

**INTERCLUBS AVENIRS**

Lieu: piscine Val de Thouet Saumur (5 couloirs)

Club responsable de l'organisation : Saumur Natation  
Engagements sur Extranat

Date limite d'engagement et validation : 12/12/2024

Récompenses : CD49 - une coupe aux trois premières équipes filles et aux trois premières équipes garçons plus Médailles

Récompenses : CD49- une médaille de bronze à tous les participants sur la compétition d'animation

**REGLEMENT/EPREUVES**

Chaque Equipe est composée de 4 nageurs

Tout nageur doit impérativement participer à deux épreuves individuelles (50 au choix et 100 4N) ainsi qu'aux deux relais

- 50 pap /50 dos/ 50 br/50 cr /100 4N
- 4\* 50 NL
- 4\* 50 4n

Une épreuve réservée au remplaçant de chaque équipe pourra être organisée (une seule course par nageur correspondant aux épreuves de la compétition)

Les équipes mixtes (sexes ou clubs) seront autorisés mais hors classement.

Le temps de pause du midi pourra être adapté en fonction du nombre d'engagement.

**PROGRAMME**

HORAIRE ECHAUFFEMENT	HORAIRE COMPETITION	EPREUVES	REMARQUES
9h00	9h45	INTERCLUBS 4*50NL 50 PAP 50 DOS  pause 10" 100 4N	
13h00	13h45	INTERCLUBS: 4*50 4N 50 BR 50 NL	