CLUB NAUTIQUE PORTE DE L'ISERE

Site du club : <http://cnp38.free.fr>

8ème meeting de demi-fond du sud-est des Maitres

Samedi 10 Janvier 2015
Villefontaine

Bassin de 25 mètres - 5 couloirs - avec Bassin de récupération

Pas de grille de temps

Déroulement:

Matin ouverture des portes 19h

début des épreuves 19h45

Epreuves du programme dans l'ordre :

400 mètres 4 nages

800 mètres nage libre (homme et dame)

1500 mètres nage libre (homme et dame)

200 mètres 4 nages

400 mètres nage libre

Le club organisateur se réserve le droit de doubler les séries de nage libre (deux nageurs par couloir de nage) en fonction du nombre de participants.

Récompenses aux 3 meilleures performances dames et messieurs, sur quatre catégories d'âges.

à la table de cotation à l'addition de **deux épreuves** : nages libre et de 4 nages.

en C1-C2 ; C3 - C4 ; C5 - C6 ; C7 ET +

Coût d'engagement : 2.5 euros par épreuve et par nageur le règlement se fera sur place

Engagements par extrant en ligne jusqu'au mardi 2 janvier 2015.

Obligation 1 par club au minimum.

Plus d'information 06.76.90.26.87 ou yepyep38@free.fr .