| Meeting de l'OUEST | |
|---|---|
| Date : **du vendredi 26 mars au dimanche 28 mars 2010** | |
| Bassin : **50 m x 20 m** | Lieu : **GRAND COURONNE** |
| Engagements extranat du 27 février au 12 mars 2010 minuit | |

*Compétition qualificative pour les championnats de France de catégories d'âges, pour les championnats de France des jeunes, pour les championnats de France de National 2 et pour les Championnats inteRrégionaux.*

| **Programme** | Vendredi 26 mars 2010 | | Samedi 27 mars 2010 | | Dimanche 28 mars 2010 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Ouverture des portes | 7 h 00 | 15 h 30 | 7 h 00 | 15 h 30 | 7 h 00 | 14 h 00 |
| Début des épreuves | 8 h 30 | 16 h 30 | 8 h 30 | 16 h 30 | 8 h 30 | 15 h 00 |
| Type d'épreuve | Séries | Finales | Séries | Finales | Séries | Finales |
| Épreuves | 50 m dos | 50 m dos | 50 m brasse | 50 m brasse | 50 m papillon | 50 m papillon |
| | 100 m brasse | 100 m brasse | 50 m nage libre | 50 m nage libre | 200 m brasse | 200 m brasse |
| | 200 m papillon | 200 m papillon | 100 m papillon | 100 m papillon | 100 m dos | 100 m dos |
| | 200 m nage libre | 200 m nage libre | 200 m dos | 200 m dos | 100 m nage libre | 800 m NL * |
| | 400 m 4 nages * | 400 m 4 nages * | 200 m 4 nages | 200 m 4 nages | 800 m NL * | 1500 m NL * |
| | | | 400 m NL * | 400 m NL * | 1500 m NL * | 100 m nage libre |

**Réunion technique le jeudi 25 mars à 18 h 30**

Pourront participer les nageurs ayant réalisé au moins un temps de qualification de la grille (voir annuel règlements FFN) en bassin de 25 ou 50 entre le 16 septembre et le 31 décembre 2009.

Les séries seront nagées toutes catégories confondues, avec finales A par catégorie (minimes, cadets, juniors/seniors).

* Les 400 m nage libre et 400 m 4 nages, ainsi que les 800 m nage libre dames et le 1500 m nage libre messieurs sont nagés toutes catégories, classement au temps (la meilleure série l'après-midi)

Un club ayant deux nageurs qualifiés à titre individuel peut engager une équipe par relais, le club ayant 6 nageurs qualifiés à titre individuel peut engager deux équipes par relais.

Les trois premiers de chaque épreuve par catégorie seront récompensés.

**Chaque club ayant plus de 5 nageurs engagés est tenu de fournir un officiel**

| Championnats du GRAND OUEST | |
|---|---|
| Date : **du vendredi 28 mai au dimanche 30 mai 2010** | |
| Bassin : **50 m x 20 m extérieur** | Lieu : **LAVAL** |
| Engagements extranat du 29 avril au 12 mai 2010 minuit | |

*Compétition qualificative pour les championnats de France minimes et cadets.*

| **Programme** | Vendredi 28 mai 2010 | | Samedi 29 mai 2010 | | Dimanche 30 mai 2010 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Ouverture des portes | 7 h 00 | 15 h 30 | 7 h 00 | 15 h 30 | 7 h 00 | 14 h 00 |
| Début des épreuves | 8 h 30 | 16 h 30 | 8 h 30 | 16 h 30 | 8 h 30 | 15 h 00 |
| Type d'épreuve | Séries | Finales | Séries | Finales | Séries | Finales |
| Épreuves | 50 m dos | 50 m dos | 50 m brasse | 50 m brasse | 50 m papillon | 50 m papillon |
| | 100 m brasse | 100 m brasse | 50 m nage libre | 50 m nage libre | 200 m 4 nages | 200 m 4 nages |
| | 200 m papillon | 200 m papillon | 100 m papillon | 100 m papillon | 400 nage libre filles | 400 nage libre filles |
| | 200 m nage libre | 200 m nage libre | 200 m dos | 200 m dos | 1500 nage libre garçons | 1500 nage libre garçons |
| | 400 m 4 nages | 400 m 4 nages | 200 m brasse | 200 m brasse | 100 dos | 100 dos |
| | | Relais 4x100 NL | 800 nage libre filles | 800 nage libre filles | 100 nage libre | 100 nage libre |
| | | | 400 m nage libre garçons | 400 m nage libre garçons | | |
| | | | | Relais 4x200 NL | | Relais 4x100 4N |

**Réunion technique le jeudi 27 mai à 18 h 30**

Sont autorisés à participer les nageurs ayant réalisé les temps de qualification de la grille interrégionale (voir annuel règlements FFN) lors des meetings labellisés régionaux et nationaux en bassin de 50 mètres de la phase de qualification (1er janvier au 31 mars 2010). Les nageurs de série N1 ne sont pas autorisés à participer.

Les séries seront nagées toutes catégories confondues, avec finales A par catégorie (minimes, cadets, juniors/seniors).

Les 400 nage libre et 4 nages seront nagés toutes catégories confondues avec finales A et B toutes catégories.

Le 800 m nage libre dames et le 1500 m nage libre messieurs sont nagés toutes catégories, classement au temps (la meilleure série l'après-midi)

Un club ayant deux nageurs qualifiés à titre individuel peut engager une équipe par relais, le club ayant 6 nageurs qualifiés à titre individuel peut engager deux équipes par relais.

Les trois premiers de chaque épreuve par catégorie (minimes, cadets juniors/seniors) seront récompensés.

**Chaque club ayant plus de 5 nageurs engagés est tenu de fournir un officiel**

| **Coupe de France Benjamins des Départements<br>Trophée Alex Jany** | |
|---|---|
| Date : **du samedi 19 au dimanche 20 juin 2010** | |
| Bassin : **25 m x 15 m (extérieur)** | Lieu : **LE BLANC (comité du Centre)** |
| Engagements extranat du 1er au 14 juin 2010 minuit | |

Compétition qualificative : néant.

| Date | **Samedi 19 juin 2010** | **Dimanche 20 juin 2010** |
|---|---|---|
| Ouverture des portes | 14 h 30 | 8 h 00 |
| Début des épreuves | 16 h 30 | 10 h 00 |
| Epreuves | 10 x 50 m nage libre | 100 m dos |
| | 200 m 4 nages | 100 m brasse |
| | 100 m papillon | 100 m nage libre |
| | | 4 x 50 m 4 nages |

Cette compétition est réservée à des **sélections départementales de 10 nageuses et 10 nageurs benjamins** (nés en 97 et 98) + 1 remplaçant par équipe

Chaque équipe présente obligatoirement 2 nageurs par épreuve individuelle et 1 équipe par relais. Un nageur ne peut participer qu'à **une seule épreuve individuelle** et éventuellement **aux deux relais**.

Les séries seront nagées au temps d'engagement.

Le 10 x 50 m nage libre sera coté avec la table du 400 m nage libre.

Le classement se fera par addition des points à la **table de cotation**. Les points des relais ne sont pas doublés.

Les trois premières équipes filles et les trois premières équipes garçons seront récompensées (coupes et médailles).

Des séries seront organisées uniquement pour **le** nageur remplaçant de chaque équipe

Echauffement des équipes filles le samedi de 14 h 30 à 15 h 30 et le dimanche de 8 h à 9 h
Echauffement des équipes garçons le samedi de 15 h 30 à 16 h 30 et le dimanche à 9 h à 10 h

**ATTENTION : toute combinaison est interdite, le port du slip de bain est obligatoire**

**Chaque département est tenu de fournir un officiel**