

<ul style="list-style-type: none"> ■ Vendredi 3 mai 2019 ■ Samedi 4 mai 2019 ■ Dimanche 5 mai 2019 <p>6 réunions</p>	<h2>CHAMPIONNATS OPEN DE L'OUEST</h2>	<ul style="list-style-type: none"> • TOURS (50x20) • Compétition de référence • Meeting labellisé national
---	---	--

Engagements 8 € à régler à votre ligue d'appartenance

Conditions d'accès :

Catégories d'âge : Jeunes et plus sous conditions d'avoir réalisé la grille de temps correspondante. Les performances sont à réaliser lors de la saison N-1 ou au cours de la saison 2018-2019 lors des compétitions de référence avant le 14 avril 2019. **Les nageurs qualifiés aux N2 ne peuvent pas participer. Les nageurs de N1 pourront participer aux séries, sans possibilité d'accéder aux finales.**

Il y aura 1 grille d'accès (temps 25 m/conversion extranat) : Filles 14 et moins, Filles 15 ans, Filles 16 ans et Filles 17 ans et plus. Garçons 15 et moins, Garçons 16 ans, Garçons 17 ans et Garçons 18 ans et plus.

Engagements extranat entre le lundi 22 avril et le mardi 30 avril 2018

Programme :

Épreuves individuelles (17 en dames et 17 en messieurs).

50 NL, 100 NL, 200 NL, 400 NL, 800 NL, 1500 NL, 50 dos, 100 dos, 200 dos, 50 brasse, 100 brasse, 200 brasse, 50 papillon, 100 papillon, 200 papillon, 200 4 nages, 400 4 nages.

2 Finales :

- Finale Relève Filles 16 ans et plus / Garçons 17 ans et plus
- Finale Espoir Filles 15 ans et moins / Garçons 16 ans et moins

Finale B par catégorie si plus de 24 nageurs engagés par sur l'épreuve.

Récompenses : Les trois premiers de chaque finale seront récompensés.

Vendredi 3 mai 2019	Samedi 4 mai 2019	Dimanche 5 mai 2019
Ouverture des portes : 08h00 Début des épreuves : 09h30	Ouverture des portes : 07h30 Début des épreuves : 09h00	Ouverture des portes : 07h30 Début des épreuves : 09h00
400 NL messieurs 100 dos dames 200 dos messieurs 200 brasse dames 100 brasse messieurs 50 NL dames 100 NL messieurs 200 4 N dames 200 papillon messieurs 50 papillon dames 800 NL dames (séries lentes) 1500 NL messieurs (séries lentes)	400 NL dames 100 dos messieurs 200 dos dames 200 brasse messieurs 100 brasse dames 50 NL messieurs 100 NL dames 200 4 N messieurs 200 papillon dames 50 papillon messieurs 1500 NL dames (séries lentes) 800 NL messieurs (séries lentes)	400 4 N dames (séries lentes) 400 4 N messieurs (séries lentes) 50 dos dames 50 dos messieurs 100 papillon dames 100 papillon messieurs 50 brasse dames 50 brasse messieurs 200 NL dames 200 NL messieurs
Ouverture des portes : 14h30 Début des épreuves : 16h	Ouverture des portes : 14h30 Début des épreuves : 16h	Ouverture des portes : 14h00 Début des épreuves : 15h30
800 NL dames (séries rapides) 1500 NL messieurs (séries rapides) Finales 100 dos dames 200 dos messieurs 200 brasse dames 100 brasse messieurs 50 NL dames 100 NL messieurs 200 4 N dames 200 papillon messieurs 50 papillon dames 400 NL messieurs	800 NL messieurs (séries rapides) 1500 NL dames (séries rapides) Finales 100 dos messieurs 200 dos dames 200 brasse messieurs 100 brasse dames 50 NL messieurs 100 NL dames 200 4 N messieurs 200 papillon dames 50 papillon messieurs 400 NL dames	400 4 N dames (séries rapides) 400 4 N messieurs (séries rapides) 50 dos dames 50 dos messieurs 100 papillon dames 100 papillon messieurs 50 brasse dames 50 brasse messieurs 200 NL dames 200 NL messieurs

GRILLES INTERREGION OUEST RENNES/TOURS

			50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	<u>Conversion</u>
Epreuves			14 ans et moins	25 m	15 ans	25 m	16 ANS	25 m	17 ans et plus	25 m	<u>25/50 m FFN</u>
FILLES	50	NL	00:30,72	00:30,02	00:30,24	00:29,54	00:29,61	00:28,91	00:28,98	00:28,28	00:00,70
	100	NL	01:07,05	01:05,45	01:05,43	01:03,83	01:04,17	01:02,57	01:02,92	01:01,32	00:01,60
	200	NL	02:25,80	02:22,40	02:22,64	02:19,24	02:19,46	02:16,06	02:17,38	02:13,98	00:03,40
	400	NL	05:05,79	04:58,29	04:57,33	04:49,83	04:52,79	04:45,29	04:45,29	04:37,79	00:07,50
	800	NL	10:25,91	10:09,91	10:12,86	09:56,86	09:58,76	09:42,76	09:46,96	09:30,96	00:16,00
	1500	NL	20:28,38	19:58,38	19:55,45	19:25,45	19:18,93	18:48,93	18:41,54	18:11,54	00:30,00
	50	D	00:35,09	00:33,59	00:34,05	00:32,55	00:33,84	00:32,34	00:32,88	00:31,38	00:01,50
	100	D	01:15,76	01:13,36	01:14,12	01:11,72	01:13,49	01:11,09	01:11,54	01:09,14	00:02,40
	200	D	02:45,88	02:40,98	02:39,14	02:34,24	02:37,69	02:32,79	02:34,57	02:29,67	00:04,90
	50	B	00:39,17	00:38,37	00:38,23	00:37,43	00:37,24	00:36,44	00:36,26	00:35,46	00:00,80
	100	B	01:25,79	01:23,79	01:24,28	01:22,28	01:22,32	01:20,32	01:20,09	01:18,09	00:02,00
	200	B	03:05,33	03:00,33	03:00,36	02:55,36	02:57,17	02:52,17	02:53,30	02:48,30	00:05,00
	50	P	00:32,77	00:32,17	00:31,88	00:31,28	00:31,28	00:30,68	00:30,56	00:29,96	00:00,60
	100	P	01:14,09	01:12,79	01:12,35	01:11,05	01:09,87	01:08,57	01:08,33	01:07,03	00:01,30
	200	P	02:47,77	02:44,67	02:43,16	02:40,06	02:38,12	02:35,02	02:34,48	02:31,38	00:03,10
	200	4N	02:46,98	02:43,48	02:42,50	02:39,00	02:39,95	02:36,45	02:35,70	02:32,20	00:03,50
400	4N	05:51,98	05:43,18	05:40,44	05:31,64	05:34,97	05:26,17	05:27,60	05:18,80	00:08,80	
Epreuves			50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	
			15 ans et moins	25 m	16 ans	25 m	17 ans	25 m	18 ans et plus	25 m	
GARCONS	50	NL	00:27,80	00:27,10	00:26,93	00:26,23	00:26,62	00:25,92	00:25,99	00:25,29	00:00,70
	100	NL	01:00,71	00:59,11	00:58,63	00:57,03	00:58,29	00:56,69	00:56,71	00:55,11	00:01,60
	200	NL	02:12,55	02:09,15	02:07,70	02:04,30	02:06,06	02:02,66	02:04,14	02:00,74	00:03,40
	400	NL	04:41,58	04:34,08	04:31,36	04:23,86	04:26,55	04:19,05	04:22,71	04:15,21	00:07,50
	800	NL	09:46,96	09:30,96	09:23,03	09:07,03	09:13,10	08:57,10	09:05,47	08:49,47	00:16,00
	1500	NL	18:25,96	17:55,96	18:10,84	17:40,84	17:34,75	17:04,75	17:27,42	16:57,42	00:30,00
	50	D	00:32,10	00:30,60	00:30,90	00:29,40	00:30,67	00:29,17	00:29,82	00:28,32	00:01,50
	100	D	01:09,20	01:06,80	01:06,53	01:04,13	01:05,77	01:03,37	01:04,41	01:02,01	00:02,40
	200	D	02:30,64	02:25,74	02:24,77	02:19,87	02:23,32	02:18,42	02:19,98	02:15,08	00:04,90
	50	B	00:35,07	00:34,27	00:34,08	00:33,28	00:33,17	00:32,37	00:32,64	00:31,84	00:00,80
	100	B	01:18,01	01:16,01	01:15,85	01:13,85	01:13,44	01:11,44	01:11,98	01:09,98	00:02,00
	200	B	02:53,42	02:48,42	02:44,38	02:39,38	02:39,14	02:34,14	02:37,17	02:32,17	00:05,00
	50	P	00:29,50	00:28,90	00:28,90	00:28,30	00:28,11	00:27,51	00:27,73	00:27,13	00:00,60
	100	P	01:06,33	01:05,03	01:03,51	01:02,21	01:02,63	01:01,33	01:01,23	00:59,93	00:01,30
	200	P	02:29,00	02:25,90	02:24,86	02:21,76	02:21,35	02:18,25	02:18,40	02:15,30	00:03,10
	200	4N	02:29,28	02:25,78	02:26,50	02:23,00	02:22,57	02:19,07	02:20,90	02:17,40	00:03,50
400	4N	05:18,96	05:10,16	05:10,73	05:01,93	05:06,57	04:57,77	05:01,57	04:52,77	00:08,80	