Programme

Samedi Matin

Echauffement:	8h30
Evacuation:	9H30
Début des Epreuves:	9H45
50 m NL:	filles et garçons
200 m pap:	filles et garçons
50 m dos:	filles et garçons
Fin de matinée:	12H00

Samedi Après-Midi

Echauffement:	13H00
Evacuation:	14H10
Début des Epreuves:	14H15
200 m NL:	filles et garçons
50 m pap:	filles et garçons
200m brasse:	filles et garçons
4x50 4N:	mixte
4x50 4N:	inter-âge filles et garçons
Fin de journée:	19H15

Dimanche Matin

Echauffement:	7H30
Evacuation:	8H30
Début des Epreuves	8H35
50 m brasse:	filles et garçons
200 m dos:	filles et garçons
4x50 m NL	mixte
4x50 m NL	inter-âge filles et garçons
Fin de matinée:	12H15

Dimanche Après-Midi

Echauffement:	13H30
Evacuation:	14H15
Défilé de nageurs:	14H30
Début des Epreuves	14H45
Finales par catégories d'âge:	
100 m pap:	filles et garçons
100 m dos:	filles et garçons
100m brasse:	filles et garçons
100 m NL:	filles et garçons
Fin de journée:	17H30

Reglement

* Bassin de 25 mètres, chrono Semi-Automatique, 5 lignes d'eau- petit bassin de récupération.
* Meeting disputé selon le règlement de la FFN et de la FINA.
* Pour disputer les finales, le nageur doit participer aux 50 et 200 m et être classé dans les cinq premiers à l'addition des points des 2 courses (table de cotation de la FFN) , par nage et par catégorie.
*Engagements illimités.
* Tout forfait à une finale doit être connu dans les 30 min qui suivent l'annonce des qualifiés.
* Les relais inter-âge doivent comporter 1 poussin/ 1 benjamin/ 1 minime/ 1 cadet, junior, senior.
* Les relais sont classés toute catégorie.
* Chaque club est tenu de fournir, au minimum, un officiels pour le bon déroulement de la compétition.
* Le CN Coutances se réserve le droit de limiter le nombre d'engagements par club en cas de trop forte participation ou de non respect des temps limites (remboursement des frais d'engagement).
* Possibilité de réserver un repas froid pour le dimanche soir (7 euros), sur commande à l'inscription.

Catégories d'Age

Filles et garçons étant né(e)s

Seniors:	93- et plus
Juniors:	1996-95-94
Cadets:	1998-1997
Minimes:	2000-1999
Benjamins:	2001-2002
Poussins:	2003-2004

Finales par catégorie

Cadets-Juniors-Seniors réunis

Engagement

Accord de participation à retourner avant le 31 décembre 2013

Les droits d'engagement sont fixés à **8 euros** par style de nage (50 m, 200m).

Les droits d'engagement sont fixés à **4,5 euros** par épreuve individuelle, dans le cas d'un nageur engagé par exemple au 50 m pap et pas au 200 m pap

Les droits d'engagement sont fixés à **6 euros** par équipes de relais.

Les engagements se feront sur Extranat, date limite le 14 janvier 2013

En cas de retard d'engagement, le CNC se reserve le droit de les refuser.

Recompenses

L'ensemble des podiums de chaque finale est récompensé de médailles et par notre partenaire **ARENA.**

Podiums des relais: une coupe

Remise d'une récompense pour L'ensemble des participants.

Correspondance - secrétariat

Piscine communautaire
Route de Saint-Malo - 50200 COUTANCES
Fax: 02 33 07 58 08
E-mail: clubnautiquecoutances@hotmail.fr
Site: http://www.clubnautiquecoutances.com

BOUTIQUE ARENA sur place les 2 jours.
Buvette, Tombola.

RESTAURANTS:
CREPERIE LA MORINIERE: Tel: 02 33 07 52 20
LA PERGOLA: ZI Château de la Mare. Tél: 02 33 45 93 22
BRASSERIE: L'Espérance 3 Av Verdun. Tél: 02 33 47 94 05.
ONCLE SCOTT'S: ZI Château de la Marre. Tél: 02 33 47 61 74.

HOTEL:
IBIS BUDGET COUTANCES/ ZI Château de la Mare. Tél: 08 92 68 40 19