



Extranat



Limoges - Casseaux



23 Avril 2023



Filles 2010 et moins
Garçons 2009 et moins



1 € par course



20 Avril 2023
Forfaits avant le 21 Avril
minuit

LIGUE ESPOIRS ETAPE 3

Programme basé sur un parcours adapté et attractif dont l'objectif est de susciter l'engouement du plus grand nombre d'enfants et de parents pour la pratique compétitive.

Compétition réservée aux avenirs et aux benjamins.

ATTENTION CHAQUE NAGEUR QUI SOUHAITE S'ENGAGER DEVRA AVOIR UNE LICENCE COMPÉTITEUR ET NON NATATION POUR TOUS.

6 EPREUVES INDIVIDUELLES et 1 relais :

Pour être classé, chaque nageur devra participer à 3 épreuves au moins (1 "sprint", 1 "longue" et 1 épreuve de 4 nages).

Pas de limitation de nombre d'épreuve.

Règle des 2 départs

Règlement : Pas de disqualification, la pédagogie est la règle, sauf :

- Non respect de la nage et de la distance
- Non respect du règlement pour la nage libre
- Reprise d'appuis ou discontinuité de l'épreuve
- Fautes multiples (à partir de 3 fautes constatées)

Catégories :

- Avenirs
- Benjamins

Réunion N° 1 :

OP : 13h30

DE : 14h30

Epreuves :

4x50 Nage libre Dames/Messieurs/Mixtes

- Avenirs :
 - Long : 200m Nage libre
 - Sprint : : 50m
 - 4 nages : 100m
- Benjamins :
 - Long : 400m Nage libre
 - Sprint : 50m
 - 4 nages : 200m

200 Nage libre Dames et Messieurs
400 Nage libre Dames et Messieurs
50 Papillon Dames et Messieurs
50 Dos Dames et Messieurs
100 4 nages Dames et Messieurs
200 4 nages Dames et Messieurs
50 Brasse Dames et Messieurs
50 Nage libre Dames et Messieurs

Engagements :

- Non limités

Classement et récompenses :

Médailles aux 3 premiers du classement général par catégorie :

- Avenirs
- Benjamins

Carte gagnant à chaque vainqueur de série

CLASSEMENT GENERAL :

Classement à l'addition des 3 épreuves :

- 1er : 14 pts
- 2e : 12 pts
- 3e : 10 pts
- 4e : 8 pts
- 5e : 7 pts
- 6e : 6 pts
- 7e : 5 pts
- 8e : 4 pts
- 9e : 3 pts
- 10e : 2 pts

A chaque étape, récompense des 3 premiers du classement par des médailles, en avenirs et en jeunes

A l'issue de la dernière étape les 3 premiers du classements seront récompensés par des lots.