













Coupe Pouss' n°1

	Compétition d'animation (Règle des 2 départs)				
Catégories d'âge	POUSSINS nés en 2001 et 2002				
Organisation	CD93		25 mètres		Manuel
Samedi 10 déc. 2011	Bondy		OP : 13h30		PC : 14h30
	Blanc-Mesnil		OP : 13h30		PC : 14h30
	Neuilly-Plaisance		OP : 13h30		PC : 14h30
	Villepinte		OP : 18h00		PC : 19h00
Date limite des Engagements	Mercredi 16 nov. 2 011	Commission de natation	Lundi 21 nov. 2011	Date limite des forfaits	Mercredi 07 déc. 2011

Préambule :

Cette compétition est prise en compte dans le calcul des points en vue de l'attribution du label « club formateur ». Elle permet de se qualifier pour la finale Coupe Pouss' au mois de mai.

Modalités d'engagement :

Les nageurs ne peuvent nager que 3 épreuves (hors 25 mètres).

Les nageurs engagés sur 50 mètres doivent avoir validé le 25 mètres de la spécialité ou entrer dans la grille suivante sous peine d'invalidation de la performance et d'une facturation à 5€ l'engagement.

50 Crawl	1'00"00	50 Dos	1'08"00	50 Brasse	1'18"00	50 Papillon	1'06"00
----------	---------	--------	---------	-----------	---------	-------------	---------

Les nageurs engagés sur le 100*4N doivent avoir validé le 25 mètres sur les 4 nages. Les nageurs engagés sur le 200 Crawl doivent avoir validé le 50 Crawl.

Les relais 4 X 25 m Mixtes n'existant pas sur extranat, ils sont engagés par mail et composé de 2 filles et 2 garçons.

Règlement sportif :

Règle des 2 départs (compétition Poussins) conformément aux dispositions particulières de la FFN.

Les règlements concernant les départs, les virages et les nages seront appliqués strictement.

Programme :

Réunion du samedi 10 décembre 2011			
1	100*4N Filles & Garçons	6	50 Crawl Filles & Garçons
2	25 Crawl Filles & Garçons	7	50 Dos Filles & Garçons
3	25 Dos Filles & Garçons	8	50 Brasse Filles & Garçons
4	25 Brasse Filles & Garçons	9	50 Papillon Filles & Garçons
5	25 Papillon Filles & Garçons	10	200 Crawl Filles & Garçons
	Pause	11	Relais 4x25 Crawl Mixte

Récompenses :

Rubans : Validation des 25 mètres et des 50 mètres de spécialité suivant la grille de temps.

Grille de temps pour la validation des 25 et 50 mètres :

25 Crawl	28"00	25 Dos	30"00	25 Brasse	38"00	25 Papillon	35"00
50 Crawl	1'00"77	50 Dos	1'08"43	50 Brasse	1'18"71	50 Papillon	1'06"41