

# COUPE INTERCLUBS BENJAMINS 2 PLOTS

1<sup>er</sup> plot : samedi 18 ou dimanche 19 octobre 2014  
2<sup>ème</sup> plot : samedi 24 ou dimanche 25 janvier 2015

SEPT	OCT	NOV	DEC	JANV	FEV	MARS	AVR	MAI	JUIN	JUIL
------	-----	-----	-----	------	-----	------	-----	-----	------	------

COMPETITIONS ORGANISEES DANS LES DEPARTEMENTS	
<b>Bassin</b>	25m
<b>Catégorie</b>	BENJAMINS 2002 et 2003
<b>Type de compétition</b>	Compétition par équipes de 4 nageurs Performances insérées dans les classements FFN.
<b>Règlement</b> Voir Règlement FFN pages 98 à 101	Un club ne peut engager une nouvelle équipe que si toutes les précédentes sont complètes (4 nageurs participant aux épreuves individuelles et aux relais). Une épreuve réservée aux remplaçants pourra être organisée (sur une course au programme de la compétition).
<b>1<sup>er</sup> PLOT</b> Règlement FFN pages 98 99	100 m 4N <b>4x50m 4N</b> , 4X50m Pap., 4X50m Brasse et 4X50m NL Chacun des quatre nageurs d'une même équipe doit participer à l'épreuve individuelle et aux relais. Les prises de relais pour le relais dos se font dans l'eau.
<b>2<sup>ème</sup> PLOT</b> Règlement FFN pages 100 - 101	100 m Papillon, Dos, Brasse et NL. 4x100m 4N individuel, 4x200mNL Chaque équipe doit présenter deux nageurs par épreuve. Chaque nageur de chaque équipe doit participer à 2 épreuves individuelles et aux relais. Le relais 4N est un relais de 100m 4N, chaque nageur réalise un 100m 4N.
<b>Programmes</b>	Les programmes sont laissés à l'initiative des Comités Départementaux.

CORRIGE

## COUPE INTERCLUBS MINIMES

Samedi 24 ou Dimanche 25 Janvier 2015

SEPT	OCT	NOV	DEC	JANV	FEV	MARS	AVR	MAI	JUIN	JUIL
------	-----	-----	-----	------	-----	------	-----	-----	------	------

<b>Compétition organisée au niveau départemental</b>	
<b>Bassin</b>	25m
<b>Catégories</b>	MINIMES exclusivement (1999 et 1998).
<b>Type de compétition</b>	Compétition par équipes de 4 nageurs Animation - Référence Départementale Performances insérées dans les classements FFN.
<b>Epreuves</b>	100 m Papillon, Dos, Brasse et NL. 4x100m 4N individuel, 4x200mNL
<b>Organisation - Programme</b>	Le programme et le lieu d'organisation sont laissés à l'initiative des Comités Départementaux. Des regroupements Départementaux sont possibles. Cette compétition est placée à la même date que le Plot 2 des Interclubs Benjamins et son règlement est identique.
<b>Règlement Voir Règlement FFN pages 112-113</b>	Chacun des quatre nageurs d'une même équipe doit participer à 2 épreuves individuelles et aux relais. Chaque équipe doit présenter deux nageurs par épreuve. Le relais 4N est un relais de 100m4N, chaque nageur réalise un 100m4N. Un club ne peut engager une nouvelle équipe que si toutes les précédentes sont complètes (quatre nageurs participant aux épreuves individuelles et aux relais). Une épreuve réservée aux remplaçants pourra être organisée (sur une course au programme de la compétition).



*Sélection AQUITAINE C.F.R. Minimes et Cadets 2014 à Dunkerque*