

PROGRAMME REGIONAL

INTERCLUBS REGIONAUX DES MAITRES

NÎMES (Pablo Neruda)

Samedi 5 décembre 09

Règlement : Equipes mixtes ou non de 4 à 6 nageurs.

Possibilité de doubler une épreuve individuelle.

6 épreuves doivent être nagées en individuel, plus les relais.

Chaque nageur doit nager obligatoirement une épreuve individuelle.

Plusieurs équipes (de 4 à 6 nageurs) autorisées par club

Chaque club est prié de fournir 1 officiel

Engagements : **Nat2i** envoi des engagements pour le **2 décembre** par mail à

dominique.train@orange.fr

(le logiciel fédéral ne gère pas, pour le moment, les IC Maîtres)

Frais d'engagement : 20 € par équipe (à l'ordre du Comité Régional de Natation)

Echauffement : 17h00

Début de la réunion : 17h45

4x50 NL

50 PAP

200 NL

50 DOS

50 BR

100 4N

50 NL

4x50 4N