






# LIGUE REGIONALE DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE

## CHAMPIONNAT REGIONAL DES MAITRES – HIVER - BASSIN DE 25 M

 <b>LIGUE DES PAYS DE LA LOIRE</b>	Région : Compétition d'Animation National : Qualificative Champpt de France Hiver 25 m	CHATEAU D'OLONNE – AQUALONNE (85)	25 m -X 6 couloirs
	<b>DIMANCHE 20 JANVIER 2019</b>		
	CATEGORIES : compétition ouverte à tous les nageurs ayant plus de 25 ans (nés en 94 et avant)	Compétition individuelle	
	ENGAGEMENTS : <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du Dimanche 6 Janvier au Dimanche 13 Janvier 2019 – 23 h 59</b> Vos compositions de relais doivent être mises directement sur Extranat lors de vos engagements.	Tarif : Epreuve : 7.50 € Relais 12.00 €	
	Attention : Si les bons de commande ne sont pas validés sur EXTRANAT avant la fermeture, les droits d'engagements seront multipliés par 2. Si le club n'a pas engagé ses nageurs sur extranat avant la fermeture, les engagements ne seront pas pris en compte.		

### PROGRAMME

1 <sup>ère</sup> REUNION	2 <sup>ème</sup> REUNION
<b>Echauffement – 9 h 00 – Début des épreuves : 09 h 45</b>	<b>Echauffement 13 h 45 – Début des épreuves : 14 h 30</b>
200 Dos D/M 400 4 Nages D/M 1500 Libre D/M 100 Papillon D/M 200 Libre D/M 100 Dos D/M 50 Brasse D/M 50 Libre D/M <b>PAUSE DE 10 MN</b> 4 X 50 4 Nages D/M 4 X 50 4 Nages mixte	400 Libre D/M 200 Brasse D/M 200 4 Nages D/M 50 Papillon D/M <b>PAUSE DE 10 MN</b> 100 Brasse D/M 50 Dos D/M 100 Libre D/M 100 4 Nages D/M 200 Papillon D/M <b>PAUSE DE 10 MN</b> 4 X 50 Libre D/M 4 X 50 Libre mixte

La ligue se réserve le droit de modifier ou de supprimer le moment de l'entracte après l'établissement du programme. Il sera spécifié sur le programme\*

### CATEGORIES

**C1** de 25\*\* à 29 ans (\*\* nés en 94)      **C2** de 30 à 34 ans      **C3** de 35 à 39 ans      **C4** de 40 à 44 ans  
**C5** de 45 à 49 ans      **C6** de 50 à 54 ans      **C7** de 55 à 59 ans      **C8** de 60 à 64 ans  
**C9** de 65 à 69 ans      **C10** de 70 à 74 ans      **C11** de 75 à 79 ans      **C12** de 80 à 84 ans  
**C13** de 85 à 89 ans      **C14** de 90 à 94 ans

**RELAIS** : 159 ans et - : 4 H ou 4 F      160 ans à 199 ans : mixte : 2 F / 2 H      200 ans et +

**R1** entre 100 et 119 ans

**R2** entre 120 et 159 ans      **R3** entre 160 et 199 ans

**R4** entre 200 et 239 ans

**R5** entre 240 et 279 ans

**R6** plus de 280 ans

**R7** entre 320 et 359 ans

**R8** 360 ans et plus

### CONDITIONS DE PARTICIPATION

Être licencié à la FFN (Club HIVER) – s'être soumis à un contrôle médical

- **Un nageur pourra participer à 4 épreuves individuelles**
- les relais : un relais maximum par club, par catégories d'âge et par épreuve

### RESULTATS

- Dans chaque catégorie, il y a 1 classement :

Dans chaque épreuve, il y a un classement par catégorie d'âge à la table de cotation.

### RECOMPENSES

**Epreuves individuelles** : 1 nageur ne peut recevoir qu'une médaille sur sa meilleure performance à la table de cotation. Les 3 premiers de chaque catégorie seront récompensés.

**Relais** : 1 médaille à chaque nageur du relais classé 1<sup>er</sup> dans chaque catégorie. (Hommes, Femmes, mixtes)

**OFFICIELS** : 1 officiel pour 4 nageurs+ 1 officiel supplémentaire au dessus de 8 nageurs (un officiel A n'a pas le droit de nager et d'officier)