



1ère JOURNEE "MAITRES"

Piscine d' ETREPAGNY – Vendredi 18 novembre 2022

Ouverture du bassin : 19 h 45 - Début des épreuves 20 h 30

DAMES ET MESSIEURS 25 ANS ET PLUS (nés en 1997 ET AVANT)

CLASSEMENT PAR TRANCHE D'AGE DE 5 ANS

- 25 A 29 ANS
- 30 A 34 ANS
- 35 A 39 ANS etc...

PROGRAMME :

50 M N.L.	Dames et Messieurs
100 M DOS	"
100 M 4 NAGES	"
50 M BRASSE	"
100 M PAPILLON	"
200 M N.L.	"
400 M 4 NAGES	"

RELAIS 4 x 50 M N.L. Dames, Messieurs, ou Mixte

**TROIS EPREUVES MAXIMUM PAR NAGEUR + LE RELAIS
DEUX RELAIS DAMES, DEUX MESSIEURS & DEUX MIXTE PAR CLUB MAXIMUM**

FRAIS D'ENGAGEMENT : 2,00 € par épreuve individuelle, 4,00 € par relais.

Engagements :

Sur EXTRANAT, pour le LUNDI 14 NOVEMBRE 2022, AVANT MINUIT

Règlement :

par virement bancaire ou par chèque (à envoyer au secrétariat départemental, Mme CRAMBERT)
Il ne sera pas remis de récompense.