

**Samedi 25
et Dimanche 26 mars 2023**

**CHAMPIONNATS DE NORMANDIE
de PRINTEMPS « BENJAMINS »**

GRAND-QUEVILLY
Bassin : 25 x 6 couloirs
Chronométrage électronique
Compétition qualificative
Web-confrontation – Juillet 23

Préambule

A mi-saison, ce rendez-vous normand des meilleurs nageurs(es) de la catégorie benjamine, est une belle occasion de se qualifier pour la web-confrontation interrégionale en juillet 2023 à Saint-Malo.

Catégories

Modalités d'accès

☒ Benjamins 1

Dames : 2011 - Messieurs : 2010

☒ Avoir réalisé un temps de la grille de qualification.

☒ Le 400 nage libre ne peut pas être une épreuve complémentaire.

☒ L'organisateur se réserve le droit de modifier le programme.

☒ Benjamins 2

Dames : 2010 - Messieurs : 2009

☒ Les performances doivent avoir été réalisées tous bassins lors de la saison N-1 (2021-2022) ou saison en cours (2023).

Engagements

☒ **Sur EXTRANAT jusqu'au Mardi 21 mars 2023**

☒ **6.50 € par épreuve (individuelle et relais)**

☒ 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 : 50 – 100 – 400

Brasse : 50 – 100

Dos : 50 – 100

Papillon : 50 – 100

4 Nages : 100 - 200

Relais : 4 x 50 nage libre mixte (2 F – 2G) –

4 x 50 4 nages mixte (2 F – 2G)

Pour les épreuves de 50 m et 100 m

- Finales A : Benjamins 1
- Finales A : Benjamins 2

Classement au temps pour les 200 et 400 m et les relais

Récompenses

3 premiers par catégories définies par épreuve et par sexe

- Benjamins 1
- Benjamins 2

3 premiers relais mixtes (2 filles – 2 garçons), Benjamins 1 et Benjamins 2 confondus

Programme

Samedi 25 mars 2023

Ouverture des portes	8 h 00	Ouverture des portes	14 h 00
Début des épreuves	9 h 00	Début des épreuves	15 h 00

Première réunion

200 4 Nages (Classement au temps)

Séries :

50 Papillon
100 Dos
50 Brasse
100 Nage libre

Récompenses 200 4 Nages

Deuxième réunion

Finales :

50 Papillon
100 Dos
Récompenses des finales

50 Brasse
100 Nage libre
Récompenses des finales

Relais 4 x 50 4 Nages Mixtes (Benjamins 1 et 2 confondus)
Récompenses

Dimanche 26 mars 2023

Ouverture des portes	8 h 00	Ouverture des portes	14 h 00
Début des épreuves	9 h 00	Début des épreuves	15 h 00

Troisième réunion

400 nage libre (Classement au temps)

Séries :

100 4 Nages
50 Dos
100 Brasse
50 Nage libre
100 Papillon

Récompenses 400 Nage libre

Quatrième réunion

Finales :

100 4 Nages
50 Dos
100 Brasse
Récompenses des finales

50 Nage libre
100 Papillon
Récompenses des finales

Relais 4 x 50 Nage libre Mixtes (Benjamins 1 et 2 confondus)
Récompenses

CHAMPIONNATS DE NORMANDIE DE PRINTEMPS - BENJAMINS

GRILLE DES TEMPS DE QUALIFICATIONS - TOUS BASSINS

EPREUVES	Benjamines		Benjamins	
	Dames 12 ans 2011	Dames 13 ans 2010	Messieurs 13 ans 2010	Messieurs 14 ans 2009
50 NAGE LIBRE	37.10	35.67	34.25	32.93
100 NAGE LIBRE	1.19.63	1.16.57	1.13.55	1.10.72
400 NAGE LIBRE	5.59.75	5.45.91	5.33.03	5.20.22
50 DOS	45.21	43.47	46.26	44.48
100 DOS	1.39.83	1.35.98	1.36.01	1.32.31
50 BRASSE	51.82	49.82	51.61	49.62
100 BRASSE	1.48.91	1.44.72	1.48.41	1.44.25
50 PAPILLON	47.96	46.12	44.26	42.56
100 PAPILLON	1.51.74	1.47.44	1.38.67	1.34.87
100 4 NAGES	1.39.85	1.36.01	1.33.83	1.30.22
200 4 NAGES	3.25.77	3.17.86	3.09.74	3.02.45