque, virement bancaire ou carte bleue depuis extraNat*

Samedi 11 Novembre Matin

O.P. 08h00 - D.E. 09h00

- 100 m Nage Libre
- 800 m NL Messieurs
- 1500 m NL Dames
- 200 m Dos
- 400 m 4 Nages Messieurs

Samedi 11 Novembre Après-midi

O.P. 14h00 - D.E. 15h00

- 50 m Brasse
- 800 m NL Dames
- 1500 m NL Messieurs
- 50 m Papillon
- 400 m 4 Nages Dames

Dimanche 12 Novembre Matin

O.P. 08h00 - D.E. 09h00

- 400 m Nage Libre
- 100 m Dos
- 200 m Brasse
- 200 m Papillon
- 50 m Nage Libre

Dimanche 12 Novembre Après-midi

O.P. 14h00 - D.E. 15h00

- 200 m 4 Nages
- 100 m Brasse
- 100 m Papillon
- 200 m Nage Libre
- 50 m Dos

Officiels

Chaque club participant doit déléguer un ou plusieurs officiels selon le barème suivant :

1 officiel jusqu'à 8 nageurs

2 officiels de 9 à 16 nageurs

3 officiels pour 17 nageurs et plus.

Seuls les clubs respectant ce barème verront leurs frais de dossier remboursés.

Nous invitons les officiels à s'inscrire directement depuis leur espace personnel sur extraNat

COMITE DE SEINE MARITIME

6 chemin des hauts sapins – 76190

AUTRETOT

Site web :

<http://seinemaritime.ffnatation.fr>

Facebook : [F. F. Natation Comité De](#)

[Seine Maritime](#)

Courriel : ffn_76@outlook.com

GRILLES D'ACCES AUX CHAMPIONNATS

	AVENIRS FILLES 11 ANS	BENJAMINS	JUNIORS 1-2	JUNIORS 3-4	SENIORS
EPREUVES DAMES					
50 m NAGE LIBRE DAMES	00:38,00	00:38,00	00:37,00	00:36,00	00:35,00
100 m NAGE LIBRE DAMES	01:25,00	01:25,00	01:22,50	01:20,00	01:17,50
200 m NAGE LIBRE DAMES	03:00,00	03:00,00	02:55,00	02:50,00	02:45,00
400 m NAGE LIBRE DAMES	06:15,00	06:15,00	06:05,00	05:55,00	05:45,00
800 m NAGE LIBRE DAMES	X	13:00,00	12:45,00	12:30,00	12:15,00
1500 m NAGE LIBRE DAMES	X	23:00,00	22:45,00	22:30,00	22:15,00
50 m DOS DAMES	00:43,00	00:43,00	00:42,00	00:41,00	00:40,00
100 m DOS DAMES	01:37,00	01:37,00	01:34,50	01:32,00	01:29,50
200 m DOS DAMES	03:20,00	03:20,00	03:15,00	03:10,00	03:05,00
50 m BRASSE DAMES	00:47,00	00:47,00	00:46,00	00:45,00	00:44,00
100 m BRASSE DAMES	01:45,00	01:45,00	01:42,50	01:40,00	01:37,50
200 m BRASSE DAMES	03:40,00	03:40,00	03:35,00	03:30,00	03:25,00
50 m PAPILLON DAMES	00:45,00	00:45,00	00:44,00	00:43,00	00:42,00
100 m PAPILLON DAMES	01:40,00	01:40,00	01:37,50	01:35,00	01:32,50
200 m PAPILLON DAMES	X	04:00,00	03:55,00	03:50,00	03:45,00
100 m 4 NAGES DAMES	01:38,00	01:38,00	01:35,50	01:33,00	01:30,50
200 m 4 NAGES DAMES	03:20,00	03:20,00	03:15,00	03:10,00	03:05,00
400 m 4 NAGES DAMES	X	07:00,00	06:50,00	06:45,00	06:40,00
	AVENIRS GARCONS				
EPREUVES MESSIEURS	11 & 12 ANS	BENJAMINS	JUNIORS 1-2	JUNIORS 3-4	SENIORS
50 m NAGE LIBRE MESSIEURS	00:35,00	00:35,00	00:34,00	00:33,00	00:32,00
100 m NAGE LIBRE MESSIEURS	01:20,00	01:20,00	01:17,50	01:15,00	01:12,50
200 m NAGE LIBRE MESSIEURS	02:45,00	02:45,00	02:40,00	02:35,00	02:30,00
400 m NAGE LIBRE MESSIEURS	05:45,00	05:45,00	05:35,00	05:25,00	05:15,00
800 m NAGE LIBRE MESSIEURS	X	12:45,00	12:30,00	12:15,00	12:00,00
1500 m NAGE LIBRE MESSIEURS	X	22:45,00	22:30,00	22:15,00	22:00,00
50 m DOS MESSIEURS	00:40,00	00:40,00	00:39,00	00:38,00	00:37,00
100 m DOS MESSIEURS	01:30,00	01:30,00	01:27,50	01:25,00	01:22,50
200 m DOS MESSIEURS	03:10,00	03:10,00	03:05,00	03:00,00	02:55,00
50 m BRASSE MESSIEURS	00:43,00	00:43,00	00:42,00	00:41,00	00:40,00
100 m BRASSE MESSIEURS	01:37,00	01:37,00	01:34,50	01:32,00	01:29,50
200 m BRASSE MESSIEURS	03:30,00	03:30,00	03:25,00	03:20,00	03:15,00
50 m PAPILLON MESSIEURS	00:41,00	00:41,00	00:40,00	00:39,00	00:38,00
100 m PAPILLON MESSIEURS	01:35,00	01:35,00	01:32,50	01:30,00	01:27,50
200 m PAPILLON MESSIEURS	X	03:45,00	03:40,00	03:35,00	03:30,00
100 m 4 NAGES MESSIEURS	01:32,00	01:32,00	01:29,50	01:27,00	01:24,50
200 m 4 NAGES MESSIEURS	03:10,00	03:10,00	03:05,00	03:00,00	02:55,00
400 m 4 NAGES MESSIEURS	X	06:35,00	06:25,00	06:15,00	06:05,00

COMITE DE SEINE MARITIME
6 chemin des hauts sapins – 76190
AUTRETOT

Site web :

<http://seinemaritime.ffnatation.fr>

Facebook : F. F. Natation Comité De
Seine Maritime

Courriel : ffn_76@outlook.com

