



FINALE DEPARTEMENTALE INTERCLUBS T.C.

DIMANCHE 10 NOVEMBRE 2024 – Piscine de VAL DE REUIL ???

Ouverture 9 h 00 - Début 10 h 00

10 x 50 M. N.L. DAMES
10 x 50 M N.L. MESSIEURS
100 M DOS DAMES
200 M DOS MESSIEURS
100 M BRASSE DAMES
200 M BRASSE MESSIEURS
100 M N.L. DAMES
400 M N.L. MESSIEURS
100 M PAILLON DAMES
200 M PAILLON MESSIEURS
100 M 4 NAGES DAMES
200 M 4 NAGES MESSIEURS
Courses remplaçants (100 M PAP- 100 M DOS)

Pause 15'

4 x 200 M N.L. DAMES

Ouverture 14 h 00 - Début 14 h 45

4 x 200 M N.L. MESSIEURS
200 M DOS DAMES
100 M DOS MESSIEURS
200 M BRASSE DAMES
100 M BRASSE MESSIEURS
400 M N.L. DAMES
100 M N.L. MESSIEURS
200 M PAILLON DAMES
100 M PAILLON MESSIEURS
200 M 4 NAGES DAMES
100 M 4 NAGES MESSIEURS
Courses remplaçants (100 M BR-100 M NL)

Pause 15'

4 x 100 M 4N DAMES
4x 100 M 4 N. MESSIEURS

Chaque équipe sera composée de dix nageurs. Chaque nageur est obligé de participer à une épreuve individuelle ainsi qu'au relais 10 x 50 NL. Le nombre de relais par nageur n'est pas limité.

Lorsque les 10 nageurs auront participé au relais 10x50 NL, aucun remplacement ne pourra être effectué dans les autres courses. Toute modification doit se faire au plus tard 15' avant le 10 x 50 NL.

FRAIS D'ENGAGEMENT : 30 € PAR EQUIPE

Engagements :

Sur EXTRANAT, pour le LUNDI 4 NOVEMBRE 2024, AVANT MINUIT

Règlement :

par virement bancaire ou par chèque (à envoyer au secrétariat départemental, Mme CRAMBERT