

# CHAMPIONNATS DE NORMANDIE INTERCLUBS MAÎTRES

Le Dimanche 13 janvier 2019

à Flers (Orne)

Engagements sur Extranat : **du mardi 1<sup>er</sup> au mardi 8 janvier 2019**

Droits d'engagements : **50 € par équipe** Bassin de 25 m (6 lignes d'eau)

	Matin	Après-midi
<b>Ouverture des portes</b>	<b>9 h 00</b>	<b>14 h 00</b>
<b>Début des épreuves</b>	<b>10 h 00</b>	<b>15 h 00</b>
	Relais 10 x 50 NL	100 NL
	400 NL	50 Brasse
	100 Papillon	100 Dos
	50 Dos	50 Papillon
	100 Brasse	200 4 Nages
	50 NL	4 x 50 4 Nages Mixtes
		4 x 50 NL Mixtes

## REGLEMENT

Cette compétition est ouverte aux nageuses et nageurs ayant 25 ans et plus (nés en 1994 et avant).

La composition de l'équipe est de 10 nageuses ou nageurs du même club composée d'au moins 4 femmes et 4 hommes.

Relais 4 x 50 m 4 nages mixte (composé obligatoirement de 2 dames et de 2 messieurs)

Relais 4 x 50 m NL mixte (composé obligatoirement de 2 dames et de 2 messieurs autres que les nageurs du 4 x 50 m 4 nages)

Il n'y a pas de classement par catégorie d'âge.

La répartition dans les séries pour une épreuve se fait au temps (les femmes et les hommes nagent ensemble).

Le programme comprend 10 épreuves individuelles + 3 relais (4 x 50 4 Nages, 4 x 50 NL et 10 x 50 NL). Chaque concurrent participe obligatoirement à une épreuve individuelle et à un relais (la participation au relais 10 x 50 m nage libre est obligatoire).

L'abandon, l'épreuve non nagée ou la disqualification n'entraînent pas le déclassement de l'équipe. Dans tous les cas mentionnés, le nageur marquera « 0 » point.

Le classement, pour attribution du nombre de points, s'effectue d'après la table de cotation fédérale. La performance de chaque nageur est affectée d'un coefficient de rajeunissement.

Les points des relais sont calculés ainsi :

Pour une relayeuse, le coefficient est pris dans la table dames en relais. Pour un relayeur, le coefficient est pris dans la table individuelle messieurs.

- 4 x 50 m 4 nages et 4 x 50 m NL : cotation FFN des relais messieurs (4 x 50 m 4N et NL) après correction par les coefficients.

- 10 x 50 m nage libre : cotation FFN du 10 x 50 m nage libre après correction par les coefficients.

## Adresse de la piscine

Centre Aquatique Capfl'O  
Allée des Acres  
285 Les Closets  
61100 Flers