






LIGUE REGIONALE DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE

CHAMPIONNAT REGIONAL HIVER – Bassin 25 m			
	Compétition Qualificative pour les compétitions de L'IRNO de la saison 2019/2020	CHOLET Piscine « GLISSEO »	25 m X 10 couloirs
	Samedi 07 et dimanche 08 décembre 2019		
	Catégories : Filles 14 ans et + / Garçons 15 ans et +	Compétition individuelle	
	Proposition sur www.extranat.fr Dimanche 24/11/19 (0h00) au Dimanche 01/12/19 (23h59)	Tarif : 7.50 €	
	Attention : Si les bons de commande ne sont pas validés sur EXTRANAT avant la fermeture, les droits d'engagements seront multipliés par 2 (dans la limite des droits d'engagements plus 250,00 € d'amende) Si le club n'a pas engagé ses nageurs sur EXTRANAT avant la fermeture, les engagements ne seront pas pris en compte.		

Mode de qualification & conditions d'accès :

- Compétition ouverte :

Aux nageurs ayant réalisé les temps de la grille de qualification Régionale lors de la saison N-1 ou entre le 16/09 & le 24/11/2019 lors des compétitions Labélisées par la Ligue Régionale sur la saison 2019/20.

Compétition non ouverte aux nageurs de la Catégorie « Jeunes ».

8 épreuves MAXIMUM sur la compétition. Une épreuve complémentaire autorisée par nageur dans la limite de 7 plus 1.

Condition d'accès : réaliser le/les temps de qualification(s) de la grille Régionale.

Epreuves :

- **17 Épreuves individuelles :** 50 m nage libre, 100 m nage libre, 200 m nage libre, 400 m nage libre, 800 nage libre, 1500 nage libre, 50 m dos, 100 m dos, 200 m dos, 50 m brasse, 100 m brasse, 200 m brasse, 50 m papillon, 100 m papillon, 200 m papillon, 200 m 4 nages, 400 4 nages.
- **Format de compétition :** classement au temps toutes catégories (*séries uniquement pas de finales*).

PROGRAMME :

SAMEDI 07/12 MATIN 1 ^{ère} REUNION	SAMEDI 07/12 A MIDI 2 ^{ème} REUNION	DIMANCHE 08/12 MATIN 3 ^{ème} REUNION	DIMANCHE 08/12 A MIDI 4 ^{ème} REUNION
Ouverture : 7h45 – Evacuation 9h10 Début des épreuves : 9h15	Ouverture : 14h15 – Evacuation 15h40 Début des épreuves : 15h45	Ouverture : 7h15 – Evacuation 8h40 Début des épreuves : 8h45	Ouverture : 14h00 – Evacuation 15h25 Début des épreuves : 15h30
200 Papillon Dames	Podiums des 3 dernières Épreuves M	200 Papillon Messieurs	Podiums des 3 dernières Épreuves M
100 Papillon Messieurs	100 Dos Dames	100 Papillon Dames	100 Dos Messieurs
200 4 Nages Dames	200 Dos Messieurs	200 4 Nages Messieurs	200 Dos Dames
800 Nage Libre Messieurs	400 4 Nages Dames	800 Nage Libre Dames	400 4 Nages Messieurs
1500 Nage Libre Dames	400 Nage Libre Messieurs	1500 Nage Libre Messieurs	400 Nage Libre Dames
Podiums des 5 premières Épreuves	Podiums des 4 premières Épreuves	Podiums des 5 premières Épreuves	Podiums des 4 premières Épreuves
50 Dos Messieurs/Dames	50 Nage Libre Dames	50 Brasse Dames/Messieurs	50 Nage Libre Messieurs
100 Nage Libre Messieurs	50 Papillon Messieurs	100 Nage Libre Dames	50 Papillon Dames
200 Nage Libre Dames	200 Brasse Dames	200 Nage Libre Messieurs	200 Brasse Messieurs
	100 Brasse Messieurs		100 Brasse Dames
	Podiums des 4 dernières Épreuves AM		Podiums des 4 dernières Épreuves AM

➔ La ligue régionale se réserve le droit de placer, modifier ou supprimer le moment de l'entracte après l'établissement du programme il sera spécifié sur le programme

Récompenses 3 catégories : « JUNIORS 1 & 2 » (1^{ère} et 2^{ème} année juniors) – JUNIORS 3 & 4 (3^{ème} et 4^{ème} année juniors) - SENIORS remises aux pauses prévues pour les cérémonies protocolaires sur la fiche technique ci-dessus

Officiels : Un officiel pour 4 à 9 nageurs et un officiel supplémentaire pour 10 nageurs & au-dessus.

Forfait : Se reporter aux tarifs régionaux.

Frédéric LEGAL – Sept-19 V3



GRILLE DE TEMPS REGIONALE - SAISON 2019/2020

Epreuves	DAMES		
	JUNIORS 1 - 14/15 ans (1ière & 2ème année 2006 & 2005)	JUNIORS 2 16/17 ans (3ème & 4ème année 2004 & 2003)	SENIORS 18 ans & + (2003 et avant)
	SAISON 2019/20	SAISON 2019/20	SAISON 2019/20
50L	32.30	31.40	30.70
100L	1.10.50	1.08.00	1.06.90
200L	2.31.90	2.26.50	2.25.00
400L	5.16.50	5.03.00	4.55.30
800L	10.41.60	10.28.00	10.01.60
1500L	20.52.90	20.08.00	19.09.60
50D	37.40	36.20	35.40
100D	1.19.50	1.17.20	1.15.80
200D	2.52.50	2.44.00	2.42.00
50B	41.10	39.50	38.80
100B	1.30.10	1.26.40	1.24.90
200B	3.12.70	3.05.50	3.02.40
50P	34.80	33.40	32.90
100P	1.17.80	1.14.20	1.13.00
200P	2.54.50	2.44.40	2.42.50
200 4N	2.53.70	2.46.30	2.43.90
400 4N	6.04.30	5.46.70	5.39.10

Epreuves	MESSEURS		
	JUNIORS 1 - 15/16 ans (1ière & 2ème année 2005 & 2004)	JUNIORS 2 17/18 ans (3ème & 4ème année 2003 & 2002)	SENIORS 19 ans & + (2001 et avant)
	SAISON 2019/20	SAISON 2019/20	SAISON 2019/20
50L	29.20	28.00	27.30
100L	1.04.10	1.01.50	59.50
200L	2.18.50	2.13.60	2.10.10
400L	4.51.40	4.35.90	4.31.90
800L	10.10.00	9.42.00	9.25.00
1500L	19.07.00	18.33.00	18.06.00
50D	34.20	32.60	31.50
100D	1.13.00	1.09.60	1.07.60
200D	2.36.70	2.30.50	2.25.60
50B	37.20	34.90	34.30
100B	1.21.90	1.17.40	1.15.60
200B	3.00.40	2.46.60	2.43.50
50P	31.80	30.10	29.20
100P	1.10.20	1.06.70	1.04.50
200P	2.35.00	2.28.50	2.24.30
200 4N	2.35.30	2.30.80	2.27.30
400 4N	5.30.10	5.17.30	5.12.10