

NATATION

Référente:
CAVE Annabelle
annabelle.cave.@entpe.fr

Composition des équipes

Chaque école présentera une équipe mixte de 4 nageurs : 2 hommes et 2 femmes.

Matériel obligatoire

- Bonnet de bain.
- Maillot de natation/Combinaison de natation (Short de bain interdit).

Programme des épreuves

- **Matin :**
 - o Échauffement (45min-1h)
 - o 50 m dos
 - o 100 m brasse
 - o 50 m papillon
 - o 100 m NL
 - o Relais 4x100 NL
- Pause déjeuner (1h30)

- **Après-midi :**
 - o Echauffement (45min-1h)
 - o 100 m dos
 - o 50 m brasse
 - o 100 m papillon
 - o 50 m nl
 - o Relais 4x100 NL



Règlement

Le règlement appliqué est le même que lors de compétitions organisées par la FFN.

Chaque école présentera une équipe mixte de 4 nageurs : 2 hommes et 2 femmes.

Chaque nageur effectue un 50m et un 100m individuel, ainsi qu'un 100m NL lors du relais. Au sein d'une équipe deux nageurs ne peuvent effectuer la même épreuve individuelle. L'ordre de passage des nageurs lors des relais est laissé au choix pour chaque équipe.

Exemple de composition d'équipe :

nageur 1 : 50m brasse, 100m nl

nageur 2 : 50m dos, 100m pap

nageuse 1 : 50m nl, 100m brasse

nageuse 2 : 50m pap, 100m dos

Après chaque nage, des points seront attribués en fonction des temps de référence de la grille FINA. Il est à noter que seul le sexe influence l'attribution de points.

Un seul et unique classement sera mis à disposition il sera par équipe et sera le cumul des points de chaque participant de l'équipe.

Organisation

Chaque équipe désignera un capitaine qui transmettra la composition de l'équipe (Nom, prénom, nages + temps d'engagements pour chaque nageur). Cette composition pourra être modifiée jusqu'à 1 semaine avant l'évènement.

Note

Il est fortement recommandé d'apporter avec soi de quoi se rassasier/s'hydrater. L'esprit sportif et la bonne ambiance sont de rigueur.

