

## Les Interclubs par catégories

### IC Benjamins Samedi 12 Mai

(Engagements avant le mardi 8 Mai minuit)

#### Programme de la compétition :

Samedi Matin	Samedi Apres Midi
200 4 Nages Filles	200 4 Nages Garçons
100 Dos Garçons	100 Dos Filles
100 Brasse Filles	100 Brasse Garçons
100 Pap Garçons	100 Pap Filles
100 NL Filles	100 NL Garçons
4 x 50 NL Garçons	4 x 50 NL Filles

Horaires :

Lieux :

Règlement :

Annuel Règlements 2011-2012 pages 82 & 83  
Chaque équipe sera composée de 4 nageurs.

Tous les nageurs de l'équipe doivent nager le 200 m 4 Nages, une épreuve individuelle et le relais.

Une épreuve réservée aux remplaçants sera organisée

Récompenses

Médailles & Coupes aux 3 premières équipes

### IC Minimes + Cadets Dimanche 13 Mai

(Engagements avant le mercredi 9 Mai minuit)

#### Programme de la compétition :

Dimanche Matin	Dimanche Apres midi
4 x 200 NL Filles	4 x 200 NL Garçons
4 x 100 NL Filles	4 x 100 NL Garçons
200 Dos Garçons	200 Dos Filles
100 Dos Garçons	100 Dos Filles
200 Brasse Filles	200 Brasse Garçons
100 Brasse Filles	100 Brasse Garçons
200 Pap Garçons	200 Pap Filles
100 Pap Garçons	100 Pap Filles
200 4 Nages Filles	200 4 Nages Garçons
100 4 N Garçons	100 4 N Filles
4 x 100 4 N Garçons	4 x 100 4 N Filles
4 x 50 4 Nages Filles	4 x 50 4 Nages Garçons

Horaires :

Lieux :

Règlement de la compétition :

En noir, le programme des Minimes  
En bleu & gras les cadets  
Chaque équipe est composée de 4 Nageurs  
Une épreuve réservée aux remplaçants sera organisée

Récompenses

Médailles & Coupes aux 3 premières équipes

### IC Poussins Samedi 2 Juin

(Engagements avant le mardi 29 Mai minuit)

#### Programme de la compétition :

Samedi Matin	Samedi Apres midi
100 4 Nages Dames	100 4 Nages Garçons
50 Dos garçons	50 Dos Filles
50 Brasse Filles	50 Brasse Garçons
50 pap Garçons	50 Pap Filles
50 NL Filles	50 NL Gaçons
4 x 50 4 Nages Garçons	4 x 50 4 Nages Filles

Horaires :

Ouverture des portes à 8h00 et 14h00  
Début de la compétition à 9h00 et 15h00

Lieux : Piscine Municipale d'Ambarès  
Rue Pierre Barre  
33440 Ambarès-et-Lagrave

Règlement de la compétition :

**Pour qualifier une équipe :**

3 Pass'compétition validés

**OU**

4 nageurs ayant nagé un 100 4 Nages lors  
de la coupe de noel

1 avenir maxi pour compléter les équipes

Tous les nageurs de l'équipe doivent nager le 100  
4 Nages, une épreuve individuelle et le relais.