

Présence d'un stand



Récompense de la meilleure cotation
dames et messieurs

Des cadeaux pour tous !
De la bonne humeur !

Venez vous rafraichir à la
buvette des Requins !!



Catégories d'âges

- | | |
|--------------------|---------------------|
| - C1 : 1984 à 1988 | - C8 : 1948 à 1952 |
| - C2 : 1978 à 1982 | - C9 : 1943 à 1947 |
| - C3 : 1973 à 1977 | - C10 : 1938 à 1942 |
| - C4 : 1968 à 1972 | - C11 : 1933 à 1937 |
| - C5 : 1963 à 1967 | - C12 : 1928 à 1932 |
| - C6 : 1958 à 1962 | - C13 : 1923 à 1927 |
| - C7 : 1953 à 1957 | - C14 : 1918 à 1922 |

Relais : addition des âges des relayeurs

- R1 : 100 à 119 ans
R2 : 120 à 159 ans
R3 : 160 à 199 ans
R4 : 200 à 239 ans
R5 : 240 à 279 ans
R6 : 280 à 319 ans
R7 : 320 et plus

Droits d'engagements :

- Frais dossier 15 euros (Pour les clubs ne présentant pas le nombre d'officiels requis),
- Épreuves individuelles 5€/épreuve
- Relais 8€/relais
- Relais de la convivialité samedi soir gratuit
- Chèques à l'ordre de FFN seine Maritime

IIème CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL OPEN



11 ET 12 MAI 2013

**Qualificatif championnats de
France, Europe et Monde**

**Centre Aquatique Alex Jany
Grand Couronne, Seine Maritime**

Bassin 50 m 8 couloirs

*Organisé par le Comité départemental de Seine-Maritime
et le club des Requins Couronnais
avec le concours de la ville de Grand Couronne*

Samedi 11 Mai

Ouverture 14h30 Début des épreuves 15h15

Relais 4 X 50 NL mixte

400 NL

50 dos

100 brasse

200 pap

Relais 4 X 50 NL dames et messieurs

100 dos

200 4N

50 NL

Relais 4 X 50 4N mixte

Relais de la convivialité, lot aux relayeurs gagnants

1500 NL

Pot de l'amitié

offert par le CD 76

Dimanche 12 Mai

Ouverture 13h00 Début des épreuves: 13h45

Relais 4 X 50 4N dames et messieurs

400 4N

200 dos

50 pap

200 brasse

200 NL

50 brasse

100 pap

100 NL

Remise des récompenses

Règlement

- Chronométrage manuel, bassin de 50m homologué avec bassin de récupération
- Les séries du 400 NL et du 1500 NL (max 45 mn) pourront être doublées en fonction du nombre de participants
- Les relais mixtes doivent être composés de 2 messieurs et 2 dames. Seuls les 1ers relais seront récompensés.
- Les engagements doivent être transmis par EXTRANAT (www.extranat.fr) avant le **samedi 4 mai 2013 minuit**. Les bons de commande des engagements validés doivent être envoyés avec le chèque à l'ordre de FFN Seine Maritime, à Madame Christine Mignot, 5 rue des Bons, 27350 HAUVILLE avant le **8 mai 2013**
- Chaque club doit fournir un officiel pour 5 nageurs (Noms notés sur le bon de commande)
- Start-lists disponibles à partir du 4 mai sur le site du comité de Seine-Maritime
- **Le nombre d'engagements par nageur est libre**. Seront comptabilisées, pour la remise des récompenses finales, **les 3 meilleures cotations de chaque nageur**. **Les 3 premiers de chaque catégorie maître seront récompensés**
- Les forfaits sont à déclarer avant le **mercredi 8 mai à ffn_76@orange.fr**

Pour reprendre des forces...

Quelques adresses pour dormir

- **CAMPANILE Rouen sud parc expo**
(5km, à partir de 41€)
Chemin Mare aux sangsues à St Etienne du Rouvray
Tél. 02 35 64 04 16
- **HOTEL FORMULE 1 Rouen sud**
(6km, à partir de 31€)
25 rue des Canadiens à St Etienne du Rouvray
Centrale de réservation 08 91 70 53 74
- **ETAP HOTEL Sud Zenith**
(5km, à partir de 45€)
29 av Maryse Bastie à St Etienne du Rouvray
Centrale de réservation 08 92 68 05 62
- **HOTEL PREMIERE CLASSE Rouen Sud**
(6 km, à partir de 37€)
Av des Canadiens, St Etienne du Rouvray
Tél. 02 35 64 11 48

