

BENJATHLON 4			
	<b>Compétition qualificative à la Finale Départementale</b>		
	filles benjamins	2011 2010	2010 2009
	garçons		
2 courses par demi journée soit 6 nages sur le week-end 1 seule distance par nage autorisé pour 800 nl ou 1500 nl/ 200 4 ou 400 4			
	25m		chronométrage manuel
ROSNY-SOUS-BOIS			
15/16 avril 2023			
samedi OP 14H		dimanche OP 13H	
200 nl		50 pap	
50 brasse		100 brasse	
100 pap		200 dos	
1500 nl		200 pap	
800 nl		100 nl	
samedi OP 18H		50 dos	
200 brasse			
100 dos			
50 nl			
200 4 nages			
400 4 nages			

## Règlement

Le circuit s'adresse à la catégorie Benjamins et avenir 3

Les plots 3 et 4 et la finale sont qualificatifs **aux championnats de France Benjamins**, au championnat régional et à la finale départementale.

## Engagements

Chaque plot aura lieu sur 3 demi-journées.

Les nageurs peuvent s'engager sur 2 courses par demi-journée, soit 6 courses par plot. Il ne sera pas possible de s'engager sur les 2 épreuves de demi-fond et/ou les 2 épreuves de 4 nages.

**Ex : 800 nl ou 1500 nl / 200 4 nages ou 400 4 nages.**

Le règlement sera appliqué strictement mais de façon plus pédagogique.

Le CD se réserve le droit de limiter le nombre de séries de demi-fond et/ou de doubler les séries pour respecter un volume horaire de compétition correct.

## Dispositions particulières

Sont autorisés à s'engager sur le circuit Benjathlon, les 4 premières nageuses et 4 premiers nageurs du classement à l'issue des 4 plots du natathlon avenir 3 2021/2022.

OLIVERO Elora JAD

CHENNOUFI Sabrina BMSN

DONVAL Wylliana ACNAVI

CASTELNAU-FRANCOIS Eve CSNNG

NEMDALI Amine JAD  
GODET Joseph RSCM  
SCHMITT Stanislas JAD  
KAHILA Noah ASB

**Attention !!:** toute participation sur une étape du Benjathlon, ne permettra plus de s'engager sur le circuit Avenirs. Toutefois, les Avenirs 3 effectueront leur finale avec leur catégorie sur les mêmes modalités de classement il faudra avoir nagé les groupes d'épreuves suivants :

200 nl ou 400 nl

100 4 nages ou 200 4 nages

50 ou 100 de chaque nage (papillon/dos/brasse/nl)

Les récompenses sur le Benjathlon ne concerneront pas les Avenirs autorisés à s'engager.

### Récompenses

1 médaille aux 3 premiers par année d'âge sur la table de cotation des 4 meilleures épreuves du week-end.

### Classement pour la finale

Afin de participer à la Finale, il faudra avoir nagé :

- 1 épreuve de  $\frac{1}{2}$  demi-fond : 800 NL ou 1500 NL (bonification de 100 pts pour 1500 nl)

- 1 épreuve de 4 Nages : 200 4N ou 400 4N (bonification de 100 pts pour le 400 4 nages)

- 1 50NL obligatoirement

- 1 épreuve de spécialité : un 100m ou un 200m au choix qui n'est ni de la Nage Libre ni du 4N

### Participation à la finale

Classement aux cumuls des 4 plots avec obligations de participation à toutes les nages (voir classement pour la finale ci-dessus)

-3 séries pour les benjamins 2

-3 séries pour les benjamins 1

Pour être classés et récompensés, les nageurs devront s'engager et nager obligatoirement sur l'ensemble des courses de la finale : 100 papillon/100 dos/100 brasse/50 nl/400 nl/200 4 nages.

Le classement du nageur complet récompensera les 3 premiers par année d'âge à l'issue des 6 épreuves.