

Comité du Loir-et-Cher

Coupe promotion 3

Date : 21 mars 2020	Lieu : Salbris	Nombre de lignes d'eau : 4
Engagements sur Extranat avant le 19 mars		

Règlement :

- Les nageurs peuvent s'engager sur 3 épreuves individuelles maximum.
- Compétition réservée aux nageurs débutants ne pouvant pas participer au trophée jeunes :
 Filles nées en 2007 à 2009 / Garçons nés en 2006 à 2008
- Les relais seront composés sur place.

Récompenses :

La première Fille et le premier garçon par épreuve.

Dbjectifs:

Découvrir et pratiquer la compétition natation course en situation réelle. Permettre d'acquérir selon son rythme, les compétences requises par une pratique de compétition, s'agissant de la maitrise des éléments techniques et réglementaires de la discipline.

➤ Officiel:

Chaque club est tenu de fournir au minimum un officiel.

Programme		
Ouverture des portes	14h	
Début des épreuves	15h	
	25 Pap	
Épreuves	50 Dos/Brasse (soit 25 en dos et 25 en brasse) 100 nl	
- Epicaves	25 nl	
	50 Pap/Dos (soit 25 en papillon et 25 en dos)	
	4X25 nl	