

## Coupe Pouss' n°5

	Compétition d'animation (Règle des 2 départs)				
Catégories d'âge	<b>POUSSINS</b> nés en 2001 et 2002				
Organisation	CD93		25 mètres		Manuel
<b>Samedi</b> <b>7 avril 2012</b>	Le Bourget		OP : 19h00		PC : 20h00
	Le Raincy		OP : 19h00		PC : 20h00
	Rosny		OP : 16h00		PC : 17h00
	Villepinte		OP : 18h00		PC : 19h00
Date limite des Engagements	Mercredi 21 mars 2012	Commission de natation	Lundi 26 mars 2012	Date limite des forfaits	Mercredi 4 avril 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 :

Depuis la 4<sup>ème</sup> journée, il n'y a plus de 25 mètres dans les journées poussins ; Les poussins qui doivent valider leurs 25 mètres nagent pendant les journées avenir. Les nageurs ne peuvent nager que 3 épreuves.

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 doivent avoir validé le 50 dans la 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 7 avril 2012			
1	100*4N Filles & Garçons	7	Pause
2	200*4N Filles & Garçons	8	50 Dos Filles & Garçons
3	50 Crawl Filles & Garçons	9	200 Brasse Filles & Garçons
4	100 Papillon Filles & Garçons	10	50 Brasse Filles & Garçons
5	50 Papillon Filles & Garçons	11	400 Crawl Filles & Garçons
6	200 Dos Filles & Garçons	12	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 50 mètres :

50 NL	1'00"77	50 Dos	1'08"43	50 Brasse	1'18"71	50 Papillon	1'06"41
-------	---------	--------	---------	-----------	---------	-------------	---------