

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](http://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
	<b>PAUSE</b>
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	<b>PAUSE</b>
<b>PAUSE</b>	400 NL Messieurs
400 NL Dames	400 4 Nages Dames
400 4 Nages Messieurs	<b>PAUSE</b>
4 x 50 4N Poussins	200 Brasse M / D
<b>PAUSE</b>	50 Dos M / D
100 Dos D / M	50 NL M / D
50 Papillon D / M	<b>PAUSE</b>
50 Brasse D / M	100 NL Messieurs
<b>PAUSE</b>	200 NL Dames
4 x 50 Brasse Poussins	<b>PAUSE</b>
100 NL Dames	200 4N Messieurs
200 NL Messieurs	100 4N Dames
<b>PAUSE</b>	
200 4N Dames	
4 x 50 NL Poussins	
100 4N Messieurs	