

Dimanche 26 juin 2022

**NAT 'AVENIRS
NORMAND « ETE »**

SAINT-LO
Bassin : 25 x 6 couloirs
Compétition d'animation

PREAMBULE

En amont du programme Jeunes, il est proposé un programme spécifique pour les Avenirs. Un parcours qui se veut progressif et complémentaire avec deux étapes départementales et une finalité régionale l'hiver et l'été. Les épreuves des étapes départementales et régionales étant différentes.

Combinaison Interdite, seul le maillot de bain est autorisé. Le sens de cette mesure est pédagogique

CATEGORIES

MODALITES D'ACCES

Avenir

2012 et après pour les filles
2011 et après pour les garçons

☞ Seront qualifiés, les filles et les garçons ayant nagé les 5 épreuves en phases départementales : 100 4 nages OU 200 4 nages + 100 nage libre OU 200 nage libre + 50 papillon OU 100 papillon + 100 dos + 100 brasse

ENGAGEMENTS

☞ Sur EXTRANAT jusqu'au Lundi 20 juin 2022

☞ Forfait de 25.00 € par nageur

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

EPREUVES

CLASSEMENT

DAMES et MESSIEURS

Nage libre : 200
4 Nages : 100
Spécialités : 50 papillon – 100 dos – 100 brasse

Relais : 4 x 50 4 nages mixte (2 filles – 2 garçons) –
4 x 50 nage libre mixte (2 filles – 2 garçons)

Classement au temps à l'addition des 4 épreuves

Nage libre : 200
4 Nages : 100
Papillon : 50
Un 100 mètres de spécialité au choix : Dos OU Brasse

Relais : 4 x 50 4 nages mixte (2 filles – 2 garçons) –
4 x 50 nage libre mixte (2 filles – 2 garçons)

RECOMPENSES

☞ 6 premiers à l'addition des points des 4 épreuves individuelles par sexe

☞ 3 premiers relais

☞ Trophée Club : 3 premiers clubs à l'addition des points des 4 épreuves individuelles de tous les nageurs par club, filles et garçons confondus.

PROGRAMME

DIMANCHE 26 JUIN 2022

Ouverture des portes	8 h 30	Ouverture des portes	14 h 00
Début des épreuves	9 h 30	Début des épreuves	15 h 00
50 Papillon Messieurs		50 Papillon Dames	
100 4 nages Dames		100 4 nages Messieurs	
100 Dos Messieurs		100 Dos Dames	
200 Nage libre Dames		200 Nage libre Messieurs	
100 Brasse Messieurs		100 Brasse Dames	
<u>Pause</u>		<u>Pause</u>	
4 x 50 4 Nages mixte (2 filles – 2 garçons)		4 x 50 Nage libre mixte (2 filles – 2 garçons)	