

# LIGUE REGIONALE DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE

| PRO TOUR BENJAMINS - BASSIN DE 25 M   |  |  |                             |
|---|--|--|-----------------------------|
|  | Compétition Qualificative :  | Lieu : Cholet<br>Piscine : Glisseo                         | Bassin de 25m x 10 couloirs |
|  | <b>DIMANCHE 7 AVRIL 2024</b>   |  |                             |
|  | Catégories d'âge :<br>Benjamins (2011 – 2012)  | Compétition par équipe de 6 nageurs (3 filles / 3 garçons) |                             |
|  | Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a><br>Du mardi 26/03/24 à 0h00 au mardi 2/04/24 à 23h59                                |  | Tarif : 50 €                |
|  | Attention : Si le club n'a pas engagé ses nageurs et payé les engagements sur EXTRANAT avant la fermeture, les engagements ne seront pas pris en compte. |  |                             |

## Mode de qualification & conditions d'accès :

- 6 nageurs par équipes (3 filles / 3 garçons) + 1 remplaçant possible par équipe (il nagera 1x50 au choix)
- 2 équipes maximum par club

## Epreuves :

- **Epreuves individuelles** : 50 NL (tous les nageurs) + 2x50m par nageur et chaque 50m est nagé par 4 nageurs (50 Papillon / 50 Dos / 50 Brasse)
- **Epreuves par équipe** : 6x100 NL mixte / 4x50 4N (2F / 2G) / 6x50 (nage tirée au sort – 50 P / 50 B / 50 CR)

## Programme :

| 1 <sup>ère</sup> REUNION                        | 2 <sup>ème</sup> REUNION                         |
|---|--|
| Ouverture 9H00 – Evacuation 10H10 – Début 10H15 | Ouverture 13H30 – Evacuation 14H40 – Début 14H45 |
| 6x100 NL mixte                                  | 50 NL  |
| <b>Pause 10 minutes</b>                         | <b>Pause 10 minutes</b>                          |
| Nage des remplaçants                            | 50 B   |
| 50 P  | 50 D   |
| 4x50 4N mixte                                   | <b>Pause 10 minutes</b>                          |
|   | 6x50 nage au sort                                |

## Récompenses :

- Médailles + coupe aux 3 premières équipes

**Officiels** : 1 officiel pour 1 équipe engagée

## Règlement :

- Se référer « *Annuel Règlements 2024* »
- S'agissant d'une compétition par équipe, la règle des deux départs s'applique, conformément aux dispositions particulières de la FFN pour l'application des Règlements techniques de la FINA.
- Le classement est établi au cumul des points obtenus à la table de cotation par chaque nageur, les points du relais **ne sont pas doublés**

Léa PINEAU