

Dimanche 8 mai 2022

**CHAMPIONNATS DE NORMANDIE  
OPEN MAITRES**

**HEROUVILLE SAINT CLAIR**  
Bassin : 25 x 5 couloirs

## Engagements

**Sur EXTRANAT jusqu'au Jeudi 5 mai 2022 (avant minuit)**

6.50 € par épreuve individuelle

11.00 € par relais

Règlement à envoyer à la Ligue de Normandie Natation (Péricentre 4 - 147 rue de la Délivrande 14000 CAEN)

## Dimanche 8 mai 2022

Ouverture des portes	9 h 00	Ouverture des portes	14 h 00
Début des épreuves	9h45	Début des épreuves	14 h45

### Première réunion

50 papillon  
200 brasse  
100 dos  
100 4 nages  
50 brasse  
200 papillon  
100 nage libre  
Relais 4 x 50 nage libre (Dames et Messieurs)

### Deuxième réunion

4 x 50 4 nages (Mixte)  
200 nage libre  
100 papillon  
50 Dos  
200 4 Nages  
100 Brasse  
50 nage libre  
200 dos  
8 x 25 nage libre (Mixte)

**ATTENTION ! Par nageur, maximum 4 épreuves individuelles + les relais (2 épreuves individuelles le matin et 2 l'après-midi)**

## Règlement

- Le règlement sportif est le règlement FFN dans son intégralité.
- Aucun engagement ne sera accepté le jour de la compétition.
- Les modifications d'engagement ne seront pas acceptées au-delà de la demi-heure, précédent le début des épreuves. Celles-ci seront classées hors concours.
- Les catégories d'âge sont celles de la FFN.

## Récompenses

- Les 3 premiers de chaque catégorie sont récompensés.
- Les relais 4x50 NL donnent lieu à un classement Femmes / Hommes
- Les relais 4x50 4 Nages donnent lieu à un classement Mixte (Obligatoirement 2 hommes et 2 femmes).
- Les relais 8x25 NL sont récompensés par 3 coupes, offertes par la Ligue de Normandie. Ce relais est hors compétition et n'est pas soumis aux droits d'engagements. Les engagements se feront sur place.
- Les 3 premiers relais dans chaque catégorie sont récompensés.

Les nageurs extérieurs à la région sont autorisés à participer. Toutefois, les 3 premiers normands seront récompensés.

## Adresse de la piscine

Piscine Montmorency - 16 rue de Bouvines - 14200 Hérouville Saint-Clair