

Finale Régionale du « Micathlon EDF »

FINALITES :

Qualification CFR, compétition en bassin de 50m pour les minimes et cadets.

DATE ET LIEU :

Samedi 21 et Dimanche 22 Avril 2012 à **La Rochelle(17)**

DETAIL DES EPREUVES :

50, 100 et 200 Papillon

50, 100et 200 Dos

50, 100 et 200 Brasse

50, 100, 200, 400, 800 et 1500 NL

200 4N et 400 4N

Finale A et B Minimes sur tous les 50m 100m

Finale A Minimes sur tous les 200m et 400m

Finale A et B Cadets sur tous les 50m 100m

Finale A Cadets sur tous les 200m et 400m

Classement au temps sur tous les 800m et 1500m ainsi que sur les relais.

MODALITES DE QUALIFICATION :

Tous les nageurs Minimes et Cadets peuvent prendre part à la finale régionale du Micathlon sous les conditions suivantes :

1. avoir nagé au moins 8 épreuves du programme du Micathlon (dont le 400 4N obligatoire),
2. avoir marqué au moins 1 point à la table de cotation dans chacune des 8 épreuves,
3. avoir totalisé le nombre minimum de points au cours des 3 étapes du MICATHLON.
 - **5600 points** pour les minimes filles
 - **4420 points** pour les minimes garçons
 - **4620 points** pour les cadettes filles
 - **4290 points** pour les cadets garçons

Une dérogation exceptionnelle pourra être accordée aux nageurs Minimes Cadets s'entraînant en Pôle à l'extérieur de la région. Uniquement avec celle-ci les nageurs pourront accéder à la finale du Micathlon sans prendre part aux étapes de qualification. Cette dérogation sera délivrée à la demande écrite de l'intéressé et après accord du CTR NC et de la commission sportive natation course.

MODALITES D'ENGAGEMENT :

Les engagements devront être réalisés sur Extranat avant le lundi à 23h59. 3€ par Course

RECOMPENSES :

Un bon d'achat aux trois premiers par catégories (Min F, Min G, CadF, CadG) au cumul de toutes les épreuves du programme de la finale régionale. Une place pour une journée l'Open EDF à chaque vainqueur de chaque finale A des épreuves individuelles par catégorie. Une médaille aux 3 premiers de chaque course.

PROGRAMME et HORAIRES :

<i>Samedi</i> <i>OP : 7h30 – DE : 9h00</i>	<i>Samedi</i> <i>OP : 14h – DE : 15h</i>
1. 200 4N Dames 2. 200 4N Messieurs 3. 100 Brasse Dames 4. 100 Brasse Messieurs 5. 50 Dos Dames 6. 50 Dos Messieurs 7. 400 NL Dames 8. 400 NL Messieurs 9. 200 Brasse Dames 10. 200 Brasse Messieurs 11. 100 Papillon Dames 12. 100 Papillon Messieurs 13. 200 NL Dames 14. 200 NL Messieurs	15. 100 NL Dames 16. 100 NL Messieurs 17. 200 Brasse Dames Finales 18. 200 Brasse Messieurs Finales 19. 1500 NL Dames 1 série 20. 1500 NL Messieurs 1 série 21. 200 Dos Dames 22. 200 Dos messieurs 23. 50 Brasse Dames 24. 50 Brasse Messieurs 25. 400 NL Dames Finales 26. 400 NL Messieurs Finales
<i>Samedi</i> <i>OP : 19h – DE : 20h</i>	<i>Dimanche</i> <i>OP : 8h – DE : 9h</i>
1. 200 Dos Dames Finales 2. 200 Dos Messieurs Finales 3. 50 Brasse Dames Finales 4. 50 Brasse Messieurs Finales 5. 100 Papillon Dames Finales 6. 100 Papillon Messieurs Finales 7. 200 4N Dames Finales 8. 200 4N Messieurs Finales 9. 100 NL Dames Finales 10. 100 NL Messieurs Finales	11. 200 Pap Dames 12. 200 Pap Messieurs 13. 100 Dos Dames 14. 100 Dos Messieurs 15. 50 NL dames 16. 50 NL Messieurs 17. 50 Pap Dames 18. 50 Pap Messieurs 19. 800 NL Dames 1 série 20. 800 NL Messieurs 1 série 21. 100 Brasse Dames Finales 22. 100 Brasse Messieurs Finales 23. 400 4N Dames 24. 400 4N Messieurs
<i>Dimanche AM</i> <i>OP : 14h DE 15h</i>	
25. 200 NL dames Finales 26. 200 NL Messieurs Finales 27. 50 Pap Dames Finales 28. 50 Pap Messieurs Finales 29. 400 4N Dames Finales 30. 400 4N Messieurs Finales 31. 100 Dos Dames Finales 32. 100 Dos Messieurs Finales 33. 200 Pap Dames Finales 34. 200 Pap Messieurs Finales 35. 50 NL Dames 36. 50 NL Messieurs	