

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

DEPARTEMENTAUX D'AUTOMNE DES MAITRES OPEN		
	LAVAL	25 m 6 couloirs
	<b>Dimanche 5 Novembre 2023</b>	
	Catégories : Nageurs nés en 2002 et avant	
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du Dimanche 23/10/ 2023 à 0h00 au lundi 30/10/2023 à 23h59</b>	
	<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 un club n'a pas engagé ses nageurs sur extranat avant la fermeture, les engagements ne seront pas pris en compte.	

### PROGRAMME:

DIMANCHE 5 NOVEMBRE AP. MIDI
<b>1<sup>ère</sup> REUNION</b>
Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h25 Début des épreuves : 14h30
400 NL Dames & Messieurs
100 Brasse Dames & Messieurs
50 Dos Dames & Messieurs
100 4N Dames & Messieurs
<b>PAUSE 10'</b>
200 NL Dames & Messieurs
100 Papillon Dames & Messieurs
50 Brasse Dames & Messieurs
100 NL Dames & Messieurs
<b>PAUSE 5'</b>
4 x 50 4N Dames, Messieurs et Mixte
<b>PAUSE 10'</b>
200 4N Dames & Messieurs
50 Papillon Dames & Messieurs
100 Dos Dames & Messieurs
50 NL Dames & Messieurs
400 4N Dames & Messieurs
800 NL Dames & Messieurs
<b>PAUSE 10'</b>
4 x 50 NL Dames, Messieurs et Mixte