

CHAMPIONNAT INTER REGIONAL HIVER 25 m	
Date : du vendredi 21 décembre au dimanche 23 décembre 2012	
Bassin : 25 m x 20	Lieu : RENNES (Bréquigny)
Engagements extranat du 9 au 17 décembre 2012	

Engagement : 9 € - relais : 11 €

à verser au comité régional d'origine

Programme	Vendredi 21 décembre		Samedi 22 décembre		Dimanche 23 décembre	
Ouverture des portes	7 h 00	15 h 30	7 h 00	15 h 30	7 h 00	14 h 00
Début des épreuves	8 h 30	16 h 30	8 h 30	16 h 30	8 h 30	15 h 00
Type d'épreuve	Séries	Finales	Séries	Finales	Séries	Finales
Épreuves	800 NL Dames séries lentes	800 NL Dames série rapide	1500 NL Dames séries lentes	1500 NL Dames série rapide	400 NL séries lentes	400 NL série rapide
	1500 NL Mes séries lentes	1500 NL Mes série rapide	800 NL Mess séries lentes	800 NL Mess série rapide	200 PAPILLON	200 PAPILLON
	50 NL	50 NL	100 DOS	100 DOS	50 DOS	50 DOS
	200 DOS	200 DOS	200 BRASSE	200 BRASSE	50 BRASSE	50 BRASSE
	100 BRASSE	100 BRASSE	50 PAPILLON	50 PAPILLON	200 4 NAGES	200 4 NAGES
	100 PAPILLON	100 PAPILLON	200 NL	200 NL	100 NL	100 NL
			400 4 NAGES séries lentes	400 4 NAGES série rapide		
	RELAIS 4 x 50 NL		RELAIS 4 x 50 4N			

Réunion technique le jeudi 20 décembre à 18 h 30

QUALIFICATION :

Sont qualifiés sur les épreuves de leur choix, à l'exception des nageurs qualifiés aux championnats de France 25 m, les nageurs de série interrégionale et les nageurs de séries « excellence nationale » par année d'âge 14 à 18 ans à l'issue de la saison 2011/2012. Ceux-ci ne sont pas limités en nombre d'épreuves.

Peuvent participer également les nageurs qualifiés à l'issue des championnats régionaux d'hiver en bassin de 25 m, ce uniquement sur les épreuves où les temps de qualification ont été réalisés.

PROGRAMME :

Les séries seront nagées toutes catégories confondues avec finales A, B et C toutes catégories, à l'exception des 400 NL, 400 4 nages, 800 et 1500 NL nagées séries lentes le matin et série rapide l'après midi.

RECOMPENSES :

Les trois premiers nageurs de chaque épreuve seront récompensés.

RELAIS :

Chaque club ayant 2 nageurs qualifiés peut engager un relais. Chaque club ayant six nageurs qualifiés peut engager deux relais.

JURY :

Chaque club ayant au moins 5 nageurs qualifiés doit fournir un officiel.

DAMES	GRILLES DE QUALIFICATIONS CHAMPIONNATS INTERREGIONAUX 25 METRES					
	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18/19/20 ans	21 ans et plus
	Performances de qualification	Performances de qualification	Performances de qualification	Performances de qualification	Performances de qualification	Performances de qualification
50 NL	0:31.11	0:30.70	0:30.12	0:29.85	0:29.58	0:28.19
100 NL	1:08.17	1:07.28	1:06.01	1:05.41	1:04.41	1:01.76
200 NL	2:28.55	2:26.61	2:23.84	2:22.55	2:20.36	2:14.60
400 NL	5:12.42	5:08.35	5:02.52	4:59.80	4:55.18	4:43.07
800 NL	10:43.32	10:34.92	10:22.90	10:17.30	10:07.78	9:42.81
1500 NL	20:12.86	19:57.03	19:34.36	19:23.81	19:05.87	18:18.80
50 Dos	0:35.66	0:35.19	0:34.53	0:34.23	0:33.70	0:32.33
100 Dos	1:17.46	1:16.45	1:15.01	1:14.34	1:13.20	1:10.21
200 Dos	2:45.94	2:43.79	2:40.70	2:39.27	2:36.82	2:30.42
50 Bra.	0:39.32	0:38.80	0:38.07	0:37.73	0:37.15	0:35.63
100 Bra.	1:26.56	1:25.43	1:23.82	1:23.07	1:21.79	1:18.44
200 Bra.	3:05.22	3:02.79	2:59.33	2:57.71	2:54.96	2:47.76
50 Pap.	0:32.96	0:32.53	0:31.92	0:31.63	0:31.15	0:29.88
100 Pap.	1:14.88	1:13.91	1:12.52	1:11.87	1:10.77	1:07.89
200 Pap.	2:44.60	2:42.46	2:39.41	2:37.99	2:35.57	2:29.23
200 4 N.	2:47.39	2:45.21	2:42.09	2:40.64	2:38.18	2:31.71
400 4 N.	5:52.60	5:48.01	5:41.43	5:38.37	5:33.16	5:19.51

MESSIEURS	GRILLES DE QUALIFICATIONS CHAMPIONNATS INTERREGIONAUX 25 METRES					
	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18/19/20 ans	21 ans et plus
	Performances de qualification	Performances de qualification	Performances de qualification	Performances de qualification	Performances de qualification	Performances de qualification
50 NL	0:28.63	0:28.15	0:27.06	0:26.47	0:25.98	0:24.64
100 NL	1:03.17	1:02.12	0:59.71	0:58.41	0:57.31	0:54.36
200 NL	2:19.82	2:17.50	2:12.17	2:09.31	2:06.87	2:00.34
400 NL	4:56.98	4:52.04	4:40.70	4:34.62	4:29.45	4:15.55
800 NL	10:14.90	10:04.66	9:41.16	9:28.57	9:17.85	8:49.05
1500 NL	19:37.15	19:17.55	18:32.60	18:08.50	17:47.99	16:52.89
50 Dos	0:33.38	0:32.83	0:31.57	0:30.89	0:30.31	0:28.76
100 Dos	1:12.05	1:10.86	1:08.12	1:06.65	1:05.40	1:02.05
200 Dos	2:37.26	2:34.65	2:28.68	2:25.48	2:22.75	2:15.43
50 Bra.	0:36.52	0:35.92	0:34.53	0:33.78	0:33.15	0:31.44
100 Bra.	1:19.05	1:17.74	1:14.72	1:13.10	1:11.72	1:08.02
200 Bra.	2:52.18	2:49.30	2:42.70	2:39.17	2:36.16	2:28.07
50 Pap.	0:31.24	0:30.72	0:29.53	0:28.90	0:28.36	0:26.90
100 Pap.	1:09.82	1:08.67	1:06.02	1:04.60	1:03.39	1:00.15
200 Pap.	2:35.05	2:32.49	2:26.60	2:23.45	2:20.77	2:13.56
200 4 N.	2:37.09	2:34.49	2:28.51	2:25.30	2:22.57	2:15.24
400 4 N.	5:34.60	5:29.04	5:16.28	5:09.44	5:03.62	4:47.98