






# LIGUE REGIONAL DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE

CHAMPIONNAT REGIONAL ETE – Bassin 50 m			
	Compétition Qualificative pour le Championnat National Open Eté	LAVAL Piscine Saint-Nicolas	50 m x 8 couloirs
	SAMEDI 27 JUIN – DIMANCHE 28 JUIN - & LUNDI 29 JUIN 2020		
	Catégories : Filles (2009) 11 ans et + / Garçons (2008) 12 ans et +	Compétition individuelle	
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> Dimanche 14/06/20 (0h00) au Dimanche 21/06/20 (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'amande) 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 de la Ligue Régionale lors de la saison N-1 ou entre le 16/09/19 & le 14/06/20 lors des compétitions Labélisées par la Ligue Régionale pour la Saison 2019/20.

Compétition ouverte aux nageurs de la Catégorie « Jeunes » qualifiés aux France Jeunes, qui ont participé **OBLIGATOIREMENT** aux 3 étapes des compétitions individuelles régionales les concernant (ou la 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> étape plus le meeting de l'ouest Hiver de Tours du 20 au 22/12/19) et qui ont réalisé leurs temps de qualification aux championnats France Jeunes lors des compétitions Labélisées par la Ligue Régionale pour la Saison 2019/20. 9 épreuves MAXIMUM par nageur sur les 3 jours de compétition. Une épreuve complémentaire autorisée par nageur dans la limite de 8 + 1.

## Épreuves :

- 17 Épreuves individuelles : 50 NL, 100 NL, 200 NL, 400 NL, 800 NL, 1500 NL, 50 D, 100 D, 200 D, 50 BR, 100 BR, 200 BR, 50 P, 100 P, 200 P, 200 m 4N, 400 4N.
- \* Finales : A et B Toutes Catégories peu importe le nombre d'engagé sur l'épreuve et C réservée aux « Juniors 1 & 2 » (juniors 1<sup>ère</sup> & 2<sup>ème</sup> année et jeunes) si plus de 24 engagés sur l'épreuve.
- Pour les 800 m et 1500 m : classement au temps (séries lentes le matin, série rapide l'après-midi).

## PROGRAMME :

SAMEDI matin 27/06/20	SAMEDI après-midi 27/06/20	DIMANCHE matin 28/06/20	DIMANCHE après-midi 28/06/20	LUNDI matin 29/06/20	LUNDI après-midi 29/06/20
<b>OP 8H00 DE 9H30</b>	<b>OP 14H45 DE 16H15</b>	<b>OP 7H30 DE 9H00</b>	<b>OP 14H30 DE 16H00</b>	<b>OP 7H30 DE 9H00</b>	<b>OP 14H15 DE 15H45</b>
100 m PAP D séries	1500 m NL M ( <i>série rapide</i> )	200 m Dos D séries	1500 m NL D ( <i>série rapide</i> )	100 m Pap M séries	800 m NL D ( <i>série rapide</i> )
200 m PAP M séries	100 m Pap D (*Finales C, B, A)	200 m Dos M séries	800 m NL M ( <i>série rapide</i> )	200 m Pap D séries	100 m Pap M (*Finales C, B, A)
400 m NL D séries	200 m Pap M (*Finales C, B, A)	50 m Pap D séries	200 m Dos D (*Finales C, B, A)	400 m NL M séries	200 m Pap D (*Finales C, B, A)
200 m 4N. M séries	400 m NL D (*Finales C, B, A)	50 m Pap M séries	200 m Dos M (*Finales C, B, A)	200 m 4 N D séries	400 m NL M (*Finales C, B, A)
50 m Dos D séries	200 m 4 N M (*Finales C, B, A)	400 m 4 N D séries	50 m Pap D (*Finales C, B, A)	50 m Dos M séries	200 m 4N D (*Finales C, B, A)
100 m Dos M séries	50 m Dos D (*Finales C, B, A)	400 m 4 N M séries	50 m Pap M (*Finales C, B, A)	100 m Dos D séries	50 m Dos M (*Finales C, B, A)
200 m Brasse D séries	<b>Podiums des 6 premières finales</b>	200 m NL D séries	<b>Podiums des 6 premières finales</b>	200 m Brasse M séries	<b>Podiums des 6 premières finales</b>
100 m Brasse M séries	100 m Dos M (*Finales C, B, A)	200 m NL M séries	400 m 4 N D (*Finales C, B, A)	100 m Brasse D – séries	100 m Dos D (*Finales C, B, A)
50 m NL D séries	200 Brasse D (*Finales C, B, A)	50 m Br D séries	400 m 4 N M (*Finales C, B, A)	50 m NL M séries	200 m Brasse M (*Finales C, B, A)
100 m NL M séries	100 Brasse M (*Finales C, B, A)	50 m BrM séries	200 m NL D (*Finales C, B, A)	100 m NL D –séries	100 m Brasse D (*Finales C, B, A)
1500 m NL M (Séries lentes)	50 m NL D (*Finales C, B, A)	1500 m NL D (Séries lentes)	200 m NL M (*Finales C, B, A)	800 m NL D –séries lentes	50 m NL M (*Finales C, B, A)
	100 m NL M (*Finales C, B, A)	800 m NL M (Séries lentes)	50 m Brasse D (*Finales C, B, A)		100 m NL D (*Finales C, B, A)
	<b>Podiums des 5 dernières finales</b>		50 m Brasse M (*Finales C, B, A)		<b>Podiums des 5 dernières finales</b>
			<b>Podiums des 6 dernières finales</b>		

→ La ligue régionale se réserve le droit de placer le moment de(s) l'entracte(s) après l'établissement du programme. Il sera spécifié sur le programme

## Récompenses :

- 1 médaille aux 3 premiers de la Finale A remises aux pauses prévues pour les cérémonies protocolaires sur la fiche technique ci-dessus

**Officiels :** Un officiel pour 4 à 7 nageurs et un officiel supplémentaire pour 8 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