

**1^{er} Plot Départemental Drôme Ardèche des Interclubs Benjamins en bassin de 25 m + Demi-Fond
Départemental, dimanche 19 octobre 2014 à Valence**

Horaire : 8h30 pour 9h30 et 14h00 pour 15h00

Engagements : Les engagements se feront via extraNat avant le mercredi 15 octobre 2014 24h00.

Catégories : Interclubs Benjamins : Benjamins (2002 – 2003)
Demi-Fond Départemental : Benjamins et plus (2003 et moins)

Règlement : **Interclubs Benjamins :**
Un nageur doit **impérativement** participer au 100 m 4 nages ainsi qu'aux relais.
Un club ne peut engager une nouvelle équipe que si toutes les précédentes sont complètes (quatre nageurs participant à l'épreuve individuelle et aux relais).
Chaque équipe sera composée de quatre nageurs. Toutefois, et hors classement, des équipes mixtes ou entre plusieurs clubs pourront être engagées. Toutes les performances seront prises en compte sur le serveur fédéral, quelle que soit la configuration des équipes classées ou non.
A l'issue de la première épreuve, aucun changement/remplacement de nageur ne pourra être effectué.
Une épreuve réservée au remplaçant de chaque équipe pourra être organisée (une seule course par nageur correspondant aux épreuves de la compétition).

Demi-Fond Départemental :
Selon le nombre d'engagés, le district se réserve le droit de faire nager les nageurs à deux par couloir.

Programme :

Matin

100	4 NAGES	dames Benjamins
1500	NL	dames
4 x 50	PAPILLON	dames Benjamins
4 x 50	PAPILLON	messieurs Benjamins
1500	NL	messieurs
4 x 50	NL	dames Benjamins
4 x 50	NL	messieurs Benjamins

Après midi

Tests Pass'Compétition		
100	4 NAGES	messieurs Benjamins
800	NL	dames
4 x 50	BRASSE	dames Benjamins
4 x 50	BRASSE	messieurs Benjamins
800	NL	messieurs
4 x 50	4 NAGES	dames Benjamins
4 x 50	4 NAGES	messieurs Benjamins

LICENCES FFN OBLIGATOIRES.
Deux chronomètres minimum par club.