

COUPE INTERCLUBS BENJAMINS 2 PLOTS

1^{er} plot : samedi 19 ou dimanche 20 octobre 2013

2^{ème} plot : samedi 8 ou dimanche 9 février 2014

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

COMPETITIONS ORGANISEES DANS LES DEPARTEMENTS

| | |
|---|--|
| Bassin | 25m |
| Catégorie | BENJAMINS 2001 et 2002 |
| Type de compétition | Compétition par équipes de 4 nageurs Performances insérées dans les classements FFN. |
| Règlement <i>Voir Règlement FFN pages 87 à 90</i> | 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). |
| 1^{er} PLOT | 100 m 4N 4x50m Pap., Dos, Brasse et 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. |
| 2^{ème} PLOT | 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. |
| Programmes | Les programmes sont laissés à l'initiative des Comités Départementaux. |