

COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

PRE SAISON DE LA MAYENNE – CHALLENGE POUSSINS

	LAVAL	25 m 6 couloirs
	Samedi 10 et Dimanche 11 octobre 2015	
	Catégories : Poussins à Seniors	
	Proposition sur www.extranat.fr Du mercredi 30/09/15 à 0h00 au mercredi 07/10/15 à 23h59	Tarif : 1.60 € pour les pré saison, 10.50€ par équipe pour le challenge Poussins
	<p>Attention : 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. Les enfants passant l'ENF3 devront être inscrits via le lien suivant réservé aux clubs (Du mercredi 30/09/15 à 0h00 au mercredi 07/10/15 à 23h59) : https://docs.google.com/forms/d/17ntu8VJG_h9f0CGN5-V49UWGCekxzvEpQfO6GI58IBQ/viewform?usp=send_form</p>	

Conditions d'accès :

- Les Poussins ne peuvent participer qu'au Challenge par équipes le samedi, ils peuvent participer aux pré-saison le dimanche.
- Les nageurs nés en 2004 et après doivent posséder le Pass'Compétition.
- Les équipes poussins sont obligatoirement composées de 2 garçons et 2 filles.

PROGRAMME:

SAMEDI 10/10 A MIDI 1 ^{ère} REUNION	DIMANCHE 11/10 MATIN 2 ^{ème} REUNION	DIMANCHE 11/10 A MIDI 3 ^{ème} REUNION
Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h40 Début des épreuves : 14h45	Ouverture : 8h00 – Evacuation 8h55 Début des épreuves : 9h00	Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h25 Début des épreuves : 14h30
100 4N ENF3	100 4N ENF3	100 4N ENF3
PAUSE 10'	PAUSE 10'	PAUSE 10'
1500 NL Benjamins et + (Séries mixtes)	400 NL Messieurs	400 NL Dames
4 x 50 Papillon Poussins	200 4N Dames	200 4N Messieurs
50 Papillon Benjamins et + D & M	200 Papillon Messieurs & Dames	100 Papillon Dames & Messieurs
PAUSE 10'	PAUSE 10'	PAUSE 10'
50 Dos Benjamins et + D & M	100 NL Messieurs & Dames	200 NL Dames & Messieurs
4 x 50 Dos Poussins	200 Dos Messieurs & Dames	100 Dos Dames & Messieurs
800 NL Benjamins et + (Séries mixtes)	PAUSE 10'	PAUSE 10'
100 4N Benjamins et + D & M	100 Brasse Messieurs & Dames	200 Brasse Dames & Messieurs
4 x 50 Brasse Poussins	400 4N Messieurs	400 4N Dames
50 Brasse Benjamins et + D & M		
PAUSE 10'		
50 NL Benjamins et + D & M		
4 x 50 NL Poussins		

Les enfants n'ayant pas réussi l'ENF3 seront regroupés avec un entraîneur afin qu'ils comprennent la raison de cette non réussite.

Le comité départemental se réserve le droit de placer, modifier ou supprimer les pauses après l'établissement du programme. Elles seront spécifiées sur le programme.

Le comité départemental se réserve le droit de doubler les séries 1500, 800 et 400 NL si nécessaire.

Médailles : Une médaille aux 3 premières équipes du Challenge Poussin, une médaille aux 3 premiers Poussins/Poussines/Benjamins/Benjamines à l'addition des points obtenus sur les épreuves des pré saison.

Officiels : Un officiel de 2 à 7 nageurs, 2 officiels de 8 à 14 nageurs, etc...