



ASSOCIATION SPORTIVE MUNICIPALE BELFORT NATATION

Apprentissage – Perfectionnement – Natation Course – Natation Maîtres – Water-Polo – Aquaphobie
Enfants – Adolescents – Adultes

7ème Challenge 4 nages des Maîtres BELFORT 17 Novembre 2013 Piscine Gabriel Pannoux

Les courses du Challenge 4 nages

Chaque nageur (se) peut concourir jusqu'à 4 courses individuelles.
Chaque course doit être nagée dans une nage différente (Papillon, Dos, Brasse, Crawl) sur la distance de son choix (50, 100, 200 ou 400 mètres).

La finale du Challenge 4 nages

Participeront à la finale, les 6 meilleurs (es) nageurs (ses) de chaque catégorie ayant le nombre de point le plus élevé à l'addition de leurs 3 meilleures courses à la table de cotation FFN.

Cette finale se fera sur un 100 mètres 4 nages. Les séries de la finale se nageront toutes catégories confondues.

Le et la gagnante du trophée toute catégorie :

Pour remporter le Trophée, le nageur qualifié en finale doit marquer le plus de points à la table de cotation sur le 100 4 nages (le coefficient de vieillissement FFN sera appliqué).

Ce trophée sera remis en jeu l'année suivante.

Les récompenses

Les 1er, 2ème et 3ème finalistes de chaque catégorie se verront remettre une récompense.

Date limite des engagements : le 13 novembre
PROGRAMME

Ouverture des portes 13 h 15, début des épreuves 14 h 15.

Première réunion

4 x 50 Nage libre Mixte (2 dames, 2 messieurs)

400 Nage libre Dames / Messieurs

200 Brasse Dames / Messieurs

100 Papillon Dames / Messieurs

50 Nage libre Dames / Messieurs

200 Dos Dames / Messieurs

100 Brasse Dames / Messieurs

50 Papillon Dames / Messieurs

200 Nage libre Dames / Messieurs

4 x 50 4 Nages Dames / Messieurs



ASSOCIATION SPORTIVE MUNICIPALE BELFORT NATATION

Apprentissage – Perfectionnement – Natation Course – Natation Maîtres – Water-Polo – Aquaphobie
Enfants – Adolescents – Adultes

Deuxième
réunion 30
minutes après la fin de la première réunion
4 x 50 4 Nages Mixte (2 dames, 2 messieurs)
100 Dos Dames / Messieurs
50 Brasse Dames / Messieurs
200 Papillon Dames / Messieurs
100 Nage libre Dames / Messieurs
50 Dos Dames / Messieurs
4 x 50 Nage libre Dames / Messieurs

Pause de 15 minutes
Finales
100 4 Nages Dames / Messieurs

Contact : Yann HOFFMANN (yann.hoffmann@belfort-natation.net)