

4^{ème} Championnat Régional Interclubs
Open des Maîtres

VILLERUPT NATATION



15 novembre 2015



Programme et Horaires

Horaires précisés à titre indicatif, ils pourront être modifiés à la clôture des engagements.

Dimanche 15 Novembre 2015

Ouverture des portes 13h

Début des épreuves 14h

Format équipe de 10

- 1-50 NL (séries)
- 2-100 Papillon (séries)
- 3-50 Dos (séries)
- 4-100 Brasse (séries)
- 5-400 NL (séries)
- 6-Relais 4 x 50 4N (séries)
(obligatoirement 2 Dames & 2 Messieurs)

Format équipe de 6

- 1-50 NL (séries)
- 2-50 Dos (séries)
- 6-Relais 4 x 50 4N (séries)
(obligatoirement 2 Dames & 2 Messieurs)

Pause de 20 minutes

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------|
| 7-50 Papillon (séries) | 4-50 Papillon (séries) |
| 8-100 Dos (séries) | |
| 9-50 Brasse (séries) | 5-50 Brasse (séries) |
| 10-100 NL (séries) | 6-100 NL (séries) |
| 11-200 4N (séries) | 7-100 4N (séries) |
| 12-Course des remplaçants | 8-Course des remplaçants |
| 13-Relais 10 x 50 NL (séries) | 9-Relais 6 x 50 NL (séries) |

Catégories d'âge : F. et G. 25 ans et plus (1990 et avant)

Engagements :

- Sur Extranat jusqu'au **11 novembre 2015**.
- Les clubs adresseront les droits d'engagements directement au **comité de Lorraine de Natation**, fixés à 20€ par équipe.
- Renseignements (Mail / ☎) : ctr@lorraine-natation.fr

07 71 04 48 64

Récompenses : Les trois premières équipes au classement général seront récompensées par une coupe.

Prévoir un déguisement pour le défilé des équipes.

<http://lorraine.ffnatation.fr>



La Région
Lorraine

