

SAISON : 2014/2015

CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL HIVER - INTERCLUBS

POUSSINS PLOT 1

SAMEDI 22 et DIMANCHE 23 NOVEMBRE 2014 à LAVAL
Bassin de 25 m – 6 couloirs

ENGAGEMENTS

Proposition sur www.extranat.fr du Mercredi 12 novembre au Mercredi 19 Novembre 2014

* **ATTENTION 2 COMPETITIONS EN LIGNE**

TARIF

1,50€ par épreuve

CATEGORIES

LES POUSSINS ENF3 NE SONT AUTORISES QUE SUR LES INTERCLUBS
POUSSINS DU SAMEDI

INTERCLUBS POUSSINS : EQUIPES MIXTE 2F 2G

DEROULEMENT DE LA COMPETITION	
SAMEDI APRES MIDI	DIMANCHE APRES MIDI
Echauffement : 13h45	Echauffement : 13h45
Compétition : 14h45	Compétition : 14h45
	100 4N ENF3
	PAUSE
1500 NL Dames	1500 NL Messieurs
800 NL Messieurs	800 NL Dames
4 x 50 Pap Poussins	100 Brasse M / D
200 Dos D / M	100 Papillon M / D
200 Papillon D / M	PAUSE
PAUSE	400 NL Messieurs
400 NL Dames	400 4 Nages Dames
400 4 Nages Messieurs	PAUSE
4 x 50 4N Poussins	200 Brasse M / D
PAUSE	50 Dos M / D
100 Dos D / M	50 NL M / D
50 Papillon D / M	PAUSE
50 Brasse D / M	100 NL Messieurs
PAUSE	200 NL Dames
4 x 50 Brasse Poussins	PAUSE
100 NL Dames	200 4N Messieurs
200 NL Messieurs	100 4N Dames
PAUSE	
200 4N Dames	
4 x 50 NL Poussins	
100 4N Messieurs	