

Championnats « 76 » Longues Distances

Date : Samedi 18 Octobre 2008 - Lieu : N.D GRAVENCHON
Bassin : 50 m – 06 Couloirs

COMITE DEPARTEMENTAL
DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 18 Octobre 2008

Ouverture des Portes 17h30

1ère Epreuve 18h30

2000 m Benjamins (Tps limite : 40')

3000 m Minimes (Tps limite : 50')

5000 m Cadets et Juniors-Seniors

(Tps limite : 1h20' Messieurs - 1h25' Dames)

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories Juniors-Seniors, Cadets, Minimes et Benjamins, dans la limite du temps indiqué pour chaque épreuve. **Nous demandons la plus grande vigilance des entraîneurs sur le respect des temps limites. Sur l'épreuve du 5000 m, tous les concurrents seront arrêtés à 1h25 (temps limite + 5 minutes).**

Pour chacune des trois épreuves, une seule série (mixte filles garçons) avec 24 nageurs maximum par série, soit 4 nageurs maximum par couloir. Le départ sera donné de 20 secondes en 20 secondes.

□ **Engagements** : sur bordereau spécifique (voir document joint) adressé à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE

Tel: 02.32.56.81.75 – mail cd76ffn@orange.fr pour le samedi 04 Octobre dernier délai, accompagné des droits d'engagements : 3.20 € par épreuve.

□ **Récompenses** : une médaille aux trois premières filles et au trois premiers garçons de chacune des quatre catégories d'âge.

□ **Pour chacune des trois épreuves, les temps de passages des 800 m et 1500 m seront pris en compte et qualificatifs pour le Meeting Régional de Demi-Fond.**

Forfait : 13 € sauf si déclaré par fax avant le mercredi 15 Octobre (02.35.13.86.33).

Pénalité de 13 € pour temps limite dépassé. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur. Le maximum de bénévoles est souhaité !

