

Engagements – Renseignements
La Roche Sur Yon Natation
Estelle DITTA
Piscine Arago – 85000 LA ROCHE SUR YON
Tél et Fax : 02.51.37.68.57

Catégories

Benjamins	Garçons et Filles	nés en 1999 et 2000
Poussins	Garçons et Filles	nés en 2001 et après

Règlements

Tous les participants doivent être licenciés.

Les séries seront nagées toutes catégories confondues.

Maximum 3 épreuves individuelles par nageur par réunion (finales comprises).

+ Relais 4X50 Nage Libre Mixte : 2 poussins (1 fille, 1 garçon) 2 Benjamins (1 fille, 1 garçon), de clubs (coupe Gilbert Rouleau) et de sélections départementales (coupe Henri Galipaoud).

Poussins :

- Les épreuves des 50, 100 Nage Libre et 100 4 nages se déroulent avec séries et finales A.

Benjamins :

- Les épreuves des 50 et 100 se déroulent avec séries et finales A
- Les épreuves de 200 NL et de 200 4 Nages se déroule avec classement aux temps (CT)

Récompenses

Une médaille et des cadeaux Arena aux trois premiers de chaque Finale A et des épreuves avec classement aux temps, dans chaque catégorie (poussins et benjamins).

Pour les Relais 4X50 Nage Libre Mixte, une coupe au premier club et médaille à chaque relayeur, pour les équipes classées 2^{ème} et 3^{ème} médaille à chaque relayeur

Droits d'engagement

Frais de dossier	8.00€
Epreuves Individuelles	5.00€
Epreuves de relais	8.00€

Période des engagements : du 19 Mars 2012 au 2 Avril 2012.

Les engagements sont à effectuer en ligne sur extranet.

Le règlement des engagements est à envoyer par courrier avant le 3 Avril 2012.

Pour la réservation et le paiement des repas, n'oubliez pas de joindre le coupon de réservation ci-joint.

INFORMATION INPORTANTE : Le nombre de participants est limité à 350 nageurs.

**P
r
o
g
r
a
m
m
e**

Samedi 7 Avril 2012

Echauffement Filles de 13h30 à 14h10

Echauffement Garçons de 14h10 à 14h50

Début 15h00

- 200 4 Nages Benjamins – CT
- 100 nage libre Poussins Benjamins- Séries
- 100 Papillon Benjamins – Séries
 - ° **Podiums du 200 4N Benjamins**
- 50 Brasse Poussins – Séries
- 100 Dos Benjamins – Séries
- 50 Dos Poussins

Dimanche 8 Avril 2012

Echauffement Filles de 8h00 à 8h40

Echauffement Garçons de 8h40 à 9h20

Début 9h30

- 50 Papillon Poussins – Séries
- 200 nage libre Benjamins – CT
- 100 Brasse Benjamins –Séries
 - ° **Podiums du 200 NL Benjamins**
- 50 Nage Libre Poussins Benjamins – Séries
- 100 4 Nages Poussins Benjamins- Séries

Echauffement 13h30 (Filles et Garçons)- FINALES

Début 14h30

- 50 Nage Libre Poussins
- 50 Nage Libre Benjamins
- 50 Brasse Poussins
- 100 Brasse Benjamins
 - ° **Podiums du 50 NL, 50 et 100 BRASSE**
- 50 Dos Poussins
- 100 Dos Benjamins
- 50 Papillon Poussins
- 100 Papillon Benjamins
 - ° **Podiums du 50 et 100 DOS, 50 et 100 PAPILLON**
- 100 Nage Libre Poussins
- 100 Nage Libre Benjamins
- 100 4 Nages Poussins
- 100 4 Nages Benjamins
 - ° **Podiums du 100 NL et 100 4N**
- Coupe Gilbert Rouleau : Relais 4X50 Mixte Nage Libre des clubs
- Coupe Henri Galipaoud : Relais 4X50 Mixte Nage Libre des sélections départementales
 - ° **Podiums des RELAIS**

Grille d'engagements

Dames		Epreuves	Messieurs	
Benjamines	Poussines		Benjamins	Poussins
1999/2000	2001 et après		1999/2000	2001 et après
37"00	45"00	50 m NL	37"00	46"00
1'24"00	1'40"00	100 m NL	1'24"00	1'42"00
2'58"00		200 m NL	2'58"00	
	53"00	50 m Dos		54"00
1'35"00		100 m Dos	1'35"00	
	58"00	50 m Brasse		59"00
1'45"00		100 m Brasse	1'45"00	
	55"00	50 m Pap		56"00
1'38"00		100 m Pap	1'38"00	
1'40"00	2'00.00	100 m 4 Nages	1'40"00	2'02.00
3'25"00		200 m 4 Nages	3'25"00	

Meeting Arena des Jeunes la Roche Sur Yon

Samedi 7 Avril 2012
Dimanche 8 Avril 2012



Un stand ARENA sera à votre disposition tout le week end

Tous les podiums seront récompensés par des équipements ARENA

Bassin de 25 m – 6 Couloirs
Chronométrage Electronique

INFORMATION IMPORTANTE

Afin de vous accueillir dans les meilleures conditions et considérant le peu de temps imparti entre les réunions, le club met en place un service de restauration (réalisé par un professionnel), avec des menus appropriés, au Collège des gondoliers (à 300 m de la piscine) : samedi midi, samedi soir et dimanche midi.

Le trajet, complètement sécurisé, peut se faire à pied.

Le coût par repas est fixé à 7,50 euros.

La date limite de réservation et de paiement est fixée au Mardi 27 Mars 2012.