

**Circuit départemental 3<sup>ème</sup> partie**  
**Samedi 28 et Dimanche 29 Novembre à Le Bouscat**

Compétition qualificative aux championnats régionaux

**Catégories :**

- Benjamins :
  - 2 épreuves par réunion
  - les nageurs devront réalisés les temps minimales (cf. grille départementale page 30)
  - Pas d'engagements possible sur les 100 mètres et le 200 m 4 Nages
- Minimales à Seniors

**Conditions de participation :**

- Compétition ouverte aux nageurs licenciés en Gironde.
- Les nageurs devront respecter la grille de temps départementale (page 30)
- Engagements des nageurs avant **le mardi 24 novembre minuit** sur extranat.fr

**Récompenses :**

- Pas de récompense lors de cette compétition

**Horaires :**

- Ouverture des portes 7h30 pour un début à 8h30
- Ouverture des portes 14h00 pour un début à 15h00

| <b>Samedi 28 Novembre</b> |                   |
|---------------------------|-------------------|
| <b>Matin</b>              | <b>Après midi</b> |
| 400 m Nage Libre          | 200 m 4 Nages     |
| 50 m Brasse               | 50 m Nage Libre   |
| 200 m Papillon            | 100 m Brasse      |
| 100 m Dos                 | 50 m Papillon     |

| <b>Dimanche 29 Novembre</b> |                   |
|-----------------------------|-------------------|
| <b>Matin</b>                | <b>Après midi</b> |
| 200 m Nage Libre            | 100 m 4 Nages     |
| 50 m Dos                    | 200 m Dos         |
| 200 m Brasse                | 100 m Nage Libre  |
| 100 m Papillon              |                   |