



**A L'EAU LES LILAS**

**Vendredi 14 juin 2019**

## Règlement

La compétition est ouverte à tous les nageurs licenciés à la FFN de plus de 25 ans, ainsi qu'aux nageurs de 18 à 24 ans ne participant à aucune compétition inscrite aux programmes départemental, régional et/ou fédéral.

Conformément au règlement du Circuit Maîtres du CD 93, chaque nageur ne pourra être engagé que sur 2 épreuves individuelles au maximum et le relais.

Bassin de 25 mètres – 4 lignes d'eau.

Le règlement FINA sera appliqué.

**Bonnet de bain obligatoire.**

## Programme

19h00: ouverture des portes et échauffement

19h30: début de la compétition

**50m Nage Libre D&M**

**50m Dos D&M**

**100m 4 Nages D&M**

**50m Papillon D&M**

**50m Brasse D&M**

**Relais 4x50 Nage Libre Mixte**

### **Classement par catégorie**

#### *Epreuves individuelles*

|              |                     |
|--------------|---------------------|
| C0 18/24 ans | C5 45/49 ans        |
| C1 25/29 ans | C6 50/54 ans        |
| C2 30/34ans  | C7 55/59 ans        |
| C3 35/39 ans | C8 60/64 ans        |
| C4 40/44ans  | C9 et + 65 ans et + |

### **Récompenses**

Les 3 premiers de chaque épreuve individuelle, dans chacune des catégories d'âge dames et messieurs, recevront une médaille.

## Inscription et officiels

Les engagements se font en ligne sur le serveur Extranat **jusqu'au mercredi 12 juin 2019 minuit.**

Prévoir un officiel par club pour faciliter le déroulement de la compétition.

## « Epreuve » post-compétition

La compétition sera suivie pour celles et ceux qui le souhaitent d'un repas qui se déroulera à la salle polyvalente du Club des Hortensias allée des Hortensias Les Lilas (à 1000m de la piscine).

Le prix du repas est de 20€ et sera à régler sur place (merci de privilégier un règlement par club si possible).

Pour des raisons d'organisation et de sécurité, le nombre de places étant limité à 50 personnes, les réservations se feront dans l'ordre d'arrivée des inscriptions, à transmettre par mail à l'adresse

[cslilasnatation@yahoo.fr](mailto:cslilasnatation@yahoo.fr) avant le 12 juin 2019.

## Lieu de la compétition

CS Lilas Natation & Piscine municipale Mulinghausen (Centre Sportif Floréal)  
202 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny 93260 LES LILAS

# REPAS 20€



## MENU ESPAGNOL

Paëlla + Fromage + Dessert

