

**Samedi 15 et Dimanche  
16 Février 2020**

**JOQUA 1**

**A déterminer  
25m x 6 couloirs**

## CATEGORIES

Juniors / Seniors

**HORAIRES** : Les horaires sont susceptibles de changer selon le nombre d'engagements.

- Ouverture des Portes à 8h00
- Evacuation du bassin à 8h55
- Début à 9h00
- Ouverture des Portes à 13h30
- Evacuation du bassin à 14h25
- Début à 14h30

SAMEDI	MATIN	DIMANCHE	MATIN
	1500 NL		400 Nage Libre Messieurs
50 Dos	100 Dos		
100 Brasse	200 4 Nages		
200 Papillon	50 Nage Libre		
100 Nage Libre	800 NL Dames		
APRES-MIDI	APRES-MIDI		
400 4 Nages	800 NL Messieurs		
50 Papillon	200 Nage Libre		
50 Brasse	100 Papillon		
200 Dos	200 Brasse		
400 Nage Libre Dames			

## REGLEMENT

- 8 engagements individuels possibles sur l'ensemble de la compétition
- Les forfaits doivent être réalisés au moins 30 minutes avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé.
- Les performances qui ne rentrent pas dans la grille feront l'objet d'une amende à l'issue de la compétition

## RECOMPENSES

Pas de récompenses pour cette compétition

## ENGAGEMENTS

Les engagements se font exclusivement en ligne par extranet. La date limite pour cette compétition est fixée au **mercredi 12 Février (23h59)**. Tout engagement après cette date sera facturé 10€ par épreuve.

**COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE**

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux  
05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / [contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)  
<http://gironde.ffnatation.org>