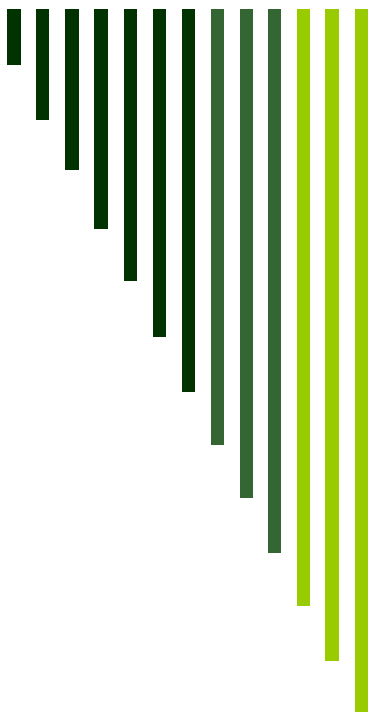


COMITE DEPARTEMENTAL DE SEINE MARITIME



Réunion du Samedi 19 Novembre – Matin

Ouvertures des portes 8h30

1^{ère} Epreuve 9h30

- 100 m Nage libre Messieurs et Dames
- 800 m Nage Libre Messieurs – 1500 m Nage Libre Dames
- 200 m Dos Messieurs et Dames
- 400 m 4 Nages Messieurs

Réunion du Samedi 19 Novembre – Après Midi

Ouverture des Portes 14h30

1^{ère} Epreuve 15h30

- 50 m Brasse Dames et Messieurs
- 800 m Nage Libre Dames – 1500 m Nage Libre Messieurs
- 50 m Papillon Dames et Messieurs
- 400 m 4 Nages

Réunion du Dimanche 20 Novembre – Matin

Ouverture des Portes 08h00

1^{ère} Epreuve 09h00

- 400 m Nage Libre Dames et Messieurs
- 100 m Dos Dames et Messieurs
- 200 m Brasse Dames et Messieurs
- 200 m Papillon Dames et Messieurs
- 50 m Nage Libre Dames et Messieurs

CHAMPIONNATS « 76 » HIVER

Réunion du Dimanche 20 Novembre – Après Midi

Ouverture des Portes 14h00

1ère Epreuve 15h00

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

Règlements Particuliers

Compétition ouverte aux nageuses et nageurs des catégories d'âges Jeunes, Juniors 1, Juniors 2 et Seniors réalisant les temps de la grille de temps « Championnats 76 Hiver » (les performances doivent être enregistrées dans la base Fédérale).

- **Engagements** : sur extranat (www.extranat.fr) jusqu'au **Samedi 12 novembre** à minuit. Les bons de commandes des engagements validés doivent être envoyés à Madame Christine Mignot, 5 Rue des Bons, 27350 HAUVILLE, accompagnés du règlement. 3.55 € par course individuelle.
- **Récompenses** : une médaille aux trois premiers de chaque épreuve, dans chacune des catégories d'âges. Les récompenses pour les nageurs de nationalité étrangère, licenciés en Seine-Maritime et pour les licenciés hors département seront remises dans le cadre d'un classement « Open ».
- **Compétition qualificative pour le circuit de la Coupe de Normandie, les Championnats Régionaux Hiver, Jeunes et Eté.**

Forfait : 13.50 € la course ou 27 € pour deux courses et plus, sauf si déclaré par mail avant le mercredi 16 Novembre à ffn_76@outlook.com. Tous les clubs doivent déléguer des officiels en fonction du barème en vigueur.



CHAMPIONNATS « 76 » HIVER

GRILLE DE TEMPS DAMES

DAMES	JEUNES	JUNIORS 1	JUNIORS 2	SENIORS
50 m N.L.	0.3800	0.3700	0.3600	0.3500
100 m N.L.	1.2500	1.2250	1.2000	1.1750
200 m N.L.	3.0000	2.5500	2.5000	2.4500
400 m N.L.	6.1500	6.0500	5.5500	5.4500
800 m N.L.	13.0000	12.4500	12.3000	12.1500
1500 m N.L.	23.0000	22.4500	22.3000	22.1500
50 m Dos	0.4300	0.4200	0.4100	0.4000
100 m Dos	1.3700	1.3450	1.3200	1.2950
200 m Dos	3.2000	3.1500	3.1000	3.0500
50 m Brasse	0.4700	0.4600	0.4500	0.4400
100 m Brasse	1.4500	1.4250	1.4000	1.3750
200 m Brasse	3.4000	3.3500	3.3000	3.2500
50 m Papillon	0.4500	0.4400	0.4300	0.4200
100 m Papillon	1.4000	1.3750	1.3500	1.3250
200 m Papillon	4.0000	3.5500	3.5000	3.4500
100 m 4 Nages	1.3800	1.3550	1.3300	1.3050
200 m 4 Nages	3.2000	3.1500	3.1000	3.0500
400 m 4 Nages	7.0000	6.5000	6.4500	6.4000

CHAMPIONNATS « 76 » HIVER

GRILLE DE TEMPS MESSIEURS

MESSIEURS	JEUNES	JUNIORS 1	JUNIORS 2	SENIORS
50 m N.L.	0.3500	0.3400	0.3300	0.3200
100 m N.L.	1.2000	1.1750	1.1500	1.1250
200 m N.L.	2.4500	2.4000	2.3500	2.3000
400 m N.L.	5.4500	5.3500	5.2500	5.1500
800 m N.L.	12.4500	12.3000	12.1500	12.0000
1500 m N.L.	22.4500	22.3000	22.1500	22.0000
50 m Dos	0.4000	0.3900	0.3800	0.3700
100 m Dos	1.3000	1.2750	1.2500	1.2250
200 m Dos	3.1000	3.0500	3.0000	2.5500
50 m Brasse	0.4300	0.4200	0.4100	0.4000
100 m Brasse	1.3700	1.3450	1.3200	1.2950
200 m Brasse	3.3000	3.2500	3.2000	3.1500
50 m Papillon	0.4100	0.4000	0.3900	0.3800
100 m Papillon	1.3500	1.3250	1.3000	1.2750
200 m Papillon	3.4500	3.4000	3.3500	3.3000
100 m 4 Nages	1.3200	1.2950	1.2700	1.2450
200 m 4 Nages	3.1000	3.0500	3.0000	2.5500
400 m 4 Nages	6.3500	6.2500	6.1500	6.0500