

CHALLENGE DE L'AMITIÉ 1^{ère} Journée

Niveau	Animation	Référence	Qualificative
National	X		
Circuit C.A.G	X		
Régional			X
Départemental		X	

**Le 29 ou 30 Novembre 2008
CNPV, à Pontarlier**

REGLEMENT GENERAL :

Ce circuit est ouvert à tous les nageurs et nageuses avenir et poussins. Ils doivent être licencié et avoir le sauvé nage. **Tout nageur qui n'est pas licencié et qui n'aurait pas obtenu le Sauv- nage n'est pas admis à concourir**

30 Minutes D'échauffement, ce qui permettra au club arrivant en retard d'arrivé avant le début.

Engagement : Envoyer avec les engagements le nom des personnes dite « référents passe compétition »

En première partie nous effectuerons la partie plongeon du Passe Compétition

En deuxième partie sera organisée une compétition classique

Programme :

1- 100 m dos Poussins	7- 50 m Brasse Avenirs – Poussins
2- 100 m dos Poussins	8- 40 m brasse Avenirs – Poussins
3- 50 m papillon Avenirs – Poussins	9- 50 m dos Avenir filles
4- 50 m papillon Avenirs - Poussins	10- 50 m dos Avenirs garçons
5- 50 m nage libre Avenirs – Poussins	11- 100 m nage libre Poussins
6- 50 m nage libre Avenirs - Poussins	12 - 100 m nage libre Poussins

Les Avenirs ont la possibilité de faire une à quatre courses de 50 mètres.

Pour les Poussins, ils doivent au minimum faire les deux 100 mètres et ils ont la possibilité de faire un à deux 50 mètres.

Récompense de la journée = Aucune