













Coupe Pouss' n°3

		Compétition d'animation (Règle des 2 départs)				
Catégories d'âge		POUSSINS nés en 2001 et 2002				
Organisation	CD93		25 mètres		Manuel	
Samedi 11 fév. 2012	Bondy		OP : 13h30		PC : 14h30	
	Drancy		OP : 18h30		PC : 19h30	
	Neuilly Plaisance		OP : 14h00		PC : 15h00	
	Villepinte		OP : 18h00		PC : 19h00	
Date limite des Engagements	Mercredi 18 janv. 2012	Commission de natation	Lundi 23 janv. 2012	Date limite des forfaits	Mercredi 8 fév. 2012	

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 un 200 mètres doivent avoir validé le 50 mètres dans le même style de nage. Les nageurs engagés sur le 200*4N doivent avoir validé les 50 mètres sur les 4 nages. Les relais 4 X 25 m Mixtes n'existant pas sur extranat, ils sont engagés par mail et composés chacun de 2 garçons et 2 filles. Un club peut engager plusieurs relais.

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 11 février 2012			
1	100*4N Filles & Garçons	7	50 Crawl Filles & Garçons
2	200*4N Filles & Garçons	8	50 Dos Filles & Garçons
3	25 Crawl Filles & Garçons	9	50 Brasse Filles & Garçons
4	25 Dos Filles & Garçons	10	50 Papillon Filles & Garçons
5	25 Brasse Filles & Garçons	11	200 Dos Filles & Garçons
6	25 Papillon Filles & Garçons	12	200 Crawl Filles & Garçons
	Pause	13	Relais 4x25 NL Mixte

Récompenses :

Rubans : Validation des 25 mètres et des 50 mètres 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