

# CHAMPIONNATS OPEN du RHÔNE-METROPOLE de LYON HIVER MAÎTRES 2023

## PROGRAMME

### 1<sup>ère</sup> Réunion :

Ouverture des portes 7h30 - début des épreuves 9h00

- 1) 400 m 4Nages Dames puis Messieurs\*
- 2) 100 m Brasse Dames puis Messieurs
- 3) 200 m Nage Libre Dames puis Messieurs\*
- 4) 50 m Dos Dames puis Messieurs
- 5) 100 m Papillon Dames puis Messieurs
- 6) 200 m Brasse Dames puis Messieurs\*
- 7) 50 m Nage Libre Dames puis Messieurs
- 8) 100 m 4Nages Dames puis Messieurs

*\* le cas échéant et suivant le nombre d'engagé(e)s, le Comité du Rhône se permettra de faire nager les nageurs 2 par ligne et mixte pour les courses de 200m et plus.*

### 2<sup>ème</sup> Réunion :

Ouverture des portes 13h00 - début des épreuves 14h00

- 9) 400 m Nage Libre Dames puis Messieurs\*
- 10) 100 m Dos Dames puis Messieurs
- 11) 200 m Papillon Dames puis Messieurs\*
- 12) 50 m Brasse Dames puis Messieurs
- 13) 100 m Nage Libre Dames puis Messieurs
- 14) 200 m Dos Dames puis Messieurs\*
- 15) 50 m Papillon Dames puis Messieurs\*
- 16) 200 m 4Nages Dames puis Messieurs\*
- 17) Relais 4x50m NL Dames puis Messieurs

*\* le cas échéant et suivant le nombre d'engagé(e)s, le Comité du Rhône se permettra de faire nager les nageurs 2 par ligne et mixte pour les courses de 200m et plus.*

## REGLEMENT

### Engagements :

- Compétition ouverte aux nageurs de 25 ans et plus (1998 et avant).
- Compétition accessible aux nageurs de la catégorie CO (20-24 ans).
- Sur l'application EXTRANAT obligatoirement
- Date limite des engagements **mercredi 15 Novembre 2023 (23h59)**
- Chaque nageur licencié à la FFN ne pourra Participer qu'à **3** courses individuelles par réunion.

### Tarifs :

3.50€ par engagement – 7.00€ par relais

### Forfaits :

- Par mail à l'adresse suivante [comiterhonenatation.adm@gmail.com](mailto:comiterhonenatation.adm@gmail.com) avant le jeudi minuit précédant la compétition.
- Sur place pendant 30 minutes après l'ouverture des portes.

### Courses :

- Elles sont nagées toutes catégories d'âges confondues, dames et messieurs séparément, sauf dispositions particulières indexées \*

### Classement - Récompenses :

- A partir des temps chronométriques, par catégories d'âges.
- Les 3 premiers(ères) par épreuve (toutes catégories) au total de points recevront une médaille et les premiers(ères) seront déclarés Champion(ne)s Hiver du Rhône Métropole de Lyon.
- Les 3 premiers relais par épreuve (toutes catégories) au total de points recevront une médaille individuelle et le premier relais sera déclaré champion Hiver du Rhône Métropole de Lyon.

### Pénalités :

- Officiels : selon le règlement en vigueur

**Dimanche 19 novembre 2023**

**Centre Aquatique Intercommunal AQUAVAL – TARARE 69170**

77, boulevard Robert Michon

Bassin de 25m - 5 lignes - Chronométrage manuel



**Comité Départemental de Natation du Rhône - Métropole de Lyon**

Espace des Sports Métropole de Lyon - 28 rue Julien - 69003 LYON

Tél : 04 72 00 11 34 - Fax : 04 72 00 11 34

email : [comiterhonenatation.adm@gmail.com](mailto:comiterhonenatation.adm@gmail.com) - Site internet : <https://abcnatation.fr/sc/170690000>

