

## **Coupe régionale de natation eau libre.**

### **Cette organisation a pour objectifs :**

- de préparer les nageurs au championnat régional et de les préparer à la coupe de France eau libre où il évolueront ultérieurement;
- D'entretenir une activité fédérale en eau libre tout au long de l'été;
- de fédérer les principales organisations existantes en les labellisant;
- de motiver et aider ceux qui hésitent encore à mettre en place ces organisations;
- d'attirer vers la licence FFN des pratiquants qui nous échappent ou qui nous ont quittés.

### **Règlement :**

Il s'agit d'un circuit composé d'étapes organisées sous le contrôle du comité régional et inscrites au calendrier national. Les dates de ces étapes sont protégées.

A chaque étape, plusieurs courses (minimum 500 m) pourront donner l'attribution des points, les points lors du championnat régional seront doublés.

### **Récompenses :**

Les trois premiers et les trois premières du classement général toutes catégories, du classement juniors, du classement cadets, du classement minimes, du classement benjamins, et du classement poussins recevront une médaille.

### **Les étapes :**

- Dimanche 4 juillet 2010 : Six-Fours (As Cachalots de Six-Fours)
- Dimanche 11 juillet 2010 : Cannes (CN Cannes) .
- Dimanche 5 septembre 2009 : Villefranche (ONN)
- Samedi 11 septembre et dimanche 12 septembre 2010 : Roquebrune Cap Martin (Roquebrune natation)

### **Les épreuves proposées :**

- Six-Fours : 1000 mètres et 3000 mètres.
- Cannes : 1000 mètres et 5000 mètres.
- Villefranche : 1000 mètres; 2000 mètres; 3000 mètres.
- Roquebrune Cap Martin : 500 mètres; 1500 mètres; 5000 mètres; 10000 mètres; et relais 3 x 1000 mètres; 3 x 500 mètres.

**L'ATTRIBUTION DES POINTS : COUPE RÉGIONALE EAU LIBRE**

Place	D =500 m et < 2 km	D = 2 km et < 3 km	D = 3 km et < 5km	D km t < 7,5 km	D = 10 km et < 15 km
1	100	150	200	250	350
2	80	130	170	220	320
3	70	120	150	200	300
4	60	110	140	190	290
5	50	100	130	180	280
6	45	90	120	170	270
7	40	80	110	160	260
8	35	70	100	150	250
9	30	60	90	140	240
10	25	50	80	130	230
11	20	45	70	120	220
12	19	40	60	110	210
13	18	35	50	100	200
14	17	30	45	90	190
15	16	25	40	80	180
16	15	20	35	70	170
17	14	19	30	60	160
18	13	18	25	50	150
19	12	17	20	45	140
20	11	16	19	40	130
21	10	15	18	35	120
22	9	14	17	30	110
23	8	13	16	25	100
24	7	12	15	20	90
25	6	11	14	19	80
26	5	10	13	18	70
27	4	9	12	17	60
28	3	8	11	16	50
29	2	7	10	15	45
30	1	6	9	14	40
31	1	5	8	13	35
32	1	4	7	12	30
33	1	3	6	11	25
34	1	2	5	10	20
35	1	1	4	9	19
36	1	1	3	8	18
37	1	1	2	7	17
38	1	1	1	6	16
39	1	1	1	5	15
40	1	1	1	4	14