

# Interclubs Poussins

Date: Samedi 30 Avril 2016

Lieu : Cenon (à confirmer)

Catégorie: Poussins (2005-2007)

	SAMEDI MATIN		SAMEDI APRES MIDI
1	4 x 50 NL Mixte	5	4 x 50 4 Nages Mixte
2	100 4 Nages Dames	6	100 4 nages Messieurs
3	50 Papillon Messieurs & Dames	7	50 Brasse Dames & Messieurs
4	50 Dos Messieurs & Dames	8	50 NL Dames & Messieurs

Récompense:

podium pour les 3 premières équipes à l'addition des points des 4 nageurs et des relais.

Programme :

- Les nageurs devront être titulaires du Pass'compétition Natation Course
- Possibilité de composer des équipes mixtes (1-3 ou 2-2)
- Les nageurs devront respecter la grille de temps départementale
- Chaque équipe est composée de 4 nageurs
- Chaque nageur doit participer aux épreuves suivantes :
  - 2 relais (4x50 NL & 4x50 4 Nages)
  - le 100 m 4 Nages
  - Deux 50 mètres
- Chaque 50 mètres sera nagé par 2 nageurs différents

Fin des engagements Extranat :

Mercredi 27 avril Minuit