

MEETING NATIONAL DU GRAND OUEST

Date	Vendredi 20, Samedi 21 et Dimanche 22 décembre 2024		
Bassin	50 m x 8 lignes	extraNat	Engagements du 10 au 17 décembre 2024
Catégorie	♀ 14 ans & plus (2010 et avant)	Lieu	TOURS
	♂ 14 ans & plus (2010 et avant)		
Note	Compétition qualificative aux CF Elite Engagements à effectuer et à régler sur extraNat Centre-Val de Loire Tarifs des engagements : 9 € (par épreuve individuelle), 18 € (par relais)		

Vendredi 20 décembre		Samedi 21 décembre		Dimanche 22 décembre	
		OP : 07h30 DE : 09h00		OP : 07h30 DE : 09h00	
<i>OP = Ouverture des portes</i> <i>DE = Début des épreuves</i> <i>D = Dames</i> <i>M = Messieurs</i> <i>J1-J2 = Juniors 1 & 2</i> <i>J3-J4-S = Juniors 3 & 4, Séniors</i>		SÉRIES	200 NAGE LIBRE D & M	SÉRIES	400 4 NAGES M & D
			100 BRASSE D & M		200 DOS M & D
			200 PAPILLON D & M		100 PAPILLON M & D
			200 4 NAGES D & M		400 NAGE LIBRE M & D
			100 DOS D & M		200 BRASSE M & D
			800 NL D & M (premières séries)		100 NAGE LIBRE M & D
OP : 13h30 DE : 15h00		OP : 14h30 DE : 16h00		OP : 14h00 DE : 15h30	
SÉRIES	50 NAGE LIBRE D & M	S	800 NL D & M (séries finales)	FINALES A	400 4 NAGES M & D (J1-J2) 400 4 NAGES M & D (J3-J4-J5-S)
	50 BRASSE D & M	FINALES A	200 NL D & M (J1-J2) 200 NAGE LIBRE D & M (J3-J4-J5-S)		200 DOS M & D (J1-J2) 200 DOS M & D (J3-J4-J5-S)
	50 DOS D & M		100 BRASSE D & M (J1-J2) 100 BRASSE D & M (J3-J4-J5-S)		100 PAPILLON M & D (J1-J2) 100 PAPILLON M & D (J3-J4-J5-S)
	50 PAPILLON D & M		200 PAPILLON D & M (J1-J2) 200 PAPILLON D & M (J3-J4-J5-S)		400 NL M & D (J1-J2) 400 NL M & D (J3-J4-J5-S)
	1500 NAGE LIBRE D & M (*)		200 4 NAGES D & M (J1-J2) 200 4 NAGES D & M (J3-J4-J5-S)		200 BRASSE M & D (J1-J2) 200 BRASSE M & D (J3-J4-J5-S)
50 NL D & M (J1-J2) 50 NL D & M (J3-J4-J5-S)	100 DOS D & M (J1-J2) 100 DOS D & M (J3-J4-J5-S)		100 NL M & D (J1-J2) 100 NL M & D (J3-J4-J5-S)		
FINALES A	50 BRASSE D & M (J1-J2) 50 BRASSE D & M (J3-J4-J5-S)				
	50 DOS D & M (J1-J2) 50 DOS D & M (J3-J4-J5-S)				
	50 PAPILLON D & M (J1-J2) 50 PAPILLON D & M (J3-J4-J5-S)				

◆ Modalités de participation :

- Meeting national qualificatifs aux championnats de France Elite et par catégories
- Cette compétition est ouverte à tous les nageurs Juniors et Séniors (filles 14 ans et plus, garçons 14 ans et plus) 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^{er} janvier 2023 au 17 décembre 2024 à partir des performances enregistrées dans la base extraNat.
- Deux épreuves complémentaires sont autorisées.
- Les séries seront nagées toutes catégories confondues et classement au temps.

◆ Organisation des finales :

- Deux finales sur les épreuves de 50, 100, 200 et 400 mètres :
 - Finales A « Espoirs » (Juniors 1 & 2 : Filles 14-15 ans, Garçons 15-16 ans)
 - Finales A « Relève » (Juniors 3, 4 et séniors : Filles 16 ans et plus, Garçons 17 ans et plus)
- Pour les 800 Nage Libre organisation en premières séries et série finales toutes catégories confondues
- Pour les 1500 Nage Libre séries toutes catégories.

◆ Récompenses :

- Pour les épreuves de 50, 100, 200 et 400 mètres, les trois premiers des finales A.
- Pour les épreuves 800, 1500 Nage Libre à l’issue des séries les 3 premiers de la catégorie « Espoirs » (Juniors 1, 2) et les 3 premiers de la catégorie « Relève » (Juniors 3, 4, 5 & Seniors).

Performances à réaliser en bassin de 25 mètres

DAMES						MESSIEURS				
Catégorie « Espoirs »		Catégorie « Relève »				Catégorie « Espoirs »		Catégorie « Relève »		
Juniors 1 14 ans (2010)	Juniors 2 15 ans (2009)	Juniors 3 16 ans (2008)	Juniors 4 17 ans (2007)	Juniors 5 Séniors 18 ans & + (2006 et -)		Juniors 1 14 ans (2010)	Juniors 2 15 ans (2009)	Juniors 3 16 ans (2008)	Juniors 4 17 ans (2007)	Juniors 5 Séniors 18 ans & + (2006 et -)
00:30.63	00:30.14	00:29.50	00:28.58	00:28.29	50 NL	00:28.09	00:27.38	00:26.50	00:26.19	00:25.54
01:07.19	01:05.53	01:04.25	01:02.97	01:02.33	100 NL	01:02.92	00:59.82	00:57.72	00:57.37	00:55.75
02:25.80	02:22.58	02:19.33	02:17.21	02:15.81	200 NL	02:17.57	02:10.28	02:05.38	02:03.72	02:01.74
05:05.68	04:57.04	04:52.42	04:44.76	04:41.85	400 NL	04:52.11	04:36.70	04:26.37	04:21.52	04:17.53
10:25.46	10:12.15	09:57.77	09:45.73	09:39.74	800 NL	09:49.60	09:36.93	09:12.76	09:02.73	08:54.82
20:28.32	19:54.73	19:17.48	18:39.34	18:27.90	1500 NL	18:29.90	18:06.82	17:51.55	17:15.20	17:07.29
00:34.48	00:33.42	00:33.21	00:32.23	00:31.90	50 DOS	00:32.24	00:30.92	00:29.71	00:29.48	00:28.60
01:14.96	01:13.29	01:12.64	01:10.66	01:09.92	100 DOS	01:11.34	01:06.89	01:04.20	01:03.43	01:02.01
02:43.76	02:36.88	02:35.41	02:32.23	02:30.64	200 DOS	02:30.91	02:25.25	02:19.32	02:17.85	02:14.40
00:39.25	00:38.68	00:37.28	00:36.28	00:35.92	50 BRA	00:36.57	00:34.32	00:33.32	00:32.40	00:31.86
01:25.60	01:24.05	01:22.05	01:19.78	01:18.96	100 BRA	01:21.40	01:16.29	01:14.11	01:11.67	01:10.16
03:04.51	02:59.44	02:56.18	02:52.24	02:50.47	200 BRA	02:54.60	02:49.25	02:40.12	02:34.83	02:32.76
00:32.83	00:31.92	00:31.30	00:30.57	00:30.26	50 PAP	00:31.46	00:29.09	00:28.49	00:27.69	00:27.30
01:14.16	01:12.39	01:09.86	01:08.29	01:07.59	100 PAP	01:11.89	01:05.59	01:02.75	01:01.86	01:00.42
02:47.81	02:43.10	02:37.96	02:34.25	02:32.67	200 PAP	02:35.92	02:27.19	02:23.01	02:19.46	02:16.44
02:46.90	02:42.33	02:39.73	02:35.40	02:33.80	200 4N	02:35.12	02:26.67	02:23.86	02:19.90	02:18.16
05:51.48	05:39.70	05:34.13	05:26.61	05:23.27	400 4N	05:25.90	05:13.15	05:04.84	05:00.64	04:55.47

Performances à réaliser en bassin de 50 mètres

DAMES						MESSIEURS				
Catégorie « Espoirs »		Catégorie « Relève »				Catégorie « Espoirs »		Catégorie « Relève »		
Juniors 1 14 ans (2010)	Juniors 2 15 ans (2009)	Juniors 3 16 ans (2008)	Juniors 4 17 ans (2007)	Juniors 5 Séniors 18 ans & + (2006 et -)		Juniors 1 14 ans (2010)	Juniors 2 15 ans (2009)	Juniors 3 16 ans (2008)	Juniors 4 17 ans (2007)	Juniors 5 Séniors 18 ans & + (2006 et -)
00:31.33	00:30.84	00:30.20	00:29.28	00:28.99	50 NL	00:28.79	00:28.08	00:27.20	00:26.89	00:26.24
01:08.39	01:06.73	01:05.45	01:04.17	01:03.53	100 NL	01:04.42	01:01.32	00:59.22	00:58.87	00:57.25
02:28.70	02:25.48	02:22.23	02:20.11	02:18.71	200 NL	02:21.17	02:13.88	02:08.98	02:07.32	02:05.34
05:11.88	05:03.24	04:58.62	04:50.96	04:48.05	400 NL	04:59.81	04:40.40	04:34.07	04:29.22	04:25.23
10:38.36	10:25.05	10:10.67	09:58.63	09:52.64	800 NL	10:05.50	09:52.83	09:28.66	09:18.63	09:10.72
20:52.82	20:19.23	19:41.98	19:03.84	18:52.40	1500 NL	19:00.00	18:37.02	18:21.75	17:45.30	17:37.49
00:35.78	00:34.72	00:34.51	00:33.53	00:33.20	50 DOS	00:33.73	00:32.42	00:31.21	00:30.98	00:30.10
01:17.26	01:15.59	01:14.94	01:12.96	01:12.22	100 DOS	01:14.34	01:09.89	01:07.20	01:06.43	01:05.01
02:49.16	02:42.28	02:40.81	02:37.63	02:36.04	200 DOS	02:37.81	02:32.15	02:26.22	02:24.75	02:21.30
00:39.95	00:39.38	00:37.98	00:36.98	00:36.62	50 BRA	00:37.68	00:35.42	00:34.42	00:33.50	00:32.96
01:27.50	01:25.95	01:23.95	01:21.68	01:20.86	100 BRA	01:23.90	01:18.79	01:16.61	01:14.17	01:12.66
03:09.01	03:03.94	03:00.68	02:56.74	02:54.97	200 BRA	03:00.50	02:55.15	02:46.02	02:40.73	02:38.66
00:33.43	00:32.52	00:31.90	00:31.17	00:30.86	50 PAP	00:32.16	00:29.79	00:29.19	00:28.39	00:28.00
01:15.56	01:13.79	01:11.26	01:09.69	01:08.99	100 PAP	01:13.29	01:06.99	01:04.15	01:03.26	01:01.82
02:51.11	02:46.40	02:41.26	02:37.55	02:35.97	200 PAP	02:38.69	02:30.49	02:26.31	02:22.76	02:19.74
02:50.30	02:45.73	02:43.13	02:38.80	02:37.20	200 4N	02:39.22	02:30.77	02:27.96	02:24.00	02:22.26
05:58.98	05:47.20	05:41.63	05:34.11	05:30.77	400 4N	05:34.90	05:22.15	05:13.84	05:09.64	05:04.47