

SAMEDI 23 MARS 2019

1^{ère} réunion

Echauffement : 12h45

Epreuves : 14h00

4 x 50 m 4 nages
800 m libre*
100 m dos
50 m papillon
4 x 50 m libre mixte
50 m paranatation**
100 m brasse
50 m libre
200 m 4 nages

Relais de la convivialité :

10 x 50 m libre mixte
(inscriptions sur place et
tirage au sort des équipes)

DIMANCHE 24 MARS 2019

2^{ème} réunion

Echauffement : 8h15

Epreuves : 9h00

400 m libre
100 m 4 nages
200 m brasse
100 m paranatation**
50 m dos
100 m papillon
200 m libre

3^{ème} réunion

Echauffement : 12h45

Epreuves : 13h30

4 x 50 m libre
200 m papillon
50 m brasse
400 m 4 nages
200 m dos
100 m libre
4 x 50 m 4 nages mixte

Remise des
récompenses
au cours des
réunions

* maximum 2 séries de 800m NL avec possibilité de doubler les séries

** NOUVEAU : 2 épreuves paranatation au programme (50m et 100m nage au choix)

GROUPES D'AGES

Epreuves individuelles

C1 25 / 29 ans (1994 – 1990)
C2 30 / 34 ans (1989 – 1985)
C3 35 / 39 ans (1984 – 1980)
C4 40 / 44 ans (1979 – 1975)
C5 45 / 49 ans (1974 – 1970)
C6 50 / 54 ans (1969 – 1965)
C7 55 / 59 ans (1964 – 1960)

C8 60 / 64 ans (1959 – 1955)
C9 65 / 69 ans (1954 – 1950)
C10 70 / 74 ans (1949 – 1945)
C11 75 / 79 ans (1944 – 1940)
C12 80 / 84 ans (1939 – 1935)
C13 85 ans et + (1934 – 1930)
C14 90 ans et + (1929 et avant)

Relais

R1 119 ans et moins
R2 120 / 159 ans
R3 160 / 199 ans
R4 200 / 239 ans
R5 240 / 279 ans
R6 280 ans et plus

ENGAGEMENTS

Date limite des engagements

Engagements à saisir sur
extranat.fr du 11 au 18 mars 2019.

Droits

- 6 Euros par épreuve individuelle
- 10 Euros par épreuve relais
Les chèques sont à libeller à l'ordre du
Nantes ASPTT Natation.

Forfaits

Les forfaits ne seront pas
remboursés mais nous vous deman-
dons de les communiquer une semaine
avant le début de la compétition.

Officiels

Chaque club visiteur présentant au
moins 5 nageurs devra fournir
impérativement au moins un officiel.

Validation

Les engagements ne seront
enregistrés qu'à réception des droits
d'engagement.

Aucune modification ou inscription ne
sera acceptée le jour des
épreuves sauf erreur de notre part.

Catégorie C0 (20-24 ans)

Les nageurs et nageuses licenciés
âgés de 20 à 24 ans peuvent
s'engager (hors course) sur les
épreuves du Grand Prix dans la
limite de 5 épreuves individuelles
sur le meeting.

Correspondance

Les engagements et règlements
sont à envoyer à :
Sylvain Havart
12 rue Jacques Anquetil
44980 Sainte-Luce-sur-Loire
shavart44@gmail.com

REGLEMENT

Bassin de 25 mètres - 8 lignes.
Chronomètre semi-automatique.
Compétition ouverte aux licenciés de 25 ans
et plus des clubs de natation affiliés à leur
Fédération Nationale de Natation.
Les licenciés de 20-24 ans (1995-1999),
catégorie C0, pourront s'engager hors course.

Relais : un même nageur ne peut
participer qu'une seule fois à chaque
type de relais. Relais mixtes constitués
de 2 femmes et 2 hommes.
Les nageurs de catégorie C0 ne pourront
participer à aucun relais.

Nombreux lots

Récompenses aux trois premiers nageurs dans
chaque catégorie d'âge.
Challenges aux clubs étrangers et au club
français le plus représenté.
Cadeaux régionaux au Relais de la
convivialité.
Récompense au 1er relais de chaque catégorie.

Pour le samedi soir, le restaurant Le Saintonge vous propose un menu spécial 25^{ème} meeting.

Merci de contacter Sylvain Havart pour tout complément d'information ou réservation.

Piscine Jules Verne

rue de la Haluchère - 44300 NANTES / tél : 02.51.89.16.20
Autoroute A11 depuis Paris /Rocade-Porte de Carquefou
Train : liaison TGV puis tram (station Haluchère-ligne 1)
Avion : Aéroport International Nantes-Atlantique

ASPTT Nantes Natation

42 rue Appert - 44100 NANTES
tél : 02.51.72.30.00 / fax : 02.51.84.91.71
site web : <http://nantes-natation.asptt.com>
e-mail : natation@aspttnantes.fr