

# COMITE 28 NATATION

## COUPE 28

Minimes Cadets Juniors Seniors Maîtres  
série départementale et plus

DATE	DIMANCHE 31 JANVIER 2010	
LIEU	VOVES	
OUVERTURES DES PORTES	8H00	13H30
DEBUT DES EPREUVES	9H00	14H00

	1ère réunion	2ème réunion
<b>PROGRAMME</b>	200 NL 50 B 100 D 200 4N 100 P 50 NL 200 B	50P 200 D 100 B 400 4N 100 NL 200 P 50 D

Un nageur ne peut s'engager que sur un seul groupe de nage ou à trois épreuves individuelles au plus.

Les séries seront nagées au temps.

Les engagements se font par groupe de nage :

nage libre : 50 + 100 + 200,  
dos : 50 + 100 + 200,  
brasse : 50 + 100 + 200,  
papillon : 50 + 100 + 200,  
4 nages : 200 + 400,

Récompenses : Les trois premiers de chaque groupe de nage par catégorie seront récompensés par une médaille.

Chaque club est tenu de fournir au minimum un officiel par réunion.

**LES ENGAGEMENTS SERONT FAITS PAR EXTRANAT.**