

JOURNEES DEPARTEMENTALES DU DEMI-FOND

les 20 et 21 octobre 2012

LIEU : Samedi 20 octobre 2012 à CHEVREUSE - OP 14 heures - PE 15 heures
Dimanche 21 octobre 2012 à VIROFLAY - OP 14 heures - PE 15 heures

CATEGORIES : POUSSINS / BENJAMINS / MINIMES / CADETS / JUNIORS-SENIORS.

PROGRAMME :

Samedi

800 m NL Dames - 1 500 m NL Messieurs
800 m NL Benjamines - 800 m NL Benjamins
1 500 m NL Dames - 800 m NL Messieurs

Dimanche

400 m NL Poussines - 400 m NL Poussins - 400 m 4 Nages Dames - 400 m 4 Nages Messieurs.

En fonction du nombre d'engagements, le CD78 se réserve le droit de faire nager certaines séries de Nage Libre à 2 nageurs par ligne et de limiter le nombre de séries pour que la durée de la compétition soit raisonnable. Pour le samedi, il est prévu un système de réchauffement pour faire des sous-réunions.

QUALIFICATIONS :

Les temps d'engagements seront ceux de la base EXTRANAT sur la saison en cours + les deux saisons précédentes. Les temps d'engagements des nageuses n'ayant jamais nagé de 1 500 m NL Dames devront être projetés d'après les temps des 800 m NL. Les temps d'engagements des nageurs n'ayant jamais nagé de 800 m NL seront les temps de passage du 1 500 m NL.

Pour les Minimes, la priorité sera donnée à ceux qui ont un temps officiel sur 1 500 NL (base EXTRANAT et base Nat2i). Les clubs pourront engager les autres nageurs sur la base du temps d'engagement correspondant à la meilleure performance à la table de cotation de la saison 2011-2012 des épreuves de 400-800 NL (base EXTRANAT et base Nat2i).

Pour les Benjamins, la priorité sera donnée à ceux qui ont un temps officiel sur 800 NL (base EXTRANAT et base Nat2i). Les clubs pourront engager les autres nageurs sur la base du temps d'engagement correspondant à la meilleure performance à la table de cotation de la saison 2011-2012 des épreuves de 100-200-400 NL (base EXTRANAT et base Nat2i) ; Exemple : meilleur temps sur 200 NL Messieurs 2.25.00 = 733 points - Temps d'engagement sur 800 NL = 10.32.00.

Pour les Poussins, la priorité sera donnée à ceux qui ont un temps officiel sur 400 NL (base EXTRANAT et base Nat2i). Les clubs pourront engager les autres nageurs sur la base du temps d'engagement correspondant à la meilleure performance à la table de cotation de la saison 2011-2012 des épreuves de 100-200 NL (base EXTRANAT et base Nat2i).

Les clubs des poules géographiques, qui le souhaitent, pourront organiser une compétition sur la base du même programme aux mêmes dates.

ENGAGEMENTS :

Sur EXTRANAT POCKET au format FFNEX au plus tard le 10 octobre 2012.
La liste des nageurs non retenus paraîtra au plus tard le mardi 16 octobre 2012.

RECOMPENSES :

Les 3 premiers de chaque épreuve de chaque catégorie d'âge recevront une médaille.