



Journée de demi-fond

Dimanche 6 NOVEMBRE 2022 - Piscine de LOUVIERS

CATEGORIES : JEUNES - JUNIORS - SENIORS

PROGRAMME :

1^{ère} réunion Ouverture du bassin 9 h 00 – début des épreuves 10 h 00

400 M 4 N MESSIEURS

1 500 M NL DAMES T.E. JEUNES & JUNIORS1 26'00 JUNIORS2 & SENIORS. 25'00

800 M NL MESSIEURS T.E. JEUNES 16'00 JUNIORS 15'00 SENIORS. 14'00

2^e réunion Ouverture du bassin 14 h 00 – début des épreuves 15 h 00

400 M 4 N DAMES

1 500 M NL MESSIEURS T.E. JEUNES & JUNIORS1 26'00 JUNIORS2 & SENIORS 25'00

800 M NL DAMES T.E. JEUNES 16'00 JUNIORS 15'00 SENIORS 14'00

FRAIS D'ENGAGEMENT : 2,00 € PAR EPREUVE INDIVIDUELLE

Engagements :

Sur EXTRANAT, pour le Lundi 31 OCTOBRE 2022, AVANT MINUIT

Seuls les nageurs battant une M.P. Départementale, se verront remettre une médaille.

RAPPEL :

Les entraineurs doivent s'assurer que leurs nageurs seront capables de respecter les temps d'engagement. En cas de dépassement trop important, le Juge Arbitre se réservera le droit d'arrêter le nageur.