

Fiche Technique

Compétition d'Animation

18/12/2022

Troyes /Chartreux

Filles

Garçons

Avenirs

Jeunes

Juniors

Séniors

Avenirs

Jeunes

Juniors

Séniors

2012 et après

2011-2009

2008-2005

2004 et avant

2011 et après

2010-2008

2007-2004

2003 et avant

Ouverture des Portes :13h30

Début des Epreuves : 14h30

Programme

25m Brasse Avenirs

Pause : 10 minutes

4 x100m NL D et M

25m NL Avenirs

50m Dos-Brasse Avenirs

4 x 50m NL Mixtes

4 x 50m 4N Mixte

50m Brasse-Crawl Avenirs

100m 4N Avenirs

4 x 100m 4N D et M

(Chaque nageur fait un 100m 4N)

Règlement

Chaque entraîneur vient avec sa liste des nageurs, préparation des billets pour le tirage au sort des équipes

Un repas pour le midi pour les entraîneurs lors de leurs préparations de compétition

Récompenses :

Prévoir un goûter et boissons pour tous les participants