

## Animations :

Lors de la compétition, le speaker posera des questions sur la natation...  
à chaque bonne réponse un lot !!!

**Stand « la Star du Tournoi »** : un lot est en jeu, pour le gagner il faut désigner le nageur qui fera le plus de points à la table de cotation.  
Pour éviter les égalités, il sera demandé le nombre de points réalisés.  
La table de cotations sera consultable sur place.

« **Le panier garni** » : celui qui se rapproche le plus du poids du panier le remporte.

**L'équipe la mieux déguisée sera récompensée**

## Coordonnées du Club :



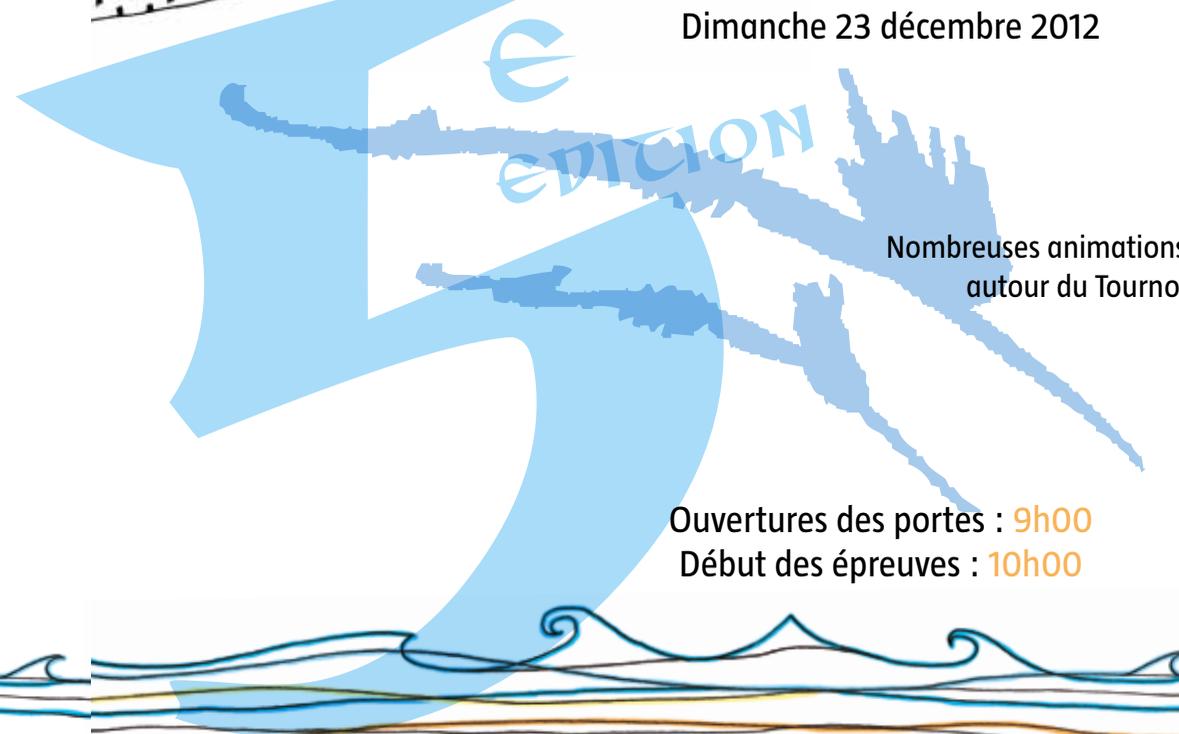
10, rue du 18 juin 1940 - 29200 Brest  
Tél. 02.98.49.61.60

[www.cnb-brest.fr](http://www.cnb-brest.fr)

# TOURNOI DU PONANT 2012



Piscine Recouvrance  
Dimanche 23 décembre 2012



Nombreuses animations  
autour du Tournoi

Ouvertures des portes : 9h00  
Début des épreuves : 10h00

## Présentation



Le Tournoi du Ponant est une compétition par équipe de huit nageurs qui se confrontent lors d'épreuves tirées au sort par l'organisation. Chaque équipe est composée de 2 poussins, 2 benjamins et 4 toutes catégories.

## Règlement général

L'organisation tire au sort les nages.

- Parmi les 50 m (pap, dos, br et nl), on choisira 3 épreuves au hasard
- Parmi les 100 m (pap, dos, br, nl et 4n), on choisira 3 épreuves au hasard
- Parmi les 200 m (dos, br, nl et 4n), on choisira 2 épreuves au hasard

Les poussins ne pourront tomber que sur les 50m dos, br et nl, les 100m dos, br, nl, 4n et le 200m nl.

Les benjamins ne nageront pas le 100m pap.

Le Tournoi ayant lieu à la piscine de Recouvrance seuls les poussins (nageurs A et B) pourront tomber sur le 100m 4 nages

Les équipes ne peuvent être mixtes

Le surclassement est autorisé

Trois équipes filles et trois garçons maximum par club

Deux relais sont organisés:

- le 8x50 nl,
- le 4x50 4n.

Les relais comptent double

Un joker est désigné par le capitaine d'équipe (avant la fin de l'échauffement !), cela permet de doubler les points du nageur.

Il n'y a pas d'égalité, si deux nageurs ont le même temps c'est le plus jeune qui gagne.

## Caractère officiel du Tournoi

- Le Tournoi figure dans le programme départemental
- Des officiels orchestrent le Tournoi, le règlement FFN est appliqué
- Trois chronométreurs par ligne d'eau
- La performance individuelle est validée



## Engagements

**20 euros par équipe avant le 10 décembre 2012**

Ci-joint le bordereau d'engagement  
Merci de préciser le temps du nageur au 100 4N pour équilibrer les séries



## Les récompenses

Les trois premières équipes filles et garçons sont récompensés.  
(Coupes et médailles)

L'équipe qui gagne le Tournoi remporte le Trophée du Ponant.

Chaque vainqueur de série gagne un lot.

