

11^{ÈME} MEETING SPRINT
PONT L'ABBE - PAYS BIGOUDEN
DIMANCHE 20 OCTOBRE 2019



Renseignements :

nb.secretariat@orange.fr

www.nageurs-bigoudens.fr



Le « Meeting Sprint Pont l'Abbé - Pays Bigouden » est un meeting d'animation labellisé par la Fédération Française de Natation

CATEGORIES

Juniors 2 + Seniors : dames = 2004 et avant / messieurs = 2003 et avant

Juniors 1 : dames = 2005 et 2006 / messieurs = 2004 et 2005

Jeunes : dames = 2007 à 2009 / messieurs = 2006 à 2008

PROGRAMME : DIMANCHE 20 OCTOBRE 2019

8h00 : ouverture des portes + échauffement Dames

8h30 : échauffement Garçons

9h00 : évacuation du bassin

9h15 : début des épreuves

- 1 : 50 papillon (dames/messieurs)
- 2 : 50 dos (dames/messieurs)
- 3 : 50 brasse (dames/messieurs)
- 4 : 50 nage libre (dames/messieurs)

20 minutes de récupération active autorisée avant évacuation du bassin

14h00 : ouverture des portes + échauffement Dames

14h30 : échauffement Garçons

15h00 : évacuation du bassin

15h15 : début des finales

- 1 : 50 papillon (dames/messieurs) (Jeun/Jun1/Jun2 + Seniors) Finale B, puis Finale A
- 2 : 50 dos (dames/messieurs) (Jeun/Jun1/Jun2 + Seniors) Finale B, puis Finale A
- 3 : 50 brasse (dames/messieurs) (Jeun/Jun1/Jun2 + Seniors) Finale B, puis Finale A
- 4 : 50 nage libre (dames/messieurs) (Jeun/Jun1/Jun2 + Seniors) Finale B, puis Finale A

Remise des récompenses directement après chaque finale A

Relais 4 X 50 nage libre dames et messieurs

Remise des récompenses Relais

10 minutes de récupération active autorisée avant évacuation du bassin

Grilles	Jeunes		Juniors		Seniors	
	Mess	Dames	Mess	Dames	Mess	Dames
50 NL	40.00	40.00	33.00	37.00	29.00	35.00
50 DOS	44.00	44.00	38.00	40.00	33.00	38.00
50 BR	49.00	49.00	40.00	43.00	36.00	40.00
50 PAP	44.00	44.00	35.00	40.00	33.00	36.00

RECOMPENSES

Les trois premières nageuses et les trois premiers nageurs de chaque catégorie (Jeunes/Juniors 1/Juniors 2+ Seniors) sur chaque épreuve seront récompensés.

Une coupe aux 3 premiers relais dames et messieurs.

Une récompense à la nageuse et au nageur toutes catégories ayant réalisé le plus de points à la table de cotation.

REGLEMENT

Le règlement est conforme aux règles de la Fédération Française de Natation. Le nombre d'engagements par nageurs n'est pas limité. Les relais sont « toutes catégories ». Les clubs peuvent engager plusieurs équipes de relais.

DEROULEMENT

Le matin les séries sont nagées en fonction des temps d'engagements. A l'issue des séries, les 10 meilleurs temps messieurs et les 10 meilleurs temps dames des catégories jeunes, juniors1 et juniors2+ séniors sont qualifiés pour les finales A et B.

ENGAGEMENTS

Les engagements devront nous parvenir sur fichier « Extranat Pocket » avant le 17 octobre 2018, délai de rigueur, accompagnés des droits d'engagements à l'adresse suivante :

*Les Nageurs Bigoudens
17 rue Raymonde Folgoas-Guillou
29120 Pont l'Abbé.*

Dans un souci d'équité lors de la composition des séries, les temps d'engagements non renseignés (lieu, date de la performance) ne seront pas retenus.

TARIFS

- Droit d'engagements : 4 € par épreuve – 10 € par relais
- Officiel absent : 20 € (1 officiel pour 5 nageurs)
- Dépassement temps grille qualification : 5 €

PARTENAIRES

