

CHAMPIONNATS DE NORMANDIE LONGUES DISTANCES « INDOOR »

Date : Dimanche 12 Janvier 2014	Lieu : GRAND COURONNE
Date limite engagements : Le Mercredi 8 Janvier 2014 (minuit)	Bassin couvert : 50 m x 8 couloirs

Présentation : Championnats longues distances.
Qualificatif pour les Championnats de France des 5 Km

Catégories : Benjamins 2 / Minimes
Cadets
Juniors / Séniors

Les benjamins 2 ont accès à cette compétition sur le 3 Km uniquement à partir d'un temps réalisé sur 1500 NL, tous bassins, base FFN, depuis le 16/09/2012 : temps limite 23'00'' chez les filles et 22'45'' chez les garçons.

Epreuves et règlement :

3 KM Benjamins / minimes.	Grille de temps : 50'.	<i>Au-delà de 55' arrêt de la course</i>
5 KM Minimes	Grille de temps : 1h15	} <i>Au-delà de 1h20 arrêt de la course</i>
Cadets	Grilles de temps : 1h12	
Juniors	Grille de temps : 1h10	
Séniors	Grille de temps : 1h10	
Maîtres	Grille de temps : 1h15	

Séries Mixtes, 4 nageurs maxi par lignes, départ toute les 15''

Récompenses : 3 premiers Par catégorie, par épreuve.

Les nageurs de nationalité étrangère ainsi que les nageurs licenciés dans un club hors région Normandie seront récompensés dans un classement open

Jury : le Comité Régional de Normandie, le Comité Départemental d'accueil de la manifestation, **les clubs engagés** s'engagent à s'organiser afin d'avoir un nombre d'officiels nécessaires.

Tarifs des engagements : 10 € par course (ravitaillement offert)

Modalités d'engagements : sont autorisés à participer :

- ☒ Tous nageurs licenciés à la FFN pour la saison 2013 / 2014
- ☒ Tous les nageurs possédant le niveau de la grille de temps

PROGRAMME :

Dimanche 12 Janvier 2014
Après-midi
<u>Ouverture des portes 12 h 00</u>
<u>Début des épreuves 13 h 30</u>
☒ 3 Km benjamins 2 / minimes (1 série)
☒ 5 Km toutes catégories (3 séries maxi)

Engagements accompagnés des droits d'engagements à adresser au :
Comité Régional de Normandie - Péricentre 4 – 147 rue de la Délivrande – 14000 CAEN

