MEETING 76 PLOT1

Date : Dimanche 20 octobre 2019
Lieu : ND GRAVENCHON – Centre Alain GUILLOT
Bassin : 25 m – 05 couloirs
Date limite d'engagements : samedi 12 octobre 2019 (www.extranat.fr)

PREAMBULE

Premier contact de la saison avec la compétition et premières performances qualificatives ! L'occasion d'un premier bilan avant les congés de Toussaint

REUNION DU dimanche 20 octobre – Matin

Ouverture des portes à 08h30
1ère épreuve à 09h30

- ❑ 400 m 4 Nages Dames et Messieurs
- ❑ 100 m Nage Libre Dames et Messieurs
- ❑ 100 m Papillon Dames et Messieurs
- ❑ Relais 4x50 m Nage Libre Dames et Messieurs

REUNION DU dimanche 20 octobre – Après Midi

Ouverture des portes à 14h00
1ère épreuve à 15h00

- ❑ Relais 4x50 m 4 Nages Dames et Messieurs
- ❑ 400 m Nage Libre Dames et Messieurs
- ❑ 100 m Dos Dames et Messieurs
- ❑ 100 m Brasse Dames et Messieurs

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

MEETING 76 PLOT 1

Règlements particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges « Jeunes », « Juniors 1 », « Juniors 2 » et Seniors ayant réalisé au moins un temps de la grille départementale (voir annexe grilles de temps d'accès aux meetings 76). Les jeunes 1ère année ont un accès libre.

Compétition qualificative pour les Championnats Départementaux Hiver et les Championnats Régionaux en petit bassin.

Comme l'an passé, une prise de temps longue distance en bassin de 50 mètres pourra être organisée l'après midi en fonction des demandes.

Engagements

Sur extranat (www.extranat.fr) jusqu'au samedi 12 octobre à minuit. Les bons de commandes des engagements validés doivent être envoyés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27300 HAUVILLE, accompagnés du règlement

Course individuelle : 3,70 €
Relais : 8,30 €

Récompenses

Une médaille aux trois premières et trois premiers de chaque course individuelle dans chaque catégorie d'âge. Une médaille aux trois premiers relais, filles et garçons, toutes catégories.

Pénalités

- Forfait par nageur : 13,50 € la course ou 27,00 € pour deux courses et plus sauf si déclaré par mail avant le mercredi 09 octobre – 18h00
- Officiels : se reporter au barème en vigueur

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