

**Samedi 14
et Dimanche 15 Décembre
2019**

**CHAMPIONNATS
DE NORMANDIE
« JEUNES » HIVER**

HEROUVILLE ST CLAIR
Bassin : 25 m x 5 Couloirs
Compétition de qualification

Préambule

Premier rendez-vous majeur pour les jeunes nageurs normands, compétition qualificative pour les différents meetings Labélisés. Compétition qualificative pour les championnats de France jeunes.

Catégories

☞ **JEUNES** (2007-2008-2009 pour les filles)
(2006-2007-2008 pour les Garçons)

Modalités d'accès

- ☞ Avoir réalisé les temps de la grille de qualification
- ☞ L'organisateur se réserve le droit de modifier le programme
- ☞ Les performances sont à réaliser tous bassins à N-1 ou lors de la saison en cours.
- ☞ Possibilité de rajouter deux épreuves supplémentaires sur l'ensemble de la compétition. Sauf épreuve de ½ fond.

Engagements

☞ Sur EXTRANAT jusqu'au Lundi 9 Décembre 2019 (avant minuit)

☞ 6.50 € par épreuve

☞ Règlement à envoyer à la Ligue de Normandie Natation (péricentre 4 - 147 rue de la Délivrante 14000 CAEN)

EPREUVES

Epreuves

DAMES et MESSIEURS

NL : 50 – 100 – 200 – 400 – 800 – 1500

Brasse : 50 – 100 – 200

Dos : 50 – 100 – 200

Papillon : 50 – 100 – 200

4 Nages : 200 – 400

Relais Mixtes : (2 F, 2G) 4 x 50 NL, 4 x 50 4N

Modalités

Classement au temps

RECOMPENSES

☞ 3 premiers par épreuves de la catégorie Jeunes

PROGRAMME

Samedi 14 Décembre 2019

MATIN		APRES - MIDI	
Ouverture des portes	9 h 00	Ouverture des portes	14 h 00
Début des épreuves	10 h 15	Début des épreuves	15 h 15
800 NL Dames 1500 NL Messieurs		4 X 50 NL Mixtes 200 4N 100 Brasse 400 NL Messieurs 50 Papillon 200 Dos	

Dimanche 15 Décembre 2019

MATIN		APRES - MIDI	
Ouverture des portes	8 h 00	Ouverture des portes	14 h 00
Début des épreuves	9 h 15	Début des épreuves	15 h 15
200 NL 50 Dos 400 4N 50 Brasse 200 Papillon 50 NL		4 x 50 4N Mixtes 100 Papillon 400 NL Dames 100 Dos 200 Brasse 100 NL	

Grille de Qualification Championnats de Normandie Jeunes Hiver

11 ans		12 ans		13 ans		12 ans		13 ans		14 ans	
Filles		Filles		Filles		Messieurs		Messieurs		Messieurs	
Grille 25m	Grille 50m	Grille 25m	Grille 50m	Grille 25m	Grille 50m	Grille 25m	Grille 50m	Grille 25m	Grille 50m	Grille 25m	Grille 50m
00:37,79	00:38,49	00:35,92	00:36,62	00:34,25	00:34,95	00:34,04	00:34,74	00:32,36	00:33,06	00:31,20	00:31,90
01:23,27	01:24,87	01:17,66	01:19,26	01:14,90	01:16,50	01:15,04	01:16,64	01:11,41	01:13,01	01:08,17	01:09,77
02:58,82	03:02,22	02:50,30	02:53,70	02:44,18	02:47,58	02:45,50	02:48,90	02:36,36	02:39,76	02:29,45	02:32,85
06:19,64	06:27,14	05:59,32	06:06,82	05:46,70	05:54,20	05:49,97	05:57,47	05:33,58	05:41,08	05:15,72	05:23,22
12:12,16	12:02,43	12:12,16	12:02,43	11:46,43	12:02,43	11:24,23	11:40,23	11:24,23	11:40,23	09:59,51	10:15,51
23:40,79	23:40,79	23:40,79	23:40,79	20:58,30	21:28,30	21:40,93	21:05,83	21:40,93	21:05,83	20:35,83	21:05,83
00:43,02	00:44,52	00:40,75	00:42,25	00:38,88	00:40,38	00:39,50	00:41,00	00:37,36	00:38,86	00:35,66	00:37,16
01:36,47	01:38,87	01:29,16	01:31,56	01:26,04	01:28,44	01:27,02	01:29,42	01:22,48	01:24,88	01:18,49	01:20,89
03:27,79	03:32,69	03:15,65	03:20,55	03:08,00	03:12,90	03:09,35	03:14,25	03:00,62	03:05,52	02:51,79	02:56,69
00:49,54	00:50,34	00:47,16	00:47,96	00:44,64	00:45,44	00:45,74	00:46,54	00:42,73	00:43,53	00:39,65	00:40,45
01:48,23	01:50,23	01:42,34	01:44,34	01:39,35	01:41,35	01:42,28	01:44,28	01:34,07	01:36,07	01:28,15	01:30,15
03:53,82	03:58,82	03:42,31	03:47,31	03:32,26	03:37,26	03:42,64	03:47,64	03:28,79	03:33,79	03:12,77	03:17,77
00:41,48	00:42,08	00:39,23	00:39,83	00:36,95	00:37,55	00:37,52	00:38,12	00:35,39	00:35,99	00:33,90	00:34,50
01:39,01	01:40,31	01:29,86	01:31,16	01:25,10	01:26,40	01:29,09	01:30,39	01:20,88	01:22,18	01:16,42	01:17,72
03:59,88	04:02,98	03:45,46	03:48,56	03:21,62	03:24,72	03:44,03	03:47,13	03:14,42	03:17,52	03:00,35	03:03,45
03:24,96	03:28,46	03:14,02	03:17,52	03:07,30	03:10,80	03:10,85	03:14,35	02:59,92	03:03,42	02:49,90	02:53,40
07:00,60	07:09,40	07:00,60	07:09,40	06:40,46	06:49,26	06:27,88	06:36,68	06:27,88	06:36,68	06:08,72	06:17,52