

## REGLEMENT POUSSINS - BENJAMINS

Dimanche 15 Décembre	<b>MANCHE SWIMMI-GAMES OPEN</b>	Cherbourg
<b>Conditions d'accès</b>		
▪ Catégories d'âge : Filles et Garçons 10 à 13 ans (2004, 2003, 2002 et 2001)	▪ Les nageurs nés en 2004 doivent être obligatoirement titulaires du pass'compétition	
<b>Engagements</b>		<b>Résultats</b>
▪ Période d'engagements extranat : du 4 au 11 décembre minuit. ▪ Edition des programmes : 12 décembre 2013	▪ Envoi par mail aux clubs le 16 décembre	

### Préambule

Cette compétition est le premier rendez-vous de l'année sportive au vue de constituer les équipes pour la Coupe de France des Départements. Il s'agit d'une épreuve open dans la perspective d'un premier regroupement des meilleurs espoirs de la natation.

### Contenu du programme

- **Epreuves individuelles**  
50 nage libre, 100 dos, 100 brasse, 200 4 nages, 100 papillon, 100 nage libre
- **Epreuves de relais**  
4 x 50 4 nages mixte, 4 x 50 4 nages dames et 4 x 50 4 nages messieurs  
4 x 50 nage libre mixte, 4 x 50 nage libre dames et 4 x 50 nage libre messieurs

Les épreuves sont disputées par séries et finales :

- Finales poussins
- Finales benjamins

### Modalité d'engagement

Les engagements des clubs doivent être faits sur <https://www.extranat.fr> pour le 11 Décembre minuit, accompagnés des droits d'engagement (3.80 € pour les épreuves individuelles et 6 € pour les relais).

### Modalité de participation

4 épreuves maxi par nageur  
Les nageurs nés en 2004 doivent être obligatoirement titulaires du pass'compétition.

### Récompenses

Les récompenses des épreuves individuelles seront remises à l'issue de chaque finale.  
Les récompenses des relais seront remises par catégories à l'issue de l'épreuve.

## Programme et horaires

Dimanche 15 Décembre

1<sup>ère</sup> réunion

Ouverture des portes : 8h00  
Début des épreuves : 8h45

50 nage libre  
100 dos  
100 brasse  
4 x 50 4 nages mixte  
100 papillon  
100 nage libre  
4 x 50 nage libre mixte

2<sup>ème</sup> réunion

Ouverture des portes : 14h30  
Début des épreuves : 15h15

200 4 nages (classement aux temps)  
50 nage libre (finale poussins - finale benjamins)  
100 dos (finale poussins - finale benjamins)  
100 brasse (finale poussins - finale benjamins)  
4 x 50 4 nages dames  
4 x 50 4 nages messieurs  
100 papillon (finale poussin - finale benjamins)  
100 nage libre (finale poussins - finale benjamins)  
4 x 50 nage libre dames  
4 x 50 nage libre messieurs

Modification