

1^{er} MEETING DÉPARTEMENTAL de l'ESSONNE

	Compétition qualificative			25m
	23 et 24 novembre 2013			Massy
	Minimes (99/00) Cadets (97/98) Juniors (94/95/96) Seniors (93 et avant)	COMPÉTITION DE RÉFÉRENCE DÉPARTEMENTALE		
	Proposition extraNat : J-12 (premier jour de la compétition) Clôture des engagements : de J - 4 à J - 2 (à discrétion de l'organisateur) La composition des relais doit parvenir au Comité en même temps que les engagements.			

● **PROGRAMME**

1^{ère} réunion ☞ Samedi <i>Ouverture des Portes ☞ 14h30</i> <i>1^{ère} Course ☞ +1h</i>		2^{ème} réunion ☞ Dimanche <i>Ouverture des Portes ☞ 14h00</i> <i>1^{ère} Course ☞ +1h</i>	
50m Bra	Dames	50m Dos	Dames
50m Bra	Messieurs	50m Dos	Messieurs
400m NL	Dames	200m 4N	Dames
400m NL	Messieurs	200m 4N	Messieurs
50m Pap	Dames	50m NL	Dames
50m Pap	Messieurs	50m NL	Messieurs
Relais 4x50 NL	Dames	100m Bra	Dames
Relais 4x50 NL	Messieurs	100m Bra	Messieurs
100m Dos	Dames	Relais 4x50 4N	Dames
100m Dos	Messieurs	Relais 4x50 4N	Messieurs
100m NL	Dames	100m Pap	Dames
100m NL	Messieurs	100m Pap	Messieurs
200m Bra	Dames	200m Dos	Dames
200m Bra	Messieurs	200m Dos	Messieurs
200m Pap	Dames	200m NL	Dames
200m Pap	Messieurs	200m NL	Messieurs

● **ENGAGEMENTS**

- Sont qualifiés les **NAGEURS de SÉRIES RÉGIONALES et moins** Minimes, Cadets, Juniors et Seniors ainsi que ceux ayant réalisé les temps d'engagements de la grille de temps.
- Les nageurs Minimes 1^{ère} année pourront participer à cette compétition à condition de ne pas avoir participé au Trophée Lucien Zins lors de la saison 2012/2013.
- Les nageurs pourront être engagés sur **3 épreuves maximum + le relais par réunion.**
- Le Comité de l'Essonne se réserve le droit de limiter le nombre d'engagements pour ne pas saturer la compétition.

● **RÉCOMPENSES**

- Les 3 premiers de chaque épreuve par catégorie Minimes/Cadets/Juniors/Seniors seront récompensés pour les 50m, 100m, 200m, 400m NL.
- Les relais seront récompensés en Toutes Catégories.

1 ^{er} & 2 ^{ème} MEETING DÉPARTEMENTAL de l'ESSONNE CHAMPIONNATS de l'ESSONNE d'HIVER								
MESSIEURS					DAMES			
SENIORS	JUNIORS	CADETS	MINIMES		MINIMES	CADETS	JUNIORS	SENIORS
93 et avant	94 à 96	97 et 98	99 et 00		99 et 00	97 et 98	94 à 96	93 et avant
30.00	30.50	31.50	32.50	50m NL	36.00	35.50	34.50	34.00
1:07.00	1:09.00	1:10.00	1.15.00	100m NL	1:21.00	1:19.00	1:18.50	1:18.00
2:30.00	2:32.50	2:35.00	2:36.50	200m NL	2:55.00	2:51.00	2:50.00	2:49.00
5:10.00	5:15.00	5:22.00	5:35.00	400m NL	5:50.00	5:47.00	5:46.00	5:44.00
2 Séries				800m NL	x	x	x	x
x	x	x	x	1500m NL	2 Séries			
33.50	34.00	35.60	38.00	50m DOS	43.00	42.50	42.00	41.50
1:20.00	1:23.00	1:25.00	1:27.00	100m DOS	1:36.00	1:35.00	1:32.00	1:30.00
2:51.00	2:52.00	2:57.00	3:05.00	200m DOS	3:20.00	3:16.00	3:13.00	3:12.00
35.50	36.00	38.50	41.00	50m BRA	46.00	45.50	45.00	44.50
1:29.00	1:31.00	1:33.00	1:35.00	100m BRA	1:46.00	1:44.00	1:42.00	1:41.00
3:13.00	3:15.00	3:18.00	3:23.00	200m BRA	3:45.00	3:41.00	3:38.00	3:36.00
30.50	31.50	33.00	36.00	50m PAP	38.50	37.50	37.00	36.50
1:18.00	1:19.50	1:22.00	1:24.00	100m PAP	1:32.00	1:30.00	1:28.00	1:26.00
2:48.00	2:50.00	2:55.00	3:00.00	200m PAP	3:20.00	3:15.00	3:12.00	3:11.00
2:54.00	2:56.00	2:58.00	3:04.00	200m 4 N	3:20.00	3:18.00	3:16.00	3:14.00
x	x	x	x	400m 4 N	x	x	x	x