

# 10<sup>ème</sup> MEETING SPRINT PONT L'ABBE - PAYS BIGOUDEN

## DIMANCHE 14 OCTOBRE 2018



Renseignements :

*[nb.secretariat@orange.fr](mailto:nb.secretariat@orange.fr)  
<http://www.nageurs-bigoudens.net/>*



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 = 2003 et avant/messieurs = 2002 et avant

Juniors 1 : dames = 2004 et 2005/messieurs = 2003 et 2004

Jeunes : dames = 2006 à 2008/messieurs = 2005 à 2007

## PROGRAMME : DIMANCHE 14 OCTOBRE 2018

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 11 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

