


<b>COMITE DEPARTEMENTAL de SEINE-SAINT-DENIS</b>					
<b>Journée des 4 Nages N° 3</b>				<b>4N1</b>	
	<b>Poussins &amp; Benjamins Minimes - Cadets - Juniors &amp; Seniors</b>			<b>25m</b>	
	<b>7 mai 2011</b>		<b>Organisation Départementale</b>		
	Tremblay P/B	Samedi	O.P. = 18h00		
	Drancy M/S	Samedi	O.P. = 18h30		
	Commission Natation :		<b>Lundi 2 mai 2011</b>		
	Date limite d'engagement <b>Dimanche 1<sup>er</sup> mai 2011</b>		<b>Forfaits :</b>  mercredi 4 mai 2011		

**REGLEMENT :**

⇒ Les nageurs doivent nager chaque nage dans l'ordre ci-après défini, *le temps de référence pour constituer les 1<sup>ères</sup> séries* est le 50m ou le 100m Dos. **Les nageurs doivent être engagés sur toutes les nages.**

⇒ Le classement se fait à l'addition des temps des 4 x 50m ou 4 x 100m, le vainqueur sera le nageur qui aura le meilleur total pour chaque journée. Il y aura un classement Benjamins/Poussins – un classement Minimes – un classement Cadets – un classement Juniors/Seniors.

⇒ Les séries sont recomposées en fonction des classements intermédiaires (Dos + Brasse – Dos/Brasse + Crawl). Un nageur disqualifié se verra attribuer un temps de 1'30" pour un 50m et 3'00" pour un 100m.

⇒ Un club peut engager **plusieurs Relais.**

**PROGRAMME :** Séries alternées Dames et Messieurs.

<b>Samedi 7 mai 2011</b>	
<b>1- 50m Dos Dames</b>	<b>2- 50m Dos Messieurs</b>
<b>3- 50m Brasse Dames</b>	<b>4- 50m Brasse Messieurs</b>
<b>5- Relais 8 x 50m N.L. Mixte (4 filles + 4 Gars)</b>	
<b>6- 50m N.L. Dames</b>	<b>7- 50m N.L. Messieurs</b>
<b>8- 50m Papillon Dames</b>	<b>9- 50m Papillon Messieurs</b>
<b>Remise des récompenses</b>	

Une médaille aux 3 premiers par catégorie et par journée et aux Relais vainqueurs.

La **Coupe « JOURNEE des 4 NAGES »** sera offerte aux premiers des catégories définies par l'addition des temps des 2 journées, l'une pour les 50m et l'autre pour les 100m.