

# MASTERS PERFS

## Dimanche 11 Janvier 2015 à Laval

### PISCINE LAVAL (Bassin de 25 m- 6 couloirs)

**ENGAGEMENTS**

\* Engagements Extranat du Mercredi 31 Décembre 2014 au Mercredi 7 Janvier 2015

**CATEGORIES**

|                     |                     |                         |
|---------------------|---------------------|-------------------------|
| C1 de 25** à 29 ans | C8 de 60 à 64 ans   | <b>(** nés en 1990)</b> |
| C2 de 30 à 34 ans   | C9 de 65 à 69 ans   |                         |
| C3 de 35 à 39 ans   | C10 de 70 à 74 ans  |                         |
| C4 de 40 à 44 ans   | C11 de 75 à 79 ans  |                         |
| C5 de 45 à 49 ans   | C12 de 80 à 84 ans  |                         |
| C6 de 50 à 54 ans   | C13 de 85 à 89 ans  |                         |
| C7 de 55 à 59 ans   | C14 de 90 à 94 ans. |                         |

**OFFICIELS**

2 Chronomètres par club minimum

**PROGRAMME**

| Echauffement : 14h00 | Compétition : 15h00 |
|----------------------|---------------------|
| 50 Dos D/M           |                     |
| 100 Brasse D/M       |                     |
| 200 NL D/M           |                     |
| 400 4Nages D/M       |                     |
| <b>PAUSE</b>         |                     |
| 50 Brasse D/M        |                     |
| 100 NL D/M           |                     |
| 200 Papillon D/M     |                     |
| 400 NL D/M           |                     |
| <b>PAUSE</b>         |                     |
| 50 NL D/M            |                     |
| 100 Papillon D/M     |                     |
| 200 Dos D/M          |                     |
| 200 4N D/M           |                     |
| <b>PAUSE</b>         |                     |
| 50 Papillon D/M      |                     |
| 100 Dos D/M          |                     |
| 200 Brasse D/M       |                     |
| 100 4 Nages D/M      |                     |
| 800 NL D/M           |                     |
| 1500 NL D/M          |                     |