

**SAISON : 2013/2014**  
**Qualificative Régionaux Hiver**

**PRE SAISON DE LA MAYENNE**  
**SAMEDI 12 et DIMANCHE 13 OCTOBRE 2013 à LAVAL**  
**Bassin de 25 m – 6 couloirs**

**ENGAGEMENTS**

\* Engagements sur Extranat du 2 au 10 Octobre inclus

**CATEGORIES**

BENJAMINS A SENIORS

LES POUSSINS POSSEDANT L'ENF3 sont autorisés à participer pour 3 nages sur le week-end parmi : 100 4N, 200 4N, 400 4N, 100 NL, 200 NL, 400 NL, 50 Pap, 50 Dos, 50 Brasse, 50 NL

**REGLEMENT**

<b>DEROULEMENT DE LA COMPETITION</b>		
<b>SAMEDI APRES MIDI</b>	<b>DIMANCHE MATIN</b>	<b>DIMANCHE APRES MIDI</b>
Echauffement : 14h00 Compétition : 15h00	Echauffement : 9h00 Compétition : 10h00	Echauffement : 14h00 Compétition : 14h45
100 4N ENF3	100 4 Nages D / M	50 Papillon D / M
400 4 Nages D / M	200 Dos D / M	400 NL D / M
200 4 Nages D / M	100 Papillon D / M	<b>PAUSE</b>
<b>PAUSE</b>	<b>PAUSE</b>	100 Dos D / M
50 Dos D / M	200 NL D / M	50 Brasse D / M
200 Brasse D / M	100 Brasse D / M	200 Papillon D / M
100 NL D / M		<b>PAUSE</b>
		50 NL D / M

REMISE DES RECOMPENSES DE LA SAISON PASSEE A L'ISSUE DES EPREUVES DU SAMEDI