



LANDES CUP #1 CHALLENGE SPRINT BENJAMINS ET +		
	Saint-Pierre du Mont	Dimanche 04 février
	Echauffements 8h30/13h30 – Début des épreuves 9h45/14h30 (Horaires à confirmer la semaine de la compétition)	
1 ^{ère} Réunion		2 ^{ème} Réunion
<ul style="list-style-type: none"> • *4 x 25 apnée sous l'eau • 50 m Dos • 100 m Papillon • 50 m Brasse • 100 m NL 		<ul style="list-style-type: none"> • *4x50 4N ordre des nages tiré au sort • 100 m Dos • 50 m Papillon • 100 m Brasse • 50 NL • Finale australienne (25nl)

Modalités d'engagements :

Chaque nageuse/nageur pourra être engagé(e) sur :

- Les quatre 50 m du challenge sprint ainsi qu'aux relais.

Ou

- Les quatre 100 m du challenge sprint ainsi qu'aux relais.

Ou

- Quatre épreuves individuelles maximum ainsi qu'aux relais.

Récompenses :

Benjamins : 1 médaille pour les 3 premiers du challenge sprint par année de naissance (être classé sur les 4 épreuves + classement de la finale australienne)

Juniors/Séniors : 1 médaille pour les 3 premiers du challenge sprint (être classé sur les 4 épreuves + classement de la finale australienne) sur les catégories suivantes : 2010 + 2009 / 2008 + 2007 / 2006 et avant.

Règlement :

Pour le relais 4x25 m en apnée sous l'eau. Si un nageur veut respirer, il le peut mais tous les déplacements doivent se faire sous l'eau.

L'ordre des nages pour le relais 4N sera tiré par un nageur.euse en début de compétition. Il sera identique à toutes les équipes.

Le classement du challenge sera établi comme suit :

1. Être classé sur les 4 épreuves du challenge sprint (quatre 50m ou quatre 100m).
2. Les 4 premiers du challenge des 50M et les 4 premiers du challenge des 100M (cumul des points) s'affronteront sur une australienne (25nl)
3. Les 3 premiers de l'australienne seront récompensés pour le challenge sprint.