

Saison 2011/2012

Code Compétition :

REGION : QUALIFICATIVE POUR LES REGIONAUX ETE ET LES MEETINGS REGIONAUX DES PDL

INTER REGION : QUALIFICATIVE POUR LES IRNO HIVER EN 25 M

NATIONALE : QUALIFICATIVE POUR LE CIRCUIT DES MEETINGS NATIONAUX

## Championnat Régional Hiver des P.D.L.

### Samedi 10 et Dimanche 11 Décembre 2011 - LAVAL

#### Piscine Saint-Nicolas (25 m – 6 couloirs)

#### ENGAGEMENTS

↳ Via l'interface ExtraNat – Période d'engagement du 16/11/11 à 0h00 au 01/12/11 à 24h00.

↳ 5.70 € par épreuve individuelle

#### QUALIFICATION INDIVIDUELLE

↳ Il s'agit d'une compétition **TOUTES CATEGORIES**

↳ **Sont autorisés à participer :**

- les nageurs des séries régionales et au dessus

- les nageurs des séries en dessous ayant réalisé un ou plusieurs temps de la grille régionale depuis le 15/09/2011

↳ Les benjamins ne sont pas autorisés à participer

↳ **4 épreuves MAXIMUM** par nageur sur le week-end (2 max par réunion)

↳ Classement au temps pour les 800 et 1500, les meilleures séries du 800 et 1500 libre seront nagées l'après midi

↳ Séries et finales pour les 50 – 100 – 200 – 400

↳ **Catégorie née en 1996 et avant (C, J, et S)** → Finales A et B sur 50 – 100 – 200 – Finale A pour le 400.

↳ **Catégorie Minimes 1997/1998** → Finales A et B sur 50 - 100 – 200 (si 18 engagés) – Finale A sur 400

↳ Les finales Minimes ont lieu avant les finales Cadets / Juniors / Seniors (1996 et avant).

↳ Pour les 800 Dames et 1500 libre Messieurs (sur temps officiellement réalisés) il y aura au maximum 3 séries de chaque.

↳ Pour le 800 libre Messieurs et 1500 libre Dames il y aura une seule série de chaque.

↳ Pour pouvoir s'engager dans ces épreuves il faut impérativement, depuis le début de saison avoir réalisé : un 1500 libre pour les Messieurs et un 800 libre pour les Dames

↳ Les nageurs non retenus seront avisés dans les plus brefs délais.

↳ Un nageur de N1 a le droit de nager en Championnat Régional Hiver **QUE SUR LES EPREUVES OU IL N'EST PAS QUALIFIE EN N1** ( avec le même règlement).

#### \*CATEGORIES

↳ Minimes (1997/1998)

↳ Cadets / Juniors / Séniors confondus (1996 et avant)

#### RECOMPENSES

↳ Pour les épreuves, class. au temps : récompenses après la meilleure série pour chaque catégorie : Minimes et C/J/S confondus

↳ Pour les épreuves avec finales : récompenses pour chaque catégorie\* après les finales A, née en 1996 et avant.

**OFFICIELS** : Un officiel pour 4 nageurs + 1 officiel au-dessus de 10 nageurs.

**FORFAIT** : Se reporter aux tarifs régionaux

#### PROGRAMME

Le comité régional 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.

SAMEDI	DIMANCHE
<p><b>MATIN</b> Ouverture des portes : 7 h 30 Début des épreuves : 9 h00</p> <p>400 libre - D 400 4 nages - M 100 brasse – D/M 200 papillon – D/M 200 libre – D/M</p> <p><b>PAUSE</b></p> <p>1 500 libre – M (2 séries max) 100 4 nages – D/M 100 dos – D/M 50 brasse – D/M 50 libre – D/M</p>	<p><b>MATIN</b> Ouverture des portes : 7 h 30 Début des épreuves : 9 h00</p> <p>400 4 nages D 400 libre - M 100 papillon – D/M 200 brasse – D/M 200 dos – D/M</p> <p>800 libre - D (2séries max) 200 4 nages – M/D</p> <p><b>PAUSE</b></p> <p>100 libre M/D 50 dos M/D 50 papillon – M/D</p>
<p><b>APRES MIDI</b> Ouverture des portes : 14 h 30 Début des épreuves : 16 h00</p> <p>400 libre – D (finale A) 400 4 nages – M (finale A) 100 brasse – D/M (finale A et B) 200 papillon – D/M (finale A et B)</p> <p><b>PAUSE</b></p> <p>100 4 NAGES (final A et B) 1 500 libre – D (meilleure série) 1500 libre – M (une seule série) 200 libre – D/M (finale A et B) 100 dos – D/M (finale A et B) 50 brasse – D/M (finale A et B) 50 libre – D/M (finale A et B)</p>	<p><b>APRES MIDI</b> Ouverture des portes : 14 h00 Début des épreuves : 15 h 30</p> <p>400 4 nages D (finale A) 400 libre – M (finale A) 200 brasse – D/M (finale A et B) 200 dos – D/M (finale A et B) 100 papillon – D/M (finale A et B)</p> <p><b>PAUSE</b></p> <p>800 libre – D (meilleure série) 800 libre – M (une seule série) 200 4 nages – D/M (finale A et B) 100 libre D/M (finale A et B) 50 dos D/M (finale A et B) 50 papillon – D/M (finale A et B)</p>