

# COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

## PRE SAISON DE LA MAYENNE

	LAVAL	25 m 6 couloirs
	<b>Samedi 13 et Dimanche 14 octobre 2018</b>	
	Catégories : Avenirs à Seniors	
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du Mercredi 3/10/18 à 0h00 au mercredi 10/10/18 à 23h59</b>	
	<p><b>Attention</b> : 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 par mail en précisant la réunion concernée                  Aucune modification ne sera acceptée après la fermeture.</p>	

### REGLEMENT:

- **AVENIRS** : 6 épreuves maximum (attention pour être qualifié à la finale régionale, un avenir 1 (Filles 2010, Garçons 2009-2010) doit nager sur la saison le 200 NL et 4 50m, un avenir 2 (Filles 2009, Garçons 2008) le 400 NL et les 4 100m)
- **JEUNES** : 6 épreuves maximum
- **JUNIORS/SENIORS** : 8 épreuves maximum
- **SI UN NAGEUR EST ENGAGE SUR PLUS D'EPREUVES QU'AUTORISE, LES EPREUVES EN TROP SERONT ALEATOIREMENT SUPPRIMEES.**

### PROGRAMME:

SAMEDI 14/10 MATIN 1 <sup>ère</sup> REUNION	SAMEDI 14/10 A MIDI 2 <sup>ème</sup> REUNION	DIMANCHE 15/10 MATIN 3 <sup>ème</sup> REUNION	DIMANCHE 15/10 A MIDI 4 <sup>ème</sup> REUNION
Ouverture : 8h00 – Evacuation 8h55 Début des épreuves : 9h00	Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h25 Début des épreuves : 14h30	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	100 4N ENF3
<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>
200 Dos Dames/Mess.	200 Brasse Dames/Mess.	200 Pap. Dames/Mess.	100 NL Dames/Mess.
100 Pap. Dames/Mess.	400 NL Dames/Mess.	50 Dos Dames/Mess.	400 4N Dames/Mess.
1500 NL Mixte	<b>PAUSE 10'</b>	800 NL Mixte	<b>PAUSE 10'</b>
<b>PAUSE 10'</b>	100 4N Dames/Mess.	<b>PAUSE 10'</b>	100 Dos Dames/Mess.
200 4N Dames/Mess.	200 NL Dames/Mess.	100 Brasse Dames/Mess.	50 Pap. Dames/Mess.
50 Brasse Dames/Mess.		50 NL Dames/Mess.	

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 premiers Avenirs et Jeunes par année d'âge à l'addition des points obtenus sur les 5 meilleures épreuves de la compétition.

**Officiels** : Le nombre d'officiels nécessaires sera transmis par le CD53

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

### INTERCLUBS TOUTES CATEGORIES

	LAVAL	25 m 6 couloirs
	<b>Dimanche 11 Novembre 2018</b>	
	Catégories : TOUTES CATEGORIES	Compétition par équipes
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du lundi 29/10/18 à 0h00 au Lundi 5/11/18 à 23h59</b>	
	<p><b>Attention</b> : 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.</p>	

**Conditions d'accès :**

- Les nageurs nés en 2009 et après doivent posséder le Pass'Compétition.

**PROGRAMME:**

DIMANCHE 11 NOVEMBRE MATIN 1 <sup>ère</sup> REUNION	DIMANCHE 11 NOVEMBRE AP. MIDI 2 <sup>ème</sup> REUNION
Ouverture : 8h00 – Evacuation 8h55 Début des épreuves : 9h00	Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h25 Début des épreuves : 14h30
10 x 50 NL Dames & Messieurs	4 x 200 NL Messieurs
50 NL des Remplaçants	100 au Choix des Remplaçants
<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>
100 Dos Dames	200 Dos Dames
200 Dos Messieurs	100 Dos Messieurs
100 Brasse Dames	200 Brasse Dames
200 Brasse Messieurs	100 Brasse Messieurs
100 NL Dames	400 NL Dames
400 NL Messieurs	100 NL Messieurs
100 Papillon Dames	200 Papillon Dames
200 Papillon Messieurs	100 Papillon Messieurs
100 4N Dames	200 4N Dames
200 4N Messieurs	100 4N Messieurs
<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>
4 x 200 NL Dames	4 x 100 4N Dames & Messieurs

**Important : les remplaçants feront l'objet d'une compétition à part NE PAS OUBLIER de les engager sous ExtraNat**

**Médailles** : Une médaille aux 3 premières équipes Dames et Messieurs

**Officiels** : Le nombre d'officiels nécessaires sera transmis par le CD53

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

### CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL D'HIVER JUNIORS/SENIORS + CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL AVENIRS + MEETING DEPARTEMENTAL JEUNES

	CHATEAU GONTIER	25 m 6 couloirs
	<b>Samedi 17 et Dimanche 18 Novembre 2018</b>	
	Catégories : Toutes	
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du lundi 5/11/18 à 0h00 au lundi 12/11/18 à 23h59</b>	
	<p><b>Attention</b> : 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 par mail en précisant la réunion concernée au plus tard le lundi 12/11/18.</p>	

Les avenir 1 ne peuvent nager que les épreuves en jaune, les avenir 2 les épreuves en vert. Les séries seront nagées toutes catégories confondues.

Pour pouvoir prétendre à une qualification régionale, les Jeunes doivent obligatoirement nager :

- 400 NL et 200 4N (Jeunes 1) (6 épreuves maximum au total avec le 400 NL et le 200 4N)
- 800 NL et 400 4N (Jeunes 2 et 3) (6 épreuves maximum au total avec le 800 NL et le 400 4N)

8 épreuves maximum pour les Juniors/Seniors

#### PROGRAMME:

SAMEDI 17/11 MATIN 1 <sup>ère</sup> REUNION	SAMEDI 17/11 A MIDI 2 <sup>ème</sup> REUNION	DIMANCHE 18/11 MATIN 3 <sup>ème</sup> REUNION	DIMANCHE 18/11 A MIDI 4 <sup>ème</sup> REUNION
Ouverture : 8h00 – Evacuation 8h55 Début des épreuves : 9h00	Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h10 Début des épreuves : 14h15	Ouverture : 8h00 – Evacuation 8h55 Début des épreuves : 9h00	Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h10 Début des épreuves : 14h15
100 4N ENF3	100 4N ENF3	100 4N ENF3	100 4N ENF3
200 4 Nages D/M	<b>PAUSE 10'</b>	100 NL D/M	<b>PAUSE 10'</b>
50 Dos D/M	200 Brasse D/M	50 Brasse D/M	200 NL D/M
800 NL Mixte	400 NL D/M	1500 NL Mixte	400 4N D/M
			50 NL D/M (Avenir 1 uniquement)
<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>
100 Papillon D/M	100 Dos D/M	200 Papillon D/M	100 Brasse D/M
50 NL D/M	50 Papillon D/M	100 4 Nages D/M	200 Dos D/M

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 premiers Avenir et Jeunes (2004 à 2009) à l'addition des points obtenus sur les 5 meilleures épreuves

**Officiels** : Le nombre d'officiels nécessaires sera transmis par le CD53

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

DEPARTEMENTAUX D'HIVER DES MAITRES		
	LAVAL	25 m 6 couloirs
	<b>Dimanche 25 Novembre 2018</b>	
	Catégories : Nageurs nés en 1993 et avant	
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du Lundi 12/11/2018 à 0h00 au Lundi 19/11/18 à 23h59</b>	
	<b>Attention</b> : 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.	

### PROGRAMME:

DIMANCHE 25 NOVEMBRE AP. MIDI
<b>1<sup>ère</sup> REUNION</b>
Ouverture : 14h00 – Evacuation 14h55 Début des épreuves : 15h00
400 NL Dames & Messieurs
100 Brasse Dames & Messieurs
50 Dos Dames & Messieurs
100 4N Dames & Messieurs
<b>PAUSE 10'</b>
200 NL Dames & Messieurs
100 Papillon Dames & Messieurs
50 Brasse Dames & Messieurs
100 NL Dames & Messieurs
<b>PAUSE 5'</b>
4 x 50 4N Dames, Messieurs et Mixte
<b>PAUSE 10'</b>
200 4N Dames & Messieurs
50 Papillon Dames & Messieurs
100 Dos Dames & Messieurs
50 NL Dames & Messieurs
400 4N Dames & Messieurs
<b>PAUSE 10'</b>
4 x 50 NL Dames, Messieurs et Mixte

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

### INTERPLOUFS N°1

	CHATEAU GONTIER	25 m 6 couloirs
	<b>Dimanche 2 Décembre 2018 Après Midi</b>	
	Catégories : AVENIRS	
		
		

**L'organisation des Interploufs est à la charge du club organisateur qui devra transmettre les horaires aux autres clubs**

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

### MASTERS PERFS

	LAVAL	25 m 6 couloirs
	<b>Dimanche 13 Janvier 2019</b>	
	Catégories : Nageurs nés en 1994 et avant	
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du Lundi 31/12/18 à 0h00 au Lundi 7/01/19 à 23h59</b>	
	<b>Attention</b> : 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.	

#### PROGRAMME:

<b>DIMANCHE 13 JANVIER AP. MIDI</b> <b>1<sup>ère</sup> REUNION</b>
Ouverture : 14h00 – Evacuation 14h55 Début des épreuves : 15h00
50 Dos Dames & Messieurs
100 Brasse Dames & Messieurs
200 NL Dames & Messieurs
400 4N Dames & Messieurs
<b>PAUSE 10'</b>
50 Brasse Dames & Messieurs
100 NL Dames & Messieurs
200 Papillon Dames & Messieurs
400 NL Dames & Messieurs
<b>PAUSE 10'</b>
50 NL Dames & Messieurs
100 Papillon Dames & Messieurs
200 Dos Dames & Messieurs
200 4N Dames & Messieurs
<b>PAUSE 10'</b>
50 Papillon Dames & Messieurs
100 Dos Dames & Messieurs
200 Brasse Dames & Messieurs
100 4N Dames & Messieurs
800 NL Dames & Messieurs
1500 NL Dames & Messieurs

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

### INTERCLUBS DEPARTEMENTAL JEUNES

	LAVAL	25 m 5 couloirs
	<b>Dimanche 20 Janvier 2019</b>	
	Catégories : JEUNES	
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du Lundi 7/01/2019 à 0h00 au Lundi 14/01/19 à 23h59</b>	
	<p><b>Attention</b> : 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.                  Pas de Pass'Compétition sur les compétitions par équipe.</p>	

- Compétition qualificative pour les interclubs régionaux

- Épreuves individuelles : 200 NL, 100 4 Nages
- Épreuves de relais : 4x 50 Papillon, 4 x 50 Dos, 4x50 Brasse, 4x50 NL.

#### PROGRAMME:

DIMANCHE 20 Janvier MATIN 1 <sup>ère</sup> REUNION	DIMANCHE 20 Janvier AP. MIDI 2 <sup>ème</sup> REUNION
Ouverture : 9h00 – Evacuation 9h55 Début des épreuves : 10h00	Ouverture : 14h00 – Evacuation 14h55 Début des épreuves : 15h00
4 x 50 Papillon Dames/Messieurs	4 x 50 Brasse Dames/Messieurs
4 x 50 Dos Dames/Messieurs	4 x 50 NL Dames/Messieurs
50m au choix des Remplaçants	100m au choix des Remplaçants
<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>
200 NL Dames/Messieurs	100 4 Nages Dames/Messieurs

**Important : les remplaçants feront l'objet d'une compétition à part NE PAS OUBLIER de les engager sous ExtraNat**

**Médailles** : Une médaille aux 3 premières équipes

**Officiels** : Le nombre d'officiels nécessaires sera transmis par le CD53

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

CIRCUIT DEPARTEMENTAL JUNIORS/SENIORS + AVENIRS		
	CHATEAU GONTIER	25 m 6 couloirs
	<b>Dimanche 3 Février 2019</b>	
	Catégories : JUNIORS, SENIORS, AVENIRS	
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du Lundi 21/01/19 à 0h00 au Lundi 28/01/19 à 23h59</b>	
	<p><b>Attention</b> : 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.</p>	

- Les Juniors/Seniors nagent obligatoirement tout le programme.
- Avenirs 1 : 200 NL, 100 4N et un 50 au choix
- Avenirs 2 : 400 NL, 200 4N et un 50 au choix
- Les relais mixtes doivent être composés de 2F et 2G

### PROGRAMME:

DIMANCHE 3/02 MATIN 1 <sup>ère</sup> REUNION	DIMANCHE 3/02 AP. MIDI 2 <sup>ème</sup> REUNION
Ouverture : 09h00 – Evacuation 09h55 Début des épreuves : 10h00	Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h10 Début des épreuves : 14h15
4 x 100 4 Nages individuel Mixte J/S	30 mn non stop J/S Mixte
200 4 Nages D/M Avenirs 2	400 NL D/M Avenirs 2
100 4 Nages D/M Avenirs 1	200 NL D/M Avenirs 1
<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>
50 NL D/M Avenirs 1 + 2 + J/S	4 x 100 NL Mixte J/S
50 Brasse D/M Avenirs 1 + 2	
50 Dos D/M Avenirs 1 + 2	
50 Papillon D/M Avenirs 1 + 2	
200 4N D/M J/S	

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.

**Officiels** : Le nombre d'officiels nécessaires sera transmis par le CD53

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

### CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL 2 JUNIORS/SENIORS + CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL AVENIRS + MEETING DEPARTEMENTAL JEUNES

	MAYENNE	25 m 6 couloirs
	<b>Samedi 2 et Dimanche 3 Mars 2019</b>	
	Catégories : Avenirs à Seniors	
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du lundi 18/02/19 à 0h00 au lundi 25/02/19 à 23h59</b>	
	<p><b>Attention</b> : 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 par mail en précisant la réunion concernée au plus tard le lundi 12/11/18.</p>	

Les avenir 1 ne peuvent nager que les épreuves en jaune, les avenir 2 les épreuves en vert. Les séries seront nagées toutes catégories confondues.

Jeunes : 6 épreuves maximum

8 épreuves maximum pour les Juniors/Seniors

#### PROGRAMME:

SAMEDI 17/11 MATIN 1 <sup>ère</sup> REUNION	SAMEDI 17/11 A MIDI 2 <sup>ème</sup> REUNION	DIMANCHE 18/11 MATIN 3 <sup>ème</sup> REUNION	DIMANCHE 18/11 A MIDI 4 <sup>ème</sup> REUNION
Ouverture : 8h00 – Evacuation 8h55 Début des épreuves : 9h00	Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h10 Début des épreuves : 14h15	Ouverture : 8h00 – Evacuation 8h55 Début des épreuves : 9h00	Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h10 Début des épreuves : 14h15
100 4N ENF3	100 4N ENF3	100 4N ENF3	100 4N ENF3
200 Brasse D/M	<b>PAUSE 10'</b>	100 NL D/M (Avenirs 2)	<b>PAUSE 10'</b>
100 4N D/M	100 NL D/M	200 Dos D/M	50 NL D/M (Avenirs 1)
800 NL Mixte	400 4N D/M	50 Brasse D/M (Avenirs 1)	200 Papillon D/M
<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>	100 Brasse D/M	400 NL D/M
100 Papillon D/M	100 Dos D/M	1500 NL Mixte	<b>PAUSE 10'</b>
50 NL D/M	50 Brasse D/M	<b>PAUSE 10'</b>	50 Dos D/M
		200 NL D/M	100 Dos D/M (Avenirs 2)
		100 Pap. D/M (Avenirs 2)	200 4N D/M
		50 Papillon D/M	

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 premiers Avenirs et Jeunes (2004 à 2009) à l'addition des points obtenus sur les 5 meilleures épreuves

**Officiels** : Le nombre d'officiels nécessaires sera transmis par le CD53

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

### INTERPLOUFS N°2

	MAYENNE	25 m 6 couloirs
	<b>Dimanche 31 Mars 2019 Après midi</b>	
	Catégories : AVENIRS	
		
		

L'organisation des Interploufs est à la charge du club organisateur

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

INTERCLUBS AVENIRS + CIRCUIT DEPARTEMENTAL JEUNES		
	MAYENNE	25 m 6 couloirs
	<b>Dimanche 19 Mai 2019</b>	
	Catégories : JEUNES, AVENIRS	
	Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du Lundi 6/05/19 à 0h00 au Lundi 13/05/19 à 23h59</b>	
	<p><b>Attention</b> : 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.</p>	

- Les jeunes nagent obligatoirement tout le programme
- Les relais mixtes doivent être composés de 2F et 2G

### PROGRAMME:

DIMANCHE 19/05 MATIN 1 <sup>ère</sup> REUNION	DIMANCHE 19/05 AP. MIDI 2 <sup>ème</sup> REUNION
Ouverture : 09h00 – Evacuation 09h55 Début des épreuves : 10h00	Ouverture : 14h00 – Evacuation 14h40 Début des épreuves : 14h45
4 x 100 4 Nages individuel Mixte Jeunes	4 x 50 Pap D/M Avenirs
4 x 50 NL D/M Avenirs	20 mn non stop Jeunes Mixte
<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>
50 NL D/M Jeunes	4 x 50 4N D/M Avenirs
4 x 50 Brasse D/M Avenirs	4 x 100 NL Mixte Jeunes
200 4N D/M Jeunes	
100 4N D/M Avenirs	

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.

**Officiels** : Le nombre d'officiels nécessaires sera transmis par le CD53

## CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL 3

	EVRON	25 m 4 couloirs
<b>Samedi 15 et Dimanche 16 Juin 2018</b>		
Proposition sur <a href="http://www.extranat.fr">www.extranat.fr</a> <b>Du lundi 03/06/19 à 0h00 au lundi 10/06/19 à 23h59</b>		
<p><b>Attention</b> : 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.  <b>Les enfants passant l'ENF3 devront être inscrits par mail en précisant la réunion concernée au plus tard le 21/05/18.</b></p>		

### ATTENTION : 3 COMPETITIONS SUR EXTRANAT

**JUNIORS / SENIORS : 8 EPREUVES MAXIMUM**

**JEUNES : 6 EPREUVES MAXIMUM (Les jeunes qualifiés au niveau régional et au-dessus ne peuvent pas participer)**

**AVENIRS : Les Avenirs participent uniquement le dimanche (100 NL, 200 4N et 15 mn non stop). Les Avenirs qualifiés au niveau régional ne peuvent pas participer**

**En cas de non respect du nombre d'épreuves maximum, les épreuves au-delà seront arbitrairement supprimées**

### PROGRAMME:

SAMEDI 15/06 MATIN 1ère Réunion	SAMEDI 15/06 AP.MIDI 2 <sup>ème</sup> Réunion	DIMANCHE 16/06 MATIN 3 <sup>ème</sup> REUNION	DIMANCHE 16/06 AP. MIDI 4 <sup>ème</sup> REUNION
Ouverture : 08h00 – Evacuation 08h55 Début des épreuves : 09h00	Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h25 Début des épreuves : 14h30	Ouverture : 08h00 – Evacuation 08h55 Début des épreuves : 09h00	Ouverture : 13h30 – Evacuation 14h25 Début des épreuves : 14h30
100 4N ENF3	100 4N ENF3	100 4N ENF3	100 4N ENF3
<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>
200 Papillon D/M	100 4N D/M	200 Dos D/M	200 Brasse
50 Dos D/M	50 Pap D/M	400 NL D/M	100 NL D/M
<b>PAUSE 10'</b>	<b>PAUSE 10'</b>	15 Mn non stop Avenirs	<b>PAUSE 10'</b>
100 Brasse D/M	100 Dos D/M	<b>PAUSE 10'</b>	100 Pap D/M
50 NL D/M	400 4N D/M	50 Brasse D/M	200 4N D/M
		200 NL D/M	800 NL Mixte

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 de 1500, 800 et 400 NL si nécessaire.

**Médailles** : Une médaille aux 3 premiers Jeunes et Avenirs de chaque année (sauf 2004) à l'addition des points obtenus sur les épreuves de la compétition.

**Officiels** : Le nombre d'officiels nécessaires sera transmis par le CD53

## COMITE DEPARTEMENTAL DE NATATION DE LA MAYENNE

### INTERPLOUFS N°3

	CRAON	25 m 6 couloirs
	<b>Dimanche 23 Juin 2019 Après Midi</b>	
	Catégories : AVENIRS	
		
		

**L'organisation des Interploufs est à la charge du club organisateur qui devra transmettre les horaires aux autres clubs**