

CHAMPIONNATS REGIONAUX OPEN DES MAÎTRES 2010

Le Comité d'Aquitaine propose aux nageurs et nageuses de 25 ans et plus de se confronter dans le cadre du programme sportif des Maîtres.

1- CATEGORIES D'AGE : Epreuves individuelles (âge au 31.12.2010)

C1	de 25 à 29 ans (1985 - 1981)	C8	de 60 à 64 ans (1950 - 1946)
C2	de 30 à 34 ans (1980 - 1976)	C9	de 65 à 69 ans (1945 - 1941)
C3	de 35 à 39 ans (1975 - 1971)	C10	de 70 à 74 ans (1940 - 1936)
C4	de 40 à 44 ans (1970 - 1966)	C11	de 75 à 79 ans (1935 - 1931)
C5	de 45 à 49 ans (1965 - 1961)	C12	de 80 à 84 ans (1930 - 1926)
C6	de 50 à 54 ans (1960 - 1956)	C13	de 85 à 89 ans (1925 - 1921)
C7	de 55 à 59 ans (1955 - 1951)	C14	de 90 à 94 ans (1920 - 1916)

Epreuves de relais

R1	119 ans et moins	R4	de 200 à 239 ans
R2	de 120 à 159 ans	R5	de 240 à 279 ans
R3	de 160 à 199 ans	R6	de 280 à 319 ans

2- BASSIN : 25m , 6 couloirs bassin de récupération

3- DATE ET LIEU : Le dimanche 28 février 2010 à Marmande (47)

4- ORGANISATION : Sur 1 journée en 2 réunions.

5- EPREUVES : 16 épreuves individuelles + 2 épreuves de relais.

6- REGLEMENT : Un seul départ / Ciseaux de brasse autorisés en nage papillon / Départ dans l'eau accepté / Classement au temps / Règlement combinaisons à respecter.
Les épreuves seront nagées toutes catégories confondues.
Les épreuves seront libres de tout temps qualificatif.
Le nombre d'engagement individuel est limité à 6 sur la durée des championnats.
Prise en compte des performances pour le championnat de France été 2010 et hiver 2011 .

7- ENGAGEMENTS : Les clubs devront faire parvenir leurs engagements au Comité d'Aquitaine au format PCE ou par email POUR LE 23 FEVRIER 2010.
Aucun engagement ne sera pris sur le bord du bassin.

8- PROGRAMME :

1° REUNION Dimanche à **09h00 (RV 08h00)**

400m Nage Libre D/M
50m Brasse
100m Papillon
200m 4 Nages
100m Dos
50m Nage libre
200m Brasse
100m 4 nages
Relais 4x50m 4 nages D/M

2° REUNION Dimanche à **15h00 (RV 14h00)**

200m Nage libre M/D
100m Brasse
50m Dos
400m 4 nages
50m Papillon
100m Nage libre
200m Dos
200m Papillon
Relais 4x50m Nage libre M/D

9- DROITS D'ENGAGEMENTS : 4.30 euros par épreuve individuelle / 8.50 euros par relais.
Pas de pénalités pour les forfaits.

10- JURY : **Chaque club doit présenter au moins 1 officiel.**

11- RECOMPENSES : 1 médaille au premier de chaque catégorie par épreuve.