

## WEB-CONFRONT@TION BENJAMINES DE L'OUEST

Date	Samedi 1er et Dimanche 2 juillet 2023		
Bassin	50 m x 8 lignes	extraNat	Engagements du 21 au 28 juin 2023
Catégorie	♀ Benjamines : 12 & 13 ans (2011 et 2010)	Lieu	SAINT-MALO
	♂ Benjamins : 13 & 14 ans (2010 et 2009)		
Note	Compétition qualificative aux championnats de France Benjamins Engagements à effectuer et à régler sur extraNat Centre-Val de Loire Tarifs des engagements : 9 € (par épreuve individuelle)		

Date	Samedi 1er juillet	Dimanche 2 juillet
Ouverture des portes	08h00	08h00
Début des épreuves	09h15	09h15
Épreuves	800 NAGE LIBRE Filles (benjamines 13 ans uniquement)	800 NAGE LIBRE Garçons (benjamins 14 ans uniquement)
	50 DOS Garçons	50 DOS Filles
	200 DOS Filles	200 DOS Garçons
	200 4 NAGES Garçons	200 4 NAGES Filles
	100 BRASSE Filles	100 BRASSE Garçons
	100 PAPILLON Garçons	100 PAPILLON Filles
	100 NAGE LIBRE Filles	100 NAGE LIBRE Garçons
Ouverture des portes	14h00	14h00
Début des épreuves	15h15	15h00
Epreuves	400 NAGE LIBRE Filles	400 NAGE LIBRE Garçons
	100 DOS Garçons	100 DOS Filles
	200 PAPILLON Filles (benjamines 13 ans uniquement)	200 PAPILLON Garçons (benjamins 14 ans uniquement)
	200 NAGE LIBRE Garçons	200 NAGE LIBRE Filles
	50 NAGE LIBRE Filles	50 NAGE LIBRE Garçons
	200 BRASSE Garçons	200 BRASSE Filles
	400 4 NAGES Filles (benjamines 13 ans uniquement)	400 4 NAGES Garçons (benjamins 14 ans uniquement)
	50 PAPILLON Garçons	50 PAPILLON Filles
	50 BRASSE Filles	50 BRASSE Garçons
	1500 NAGE LIBRE Garçons (benjamins 14 ans uniquement)	1500 NAGE LIBRE Filles (benjamines 13 ans uniquement)

◆ **Modalités de participation :**

- **Compétition réservée uniquement aux nageurs licenciés dans l'interrégion Ouest**
- **Les qualifiés à cette web-confrontation Benjaminines de l'Ouest ne sont pas autorisés à participer au niveau régional ou départemental de la juridiction de leur club d'appartenance**
- Cette compétition est ouverte à tous les nageurs Benjaminins (filles 12-13 ans, garçons 13-14 ans) sous condition d'avoir réalisé les temps de la grille de qualification en bassin de 25 ou de 50 mètres durant la période du 1<sup>er</sup> janvier 2022 au 25 juin 2023 à partir des performances enregistrées dans la base.
- UNE (1) épreuve complémentaire est autorisée
- Les séries seront nagées classement au temps. Rappel, le port des vêtements techniques (homologués WORLD AQUATICS) n'est pas autorisé pour la catégorie Benjaminines.

◆ **Grille de qualification :**

Cette grille a été élaborée de la façon suivante : performances du 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 25 juin 2022

- Epreuves de spécialité : la 32<sup>ème</sup> performance sur les 50 et 100, la 24<sup>ème</sup> sur les 200
- Epreuves de nage libre : la 40<sup>ème</sup> performance sur le 50, la 48<sup>ème</sup> sur le 100, la 32<sup>ème</sup> sur le 200, la 24<sup>ème</sup> sur le 400, la 16<sup>ème</sup> sur le 800 et la 8<sup>ème</sup> sur le 1500
- Epreuves de 4 nages : la 32<sup>ème</sup> performance sur le 200 et la 16<sup>ème</sup> sur le 400

◆ **Récompenses :**

- Les trois premiers de chaque épreuve seront récompensés
- Les vainqueurs de chaque podium se verront attribué le titre de Champion de l'Ouest Benjaminins.

## Performances à réaliser en bassin de 25 mètres

<b>FILLES</b>			<b>GARÇONS</b>	
Benjaminines 1 12 ans (2011)	Benjaminines 2 13 ans (2010)	Épreuves	Benjaminins 1 13 ans (2010)	Benjaminins 2 14 ans (2009)
00:33.86	00:30.62	50 NAGE LIBRE	00:30.72	00:27.29
01:16.88	01:07.80	100 NAGE LIBRE	01:08.19	01:00.11
02:44.90	02:26.83	200 NAGE LIBRE	02:25.56	02:10.66
05:41.83	05:09.17	400 NAGE LIBRE	05:08.84	04:39.47
12:02.67	10:36.06	800 NAGE LIBRE	11:04.17	09:41.94
20:57.06	21:17.64	1500 NAGE LIBRE	20:25.52	18:13.02
00:40.24	00:35.59	50 DOS	00:35.39	00:31.65
01:26.51	01:17.59	100 DOS	01:18.00	01:09.91
03:07.07	02:44.99	200 DOS	02:50.27	02:30.40
00:44.15	00:39.80	50 BRASSE	00:40.90	00:35.33
01:35.12	01:27.34	100 BRASSE	01:29.14	01:16.64
03:26.54	03:06.81	200 BRASSE	03:11.39	02:46.86
00:38.24	00:33.70	50 PAPILLON	00:33.88	00:29.66
01:31.60	01:18.29	100 PAPILLON	01:18.69	01:08.00
03:21.40	03:04.34	200 PAPILLON	03:13.86	02:39.07
03:02.33	02:46.98	200 4 NAGES	02:47.51	02:30.58
06:32.40	05:46.72	400 4 NAGES	05:59.46	05:14.77

## Performances à réaliser en bassin de 50 mètres

<b>FILLES</b>			<b>GARÇONS</b>	
Benjamines 1 12 ans (2011)	Benjamines 2 13 ans (2010)	Épreuves	Benjamins 1 13 ans (2010)	Benjamins 2 14 ans (2009)
00:34.56	00:31.32	50 NAGE LIBRE	00:31.42	00:27.99
01:18.08	01:09.00	100 NAGE LIBRE	01:09.69	01:01.61
02:47.80	02:29.73	200 NAGE LIBRE	02:29.16	02:14.26
05:48.03	05:15.37	400 NAGE LIBRE	05:16.54	04:47.17
12:15.57	10:48.96	800 NAGE LIBRE	11:20.07	09:57.84
21:21.56	21:42.14	1500 NAGE LIBRE	20:55.72	18:43.22
00:41.54	00:36.89	50 DOS	00:36.89	00:33.15
01:28.81	01:19.89	100 DOS	01:21.00	01:12.91
03:12.47	02:50.39	200 DOS	02:57.17	02:37.30
00:44.85	00:40.50	50 BRASSE	00:42.00	00:36.43
01:37.02	01:29.24	100 BRASSE	01:31.64	01:19.14
03:31.04	03:11.31	200 BRASSE	03:17.29	02:52.76
00:38.84	00:34.30	50 PAPILLON	00:34.58	00:30.36
01:33.00	01:19.69	100 PAPILLON	01:20.09	01:09.40
03:24.70	03:07.64	200 PAPILLON	03:17.16	02:42.37
03:05.73	02:50.38	200 4 NAGES	02:51.61	02:34.68
06:39.90	05:54.22	400 4 NAGES	06:08.46	05:23.77