

## 4<sup>ème</sup> Journée **POUSSINS**

<b>DATE</b>	8 JUIN 2013	
<b>LIEU</b>	SAINT-FLORENT	
<b>OUVERTURE DES PORTES</b>	14.00 h	14.00 h
<b>DEBUT DES EPREUVES</b>	14.45 h	14.45 h
<b>CODES NAGES ET EPREUVES</b>	<b>ENF RATTRAPAGE</b>  <b>PASS'COM</b> (VOIR FICHE SPECIFIQUE)  <b>AVENIRS</b>  100 LIBRE FILLES 100 LIBRE GARÇONS 50 PAP FILLES 50 PAP GARÇONS	<b>Sauf Water-polo</b>  <b>PETITION</b> (SPECIFIQUE)  <b>POUSSINS</b>  100 LIBRE FILLES 100 LIBRE GARÇONS 200 4 NAGES GARÇONS 200 4 NAGES FILLES
<b>ENGAGEMENTS</b>	Sur l'Extranat au plus tard le le, JEUDI 6 JUIN 2013 Gestion CNF contact : <a href="mailto:patrice.coraichon@bbox.fr">patrice.coraichon@bbox.fr</a> Tel : 06.20.75.48.84	

**Tarifs :**

IND : 1.25 €

Les séries seront nagées au temps et les classements effectués par groupes d'âges  
 Chaque nageur peut nager la distance de la catégorie inférieure H.C.

Compétition ouverte aux Avenir (2004 et après) titulaire du Pass'compétition

**Récompenses :**

Les trois premiers de chaque épreuves, par catégories et par années d'âges, seront récompensés. Les nageurs H.C. ne seront pas récompensés.

**Catégories :**

AVENIRS : Filles et Garçons 9 ans et moins nés en 2004, 2005 et après titulaire du Pass'compétition

POUSSINS : Filles et Garçons 10 ans et 11 ans nés en 2003 et 2002



## PASS'COMPETITION

<b><u>DATE</u></b>	8 JUIN 2013
<b><u>LIEU</u></b>	<b>SAINT-FLORENT</b>
<b><u>OUVERTURE DES PORTES</u></b>	14 :00 h
<b><u>DEBUT DES EPREUVES</u></b>	14 :45 h
<b><u>OBJECTIFS VISES</u></b>  Compétences "Être capable de..."	<p>100 4NAGES</p> <p><b>S'approprier l'environnement de la compétition et respecter les procédures.</b></p> <p><b>Réaliser un départ de compétition</b></p> <p><b>Parcourir 25 mètres en papillon</b></p> <p><b>Effectuer un virage en enchaînant la nage papillon avec le dos.</b></p> <p><b>Parcourir 25 mètres en dos.</b></p> <p><b>Effectuer un virage en enchaînant la nage dos avec la brasse.</b></p> <p><b>Parcourir 25 mètres en brasse.</b></p> <p><b>Effectuer un virage en enchaînant la nage brasse avec la nage libre.</b></p> <p><b>Parcourir 25 mètres nage libre.</b></p> <p><b>Rester concentré jusqu'à la touche du mur. Prendre connaissance de ma performance</b></p>
<b><u>ENGAGEMENTS</u></b>	<p>En mail au plus tard le, JEUDI 6 JUIN 2013 à minuit</p> <p>Gestion Patrick GIMONET contact : <a href="mailto:patrick.gimonet@sfr.fr">patrick.gimonet@sfr.fr</a> Tel : 06.89.80.17.58</p>

