



# MEETING LAUDUN L'ARDOISE 16 MAI 2016 Bassin 25 m, 5 couloirs

## PROGRAMME

MATIN échauffement 8h00 début 9h15

50 NL SERIES

50 BRASSE SERIES

50 DOS SERIES

50 PAPILLON SERIES

1004 NAGES

APRES MIDI: échauffement 13h45 début 14h30

50 PAPILLON FINALES

50 DOS FINALES

50 BRASSE FINALES

50 NL FINALES

une session indépendante « pass'compétition » pourra être organisée à la demande des clubs participants. Il faut en faire la demande directement auprès de [carolinesaintmichel@gmail.com](mailto:carolinesaintmichel@gmail.com) avant le 12 Mai (donner les noms, prénoms, sexe et n° licence au format Excel ainsi que le temps d'engagement).

AGES Catégories	2006 et APRES <b>CATEGORIE 1</b>	2005 / 2004 <b>CATEGORIE 2</b>	2003 / 2002 <b>CATEGORIE 3</b>	2001 Et AVANT <b>CATEGORIE 4</b>
	TEMPS		LIMITES	
50 NL	55"	50"		45"
50 brasse	1'10"	1'05"		55"
50 dos-pap	1'05"	1'00"		50"
100 4N	2'00"	2'00"		1'40"

**Les engagements** se font sur extranet **avant le 10 mai minuit**. Les engagements sont libres dans le respect de la grille de temps limite ci-dessus.

Un mail de confirmation doit être envoyé à [gontranacosta@hotmail.com](mailto:gontranacosta@hotmail.com).

Le club se réserve le droit de limiter les engagements avant la date limite en fonction de la participation : veuillez fournir aussi les coordonnées téléphoniques du responsable des engagements pour faciliter le contact.

**Le tarif** est de 3.5 euro par nage, à régler par courrier à **Caroline Saint-Michel Quartier ETOT 30290 LAUDUN** à l'ordre du **LAC**

**Les forfaits** sont à signaler pendant l'échauffement (ils ne donneront pas lieu à remboursement) ni à la participation d'un autre nageur.

**Les récompenses:**

- Médailles et lots récompenseront les différents podiums.
- Seront également récompensées les meilleures performances été fille et garçon.