

Dimanche 14 avril 2024

COUPE DE NORMANDIE DES DEPARTEMENTS AVENIRS

COUTANCES
Compétition d'animation

PREAMBULE

En amont du programme benjamins, il est proposé un programme pour les Avenirs, un parcours qui se veut progressif et complémentaire. C'est pourquoi, en parallèle de la Coupe de l'Ouest des départements pour les Benjamins, nous mettons en place une Coupe de Normandie des Départements pour les Avenirs

Combinaison Interdite, seul le maillot de bain est autorisé.

CATEGORIES

AVENIRS

2013 et après pour les filles
2013 et après pour les garçons

MODALITES D'ACCES

- ☛ Equipes composées de 8 nageurs d'un même sexe, par département
- ☛ Chaque département peut engager au maximum 2 équipes filles et 2 équipes garçons.
- ☛ L'organisateur se réserve le droit de modifier le programme.

ENGAGEMENTS

☛ Sur **EXTRANAT** jusqu'au **Lundi 8 avril 2024**

☛ Forfait de **30.00 €** par équipe

☛ **Frais de dossier : 50€** par demi-journée (voir règlement financier 2024)

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

EPREUVES

Dames et Messieurs

Nage libre : 100 – 200
Papillon : 50
Dos : 50 - 100
Brasse : 50 - 100
4 Nages : 100
Relais : 4 x 50 4 Nages – 8 x 50 Nage Libre

MODALITES

Chaque équipe présente **obligatoirement** :

- ☛ un nageur par épreuve individuelle
- ☛ deux relais 4 x 50 4 nages.
- ☛ un relais 8 x 50 nage libre

Un nageur doit nager une épreuve individuelle et les deux relais.

CLASSEMENT

Classement à l'addition des points par équipes comprenant:

- ☛ les 8 épreuves individuelles
- ☛ les 3 relais

RECOMPENSES

- ☛ 3 premières équipes filles – Coupes et médailles
- ☛ 3 premières équipes garçons – Coupes et médailles

PROGRAMME

DIMANCHE 14 AVRIL 2024

Ouverture des portes : 13h00

Début des épreuves : 14h00

8 x 50 Nage libre

Pause

50 Papillon

50 Dos

50 Brasse

200 Nage libre

100 4 Nages

100 Dos

100 Brasse

100 Nage libre

Pause

4 x 50 4 Nages