

NAGEUR COMPLET

Cette année le nageur complet sera organisé sur deux niveaux.

Le premier réservé au poussins appelé: nageur complet niveau 1 poussins.

Le deuxième pour les poussins et benjamins appelé: nageur complet niveau 2 poussins benjamins.

Nageur complet niveau 1 poussin:

Organisé sur trois journées. Chaque nageur devra faire 6 épreuves (50 papillon, 50 dos, 50 brasse, 50 nage libre, 200 nage libre, 100 4 nages). Le classement s'effectue à l'addition des points des 6 épreuves. Deux épreuves sur les deux premières journées et 2 à 4 épreuves sur la dernière journée.

Récompenses : Médaille pour les trois premiers poussins et poussines, diplôme pour les 15 premières filles et garçons.

Nageur complet niveau 2 poussins benjamins:

Ce deuxième niveau est destiné aux benjamins qui ne font pas le natathlon et à nos meilleurs poussins.

Deux classements seront édités. Un pour les benjamins et un pour les poussins.

Organisé sur 4 plots les nageurs devront participer aux 10 épreuves suivantes: 50 et 100 papillon; 50 et 100 dos; 50 et 100 brasse; 50 et 100 nage libre; 400 nage libre et 200 4 nages.

Pour les poussins qui veulent accéder à ce niveau il faudra réaliser les deux temps de la grille qualificative lors de la première étape du nageur complet niveau 1 poussins sur les épreuves du 200 nage libre et 100 4 nages .

Si le nageur a réalisé les deux temps l'entraîneur choisit le niveau 1 ou le niveau 2 du nageur complet auquel le nageur participera. Aucun poussins ne pourra apparaître dans les deux classements

Récompenses: Médaille pour les trois premiers poussins et poussines, diplôme pour les 15 premières filles et garçons.

200 NAGE LIBRE POUSSINES POUSSINS	3'15'00
100 4 NAGES POUSSINES POUSSINS	1'40''00

PREMIERE JOURNÉE CHALLENGE NAGEUR COMPLET

NIVEAU 1 POUSSINS

LIEU: NÎMES

SAMEDI 13 FÉVRIER 2016

Echauffement : 15h00
Début de la réunion : 16h00

100 m 4 nages pass'competition

200 nage libre poussines
200 nage libre poussins

100 4 nages poussines
100 4 nages poussins

Les 200 mètres nage libre se feront à deux par ligne si la durée de la compétition est supérieure à 2h.

Cette première journée sert de qualification au challenge du nageur complet niveau 2 poussins benjamins. Pour avoir le droit de monter au niveau 2 le nageur devra réaliser deux performances de la grille ci-dessous.

GRILLE DE QUALIFICATION POUR ACCEDER AU CHALLENGE DU NAGEUR COMPLET NIVEAU 2 POUSSINS BENJAMINS	
200 NAGE LIBRE POUSSINES POUSSINS	3'15'00
100 4 NAGES POUSSINES POUSSINS	1'40''00