

5ème Meeting International Open de la Méditerranée

FFN Golden Tour – Camille Muffat

Sites spécifiques MOM



5ème Meeting Open de la Méditerranée – FFN Golden Tour Camille Muffat	
Date : 4, 5 & 6 mars 2016	Lieu : Marseille
Nb Réunions : 6	Cat : Minimes & plus
Bassin : 50m	Genre : Animation Internationale
Nb lignes : 8 lignes	Tarifs : 9,00€
Date Limite Engt : Mercredi 24 février 2016	

Date Informations de dernières minutes

► Règle de participation :

Réservé aux nageuses et nageurs de 14 ans et plus ayant réalisé les temps qualificatifs pour les NAT 2 50m et aux fédérations étrangères. Il existe des mesures particulières pour les filles 13 ans entrant dans les critères FFN.

- Les nageuses et nageurs de séries nationales et plus, ne sont pas limités en nombre d'engagements.
- Les autres nageurs ne peuvent participer qu'aux épreuves pour lesquelles ils se sont qualifiés et dans la limite de 2 épreuves par réunion.

► Planning :

- Matin : éliminatoires et séries lentes des 800NL Dames, 1500NL Messieurs
 - Les 3 meilleures séries de chaque course seront nagées en fin de programme du matin sauf vendredi (nagées en début de programme de l'après-midi).
- Après-midi : Finales C (Minimes et Cadets) et B en début de réunion – Echauffement 30' - Séries rapides et Finales A en fin de programme

Le Comité Provence de Natation se réserve le droit de modifier les horaires, de limiter les engagements (1/2 fond), ou et de déplacer dans le temps les séries les moins rapides sur l'ensemble des courses

► Programme :

Attention le programme et les horaires sont susceptibles d'être modifiés en fonction de la participation

- **1° Réunion** : vendredi 4 mars 2016 - OP : 07h30 – DE : 09h00

- **SERIES** Le Comité Provence se réserve le droit de modifier les horaires et de limiter les engagements (½ fond)
 - 800 NL / *Freestyle Dames – Women* séries lentes *slow*
 - 1500 NL / *Freestyle Messieurs Men* séries lentes *slow*
 - 400 4 Nages / *IM Dames - Women* séries lentes *slow*
 - 400 4 Nages / *IM Messieurs – Men* séries lentes *slow*
 - 50 Dos / *Backstroke Dames - Women*
 - 50 Dos / *Backstroke Messieurs - Men*
 - 50 Brasse / *Breastrocke Dames - Women*
 - 50 Brasse / *Breastrocke Messieurs - Men*
 - 50 Papillon / *Butterfly Dames - Women*
 - 50 Papillon / *Butterfly Messieurs - Men*
- **2° Réunion** : vendredi 4 mars 2016 - OP : 15h00 – DE : 16h30
- **ATTENTION Le programme du vendredi risque évoluer**
 - 50 Dos / *Backstroke Dames - Women* les 3 dernières séries - *the last three heats*
 - 50 Dos / *Backstroke Messieurs - Men* les 3 dernières séries - *the last three heats*
 - 50 Brasse / *Breastrocke Dames - Women* les 3 dernières séries - *the last three heats*
 - 50 Brasse / *Breastrocke Messieurs - Men* les 3 dernières séries - *the last three heats*
 - 50 Papillon / *Butterfly Dames - Women* les 3 dernières séries - *the last three heats*
 - 50 Papillon / *Butterfly Messieurs - Men* les 3 dernières séries - *the last three heats*
- **FINALES Cadets/Minimes et B de séries du matin**
 - 50 Dos / *Backstroke - 50 Brasse / Breastrocke - 50 Papillon / Butterfly*
- **30' PAUSE**
- **FINALES A**
 - 800 NL / *Freestyle Dames – Women* série rapide - *last heat*
 - 1500 NL / *Freestyle Messieurs Men* série rapide - *last heat*
 - 400 4 Nages / *IM Dames - Women* série rapide - *last heat*
 - 400 4 Nages / *IM Messieurs – Men* série rapide - *last heat*
 - 50 Dos / *Backstroke Dames - Women*
 - 50 Dos / *Backstroke Messieurs - Men*
 - 50 Brasse / *Breastrocke Dames - Women*
 - 50 Brasse / *Breastrocke Messieurs - Men*
 - 50 Papillon / *Butterfly Dames - Women*
 - 50 Papillon / *Butterfly Messieurs - Men*
- **3° Réunion** : samedi 5 mars 2016 - OP : 07h00 – DE : 08h30
- **SERIES moins rapides the first heats**
 - 100 NL / *Freestyle Dames - Women*
 - 200 NL / *Freestyle Messieurs - Men*
 - 100 Brasse / *Breastrocke Dames - Women*
 - 100 Dos / *Backstroke Messieurs - Men*
 - 200 4 Nages / *IM Dames - Women*
 - 200 Papillon / *Butterfly Messieurs - Men*
 - 400 NL / *Freestyle Dames - Women*
 - 200 Brasse / *Breastrocke Messieurs - Men*
 - 200 Dos / *Backstroke – Dames - Women*
 - 50 NL / *Freestyle Messieurs - Men*
 - 100 Papillon / *Butterfly Dames - Women* -* 3 Séries rapides / *Three last heats*
 - Même courses – *Same competitions*
- **4° Réunion** : samedi 5 mars 2016 - OP : 15h00 – DE : 16h30
- **FINALES Cadets/Minimes et B de séries du matin**
- **30' PAUSE**
- **FINALES A**
 - 100 NL / *Freestyle Dames - Women*
 - 200 NL / *Freestyle Messieurs - Men*
 - 100 Brasse / *Breastrocke Dames - Women*
 - 100 Dos / *Backstroke Messieurs - Men*
 - 200 4 Nages / *IM Dames - Women*
 - 200 Papillon / *Butterfly Messieurs - Men*
 - 400 NL / *Freestyle Dames - Women*

- 200 Brasse / *Breastocke* Messieurs - *Men*
 - 200 Dos / *Backstroke* – Dames - *Women*
 - 50 NL / *Freestyle* Messieurs - *Men*
 - 100 Papillon / *Butterfly* Dames - *Women*
- **5° Réunion** : dimanche 6 mars 2016 - OP : 07h00 – DE : 08h30
 - *SERIES moins rapides the first heats*
 - 100 Papillon / *Butterfly* Messieurs - *Men*
 - 50 NL / *Freestyle* Dames - *Women*
 - 200 Dos / *Backstroke* Messieurs - *Men*
 - 200 Brasse / *Breastocke* Dames - *Women*
 - 400 NL / *Freestyle* Messieurs – *Men*
 - 200 Papillon / *Butterfly* Dames - *Women*
 - 200 4 Nages / *IM* Messieurs – *Men*
 - 100 Dos / *Backstroke* Dames - *Women*
 - 100 Brasse / *Breastocke* Messieurs - *Men*
 - 200 NL / *Freestyle* Dames - *Women*
 - 100 NL / *Freestyle* Messieurs - *Men* -* 3 Séries rapides / *Three last heats*
 - Même courses – *Same competitions*
 - **6° Réunion** : dimanche 6 mars 2016 - OP : 13h30 – DE : 15h00
 - *FINALES Cadets/Minimes et B de séries du matin*
 - *30' PAUSE*
 - *FINALES A*
 - 100 Papillon / *Butterfly* Messieurs - *Men*
 - 50 NL / *Freestyle* Dames - *Women*
 - 200 Dos / *Backstroke* Messieurs - *Men*
 - 200 Brasse / *Breastocke* Dames - *Women*
 - 400 NL / *Freestyle* Messieurs – *Men*
 - 200 Papillon / *Butterfly* Dames - *Women*
 - 200 4 Nages / *IM* Messieurs – *Men*
 - 100 Dos / *Backstroke* Dames - *Women*
 - 100 Brasse / *Breastocke* Messieurs - *Men*
 - 200 NL / *Freestyle* Dames - *Women*
 - 100 NL / *Freestyle* Messieurs - *Men*

► **Engagements :**

- Pour les nageurs licenciés FFN :
Les engagements se feront sous Extranat
 - Date de début des engagements : Mercredi 17 février 2016 – 00h00
 - Date de clôture des engagements : Mercredi 24 février 2016 à 24h00
- Pour les nageurs étrangers :
Engagement par l'intermédiaire d'un bordereau disponible ci dessous.

**Bordereau pour
nageurs
étrangers**



- - Ils devront faire parvenir le bordereau par mail à l'adresse suivante engagements@natation-provence.org avant jeudi 25 février 2016
 - Le bon de commande, accompagné du chèque correspondant, doit ensuite être envoyé au Comité Régional Provence de Natation dans un délai de 3 jours.
- Règlement financier à l'ordre du Comité Régional Provence de Natation
- Adresse du comité (COMITE PROVENCE NATATION - 31, rue Marx Dormoy 13004 Marseille – France)

100 NL	1:0490	1:0404	1:0282	1:0225	1:0190	1:0123	1:0087	0:5934
200 NL	2:2142	2:1956	2:1690	2:1566	2:1491	2:1345	2:1265	2:0932
400 NL	4:5579	4:5190	4:4632	4:4373	4:4213	4:3908	4:3742	4:3044
800 NL	10:0906	10:0103	9:4954	9:4419	9:4091	9:3461	9:3119	9:1681
50 Dos	0:3447	0:3402	0:3337	0:3307	0:3289	0:3254	0:3235	0:3154
100 Dos	1:1391	1:1294	1:1156	1:1091	1:1052	1:0976	1:0935	1:0761
200 Dos	2:3834	2:3627	2:3330	2:3192	2:3108	2:2945	2:2857	2:2485
50 Bra	0:3799	0:3749	0:3678	0:3645	0:3625	0:3586	0:3564	0:3475
100 Bra	1:2260	1:2151	1:1996	1:1923	1:1879	1:1794	1:1747	1:1553
200 Bra	2:5672	2:5438	2:5104	2:4949	2:4853	2:4670	2:4571	2:4153
50 Pap	0:3185	0:3144	0:3084	0:3056	0:3039	0:3007	0:2989	0:2914
100 Pap	1:1145	1:1052	1:0918	1:0856	1:0818	1:0745	1:0705	1:0537
200 Pap	2:3707	2:3501	2:3207	2:3070	2:2988	2:2826	2:2739	2:2371
200 4 N	2:4152	2:3940	2:3636	2:3495	2:3409	2:3243	2:3153	2:2773
400 4 N	5:4023	5:3576	5:2936	5:2938	5:2456	5:2105	5:1914	5:1113

• **Messieurs**

Mess	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans	20 ans	21 ans &+
50 NL	0.2744	0.2685	0.2580	0.2523	0.2475	0.2418	0.2405	0.2370
100 NL	1.0055	0.5923	0.5691	0.5567	0.5461	0.5334	0.5305	0.5229
200 NL	2.1402	2.1111	2.0598	2.0323	2.0089	1.5809	1.5744	1.5576
400 NL	4.4466	4.3848	4.2757	4.2173	4.1675	4.1078	4.0941	4.0584
1500 NL	18.4834	18.2382	17.4057	17.1740	16.5766	16.3400	16.2856	16.1440
50 Dos	0.3196	0.3127	0.3005	0.2940	0.2885	0.2818	0.2803	0.2763
100 Dos	1.0886	1.0737	1.0474	1.0333	1.0214	1.0070	1.0037	0.5951
200 Dos	2.3031	2.2705	2.2132	2.1825	2.1563	2.1251	2.1179	2.0991
50 Brasse	0.3496	0.3420	0.3287	0.3215	0.3154	0.3081	0.3064	0.3021
100 Brasse	1.1639	1.1473	1.1181	1.1024	1.0890	1.0730	1.0693	1.0597
200 Brasse	2.4546	2.4186	2.3549	2.3208	2.2918	2.2569	2.2489	2.2281
50 Pap	0.2990	0.2925	0.2812	0.2751	0.2699	0.2636	0.2622	0.2585
100 Pap	1.0674	1.0529	1.0275	1.0139	1.0023	0.5885	0.5853	0.5770
200 Pap	2.2820	2.2499	2.1935	2.1633	2.1375	2.1068	2.0997	2.0812
200 4Nages	2.3182	2.2853	2.2273	2.1962	2.1698	2.1381	2.1308	2.1118
400 4Nages	5.2335	5.1633	5.0396	4.5733	4.5169	4.4493	4.4337	4.3932