




# COMITE REGIONAL DE NATATION DES PAYS DE LA LOIRE

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

	Région : Compétition d'Animation National : Qualificative Champt de France Hiver 25 m	LES SABLES D OLNNE	25 m
	<b>DIMANCHE 6 mars 2016</b>		
	CATEGORIES : compétition ouverte à tous les nageurs ayant plus de 25 ans (nés en 91 et avant)	Compétition individuelle	
	ENGAGEMENTS : <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du lundi 22 février au lundi 29 février 2015 – 23 h 59</b> Vos compositions de relais doivent être mises directement sur Extranat lors de vos engagements.	Tarif : Epreuve : 6.80 € Relais 10.50 €	
	<b>Attention :</b> 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.		

### ROGRAMME

1 <sup>ère</sup> REUNION	2 <sup>ème</sup> REUNION
<b>Echauffement – 9 h 15 – Début des épreuves : 10 h 00</b>	<b>Echauffement 13 h 45 – Début des épreuves : 14 h 30</b>
200 Dos D/M 400 4 Nages D/M 800 Libre Dames 1500 Libre Messieurs 400 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 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 D/M

Le Comité 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 91)      **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 +

### 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, mixte)

**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)