



**COUPE DE FRANCE DES
DEPARTEMENTS – CHALON SUR
SAONE – VENDREDI 14 DECEMBRE
2023**

Equipe Filles – 2011/2010

L'équipe ne peut avoir plus de 5 filles nées en 2010

Epreuves Individuelles :

- ✓ 200 NL, 400 NL
- ✓ 200 4N, 400 4N (2010)
- ✓ 50 Pap, 200 Pap
- ✓ 50 Dos, 200 Dos
- ✓ 50 Brasse, 200 Brasse

2 remplaçantes

Epreuves Relais :

- ✓ 10x100 NL – Toute l'Eq
- ✓ 10x50 NL – Toute l'Eq
- ✓ 4x100 4N – 4 Nags (Sauf celles titulaires du 4x50 4N)
- ✓ 4x50 4N – 4 Nags (Sauf celles titulaires du 4x100 4N)

Critères de sélections :

Nageuses nées en 2011 et 2010 licenciées FFN

Avoir réalisé une performance entre le 1^{er}/01/2023 et le 12/11/2023 Tous Bassins.

La sélection de l'équipe fille est ouverte.

Aucune titularisation de l'équipe finale ne dépend de l'étape qualificative des 3&4/06/2023

COMPOSITION DE L'ÉQUIPE

Siège social : 6 Chemin des Hauts Sapins – 76190 AUTRETOT
Tél : 09.61.63.60.03 – 06.11.78.89.68 Courriel : ffn_76@outlook.com

Epreuves	Nageuses	Club	Année	Perfs	Points
200 NL	Ellyne Le Gratiet	CVR	2011		887
200 Pap	Constance Ardouin	CNH	2010		744
200 Dos	Vanessa Ventura	CVR	2010		916
200 Brasse	Camille Boulongne	CVR	2010		1048
200 4N	Victoire Dupuis	CVR	2011		701
400 4N	Maeva Roby	CVR	2010		754
400 NL	Jalane Ngom Priso	CVR	2010		936
50 Pap	Jade Blondel	CMND	2011		699
50 Dos	Loelia Douay	CMND	2011		680
50 Brasse	Claire Feiertag	CVR	2011		884
10x50 NL				5'18"50	979
10x100 NL				11'46"20	867
4x50 4N	Vanessa (Dos) Camille (Brasse) Jalane (Pap) Maëva (Cr)			2'12"20	1071
4X100 4N	Claire (Dos) Ellyne (Brasse) Constance (Pap) Victoire (Cr)			5'07"40	900
TOTAL :					12066

Remplaçantes : Maya Piquot (2010) ASCH / Jasmine Kéhabia (2011) CVR



ÉCHÉANCES

Regroupement de l'équipe

Samedi 9 décembre 2023 – Rouen

Rendez Vous 14h00 local Vikings de Rouen
14h00-14h30 Échauffement à sec
14h45 – 16h15 Entraînement Bassin de 50m Extérieur
16h30-17h30 – Goûter + préparation du déplacement

Déplacement Chalon sur Saône

Chef de délégation : Hervé Lesturgie
Entraîneurs : Tristan Gandelin (CMNDieppe) / Sebastien Gandelin (Vikings de Rouen)

Départ le jeudi 14 décembre 2023 – Matin (horaire à préciser en fonction de la possibilité ou pas de nager le jeudi soir à Chalon sur Saône) – Zone Commerciale de Tourville la Rivière – face à Ikéa

Transport : Minibus CMN DIEPPE et VIKINGS de ROUEN
Hébergement : Hôtel SAINT JEAN – 24 Quai Gambetta – 71100 CHALON SUR SAÔNE

Vendredi 15 Décembre – Compétition de 08h00 à 18h00
Espace Nautique du Grand Chalon
Rue d'Amsterdam
71100 CHALON SUR SAÔNE

Retour dans la nuit du vendredi au samedi (sauf pour les nageuses aux Championnats de France) au même endroit.