

REGLEMENT

- ▶ Piscine de TOULON Port Marchand. Bassin de 50m (8 couloirs) avec bassin de récupération.
- ▶ Chronométrage manuel pour les 50m; automatique pour le reste des épreuves.
- ▶ Être licencié à la FFN, FCSAD ou à toute autre fédération affiliée à la LEN ou à la FINA.
- ▶ Être âgé de 20 ans minimum (Ouvert à la catégorie C 0)
- ▶ Chaque concurrent (*y compris C0*) peut participer à toutes les épreuves et relais
- ▶ Relais : un même nageur ne peut participer qu'une seule fois à chaque type de relais.
- ▶ La règle des deux départs sera appliquée.
- ▶ Toutes les courses individuelles seront nagées au classement au temps (composition mixte, hommes/femmes, laissé à l'appréciation de l'organisation selon les engagements). Les résultats seront donnés par sexe et par catégorie.
- ▶ La composition des relais 10 x 50 NL se fera par tirage au sort parmi tous les participants (par défaut tous volontaires, sauf déclaration contraire), *chaque relais sera composé de nageurs venant de clubs différents. Ce relais se veut être un moment de bonne humeur et d'échanges pour tous les clubs présents.*
- ▶ En cas de conditions météo fortement défavorables, l'organisation se réserve le droit de déplacer la compétition dans le bassin couvert de 25m 5lignes du complexe.

ENGAGEMENTS

- ▶ Date limite des engagements : **mercredi 20 mai 2009.**
 - ▶ Droits : **5 Euros** / épreuve individuelle. **10 Euros** / Relais. Les Relais unisexe 4x100 NL et 4x100 4N pourront être engagés et nagés hors concours.
 - ▶ Les engagements sont à envoyer soit par mail au format nat2i ou PCE, à l'adresse alain.abert@gmail.com, soit par bordereaux d'engagements, ou sur papier libre.
- Aucune inscription ne sera acceptée le jour des épreuves sauf erreur de notre part.**
- ▶ Les chèques sont à libeller à l'ordre de "FFN comité du VAR". *Les engagements seront pris en compte après réception du montant correspondant.*
 - ▶ *Il est impératif que les correspondants des clubs communiquent à l'organisation ASPTT TOULON leur nom, n° de téléphone, email et adresse avec précision à l'adresse mail ci-dessus.*

FORFAITS Tout forfait non déclaré **après le 25 MAI 2009** ne sera pas remboursé.

OFFICIELS Le jury sera organisé par le ASPTT TOULON NATATION. Les clubs pourront fournir des officiels qui seront les bienvenus, pour cela, il faudra impérativement le spécifier lors des engagements.

PROGRAMME ET HORAIRES

▶ Samedi 30 mai 2009 :

ouverture des portes 18h00; début des épreuves 19h00
Relais 10x50 NL mixte, tirage au sort parmi tous les participants
100 m NAGE LIBRE Dames 200 m NAGE LIBRE Messieurs
50 m DOS Dames 100 m BRASSE Messieurs 200 m BRASSE Dames
50 m PAPILLON Messieurs 100 m PAPILLON Dames
400 m NAGE LIBRE Messieurs 200 m 4 NAGES Dames 50 m BRASSE Messieurs
100 m DOS Dames 200 m DOS Messieurs
50 m NAGE LIBRE Dames 4 x 100 m 4 NAGES Mixte

▶ Dimanche 31 mai 2009 :

ouverture des portes 8h00; début des épreuves 9h00 :
100 m NAGE LIBRE Messieurs 200 m NAGE LIBRE Dames
50 m DOS Messieurs 100 m BRASSE Dames 200 m BRASSE Messieurs
50 m NAGE LIBRE Messieurs 100 m PAPILLON Messieurs
400 m NAGE LIBRE Dames 200 m 4 NAGES Messieurs
50 m BRASSE Dames 100 m DOS Messieurs 200 m DOS Dames
50 m PAPILLON Dames 4 x 100 m NAGE LIBRE Mixte

RECOMPENSES

- ▶ Lots individuels à chaque membre de l'équipe vainqueur du relais 10x50 NL mixte
- ▶ Coupes aux meilleurs relais par nage, et catégorie
- ▶ lots aux vainqueurs des Trophées 50m et 100m (pap+dos+br+nl) et trophée NL (50+100+200+400) hommes et femmes par catégorie calculés à l'addition des quatre temps
- ▶ Trophée "**Denis BLANC**" *Le club ayant totalisé le plus grand nombre de points sur ses trois meilleurs nageurs ou nageuses sur l'ensemble des épreuves individuelles sera classé vainqueur, le trophée sera remis en compétition chaque année.*

CATEGORIES Ouvert à la catégorie C 0 (20/24 ans).

C0	20/24 ans (89/85)	C7	55/59 ans (54/50)
C1	25/29 ans (84/80)	C8	60/64 ans (49/45)
C2	30/34 ans (79/75)	C9	65/69 ans (44/40)
C3	35/39 ans (74/70)	C10	70/74 ans (39/35)
C4	40/44 ans (69/65)	C11	75/79 ans (34/30)
C5	45/49 ans (64/60)	C12	80/84 ans (29/25)
C6	50/54 ans (59/55)	C13	85 ans et + (-24)
<u>RELAIS</u>			
R1	119 ans et moins	R4	200/239 ans
R2	120/159 ans	R5	240/279 ans
R3	160/199 ans	R6	280/ ans et plus

CONTACT : Alain ABERT 06.11.51.55.33
272 chemin de la martelle, 83200 Toulon
alain.abert@gmail.com