

## Présentation

Le programme de ce meeting est conçu pour répondre aux objectifs :

- \* proposer un programme innovant, réparti sur une journée afin de développer un état d'esprit plus convivial
- \* permettre aux Maîtres de participer à une compétition avant le Championnat Régional

## Règlement

Compétition ouverte aux licenciés de 20 ans et plus.

Chaque nageur(se) peut participer aux différentes épreuves individuelles.

Un(e) même nageur(se) pourra participer aux différents relais du programme.

Relais mixtes composés de 2 nageurs et 2 nageuses.

## Engagements

4 € par épreuve individuelle

10 € par relais

Engagements en ligne via EXTRANAT **avant le 21 janvier 2020.**

Frais d'engagements, par chèque libellé à l'ordre du **Cercle des Nageurs Saintais (CNS).**

Aucun engagement ne sera accepté sur place, sauf erreur de notre part.

## Programme

### *1<sup>ère</sup> réunion : OP à 7h30 – DE à 8h30*

- 1 - 200m 4N Dames
- 2 - 200m 4N Messieurs
- 3 - 50m DOS Dames
- 4 - 50m DOS Messieurs
- 5 - 100m BR Dames
- 6 - 100m BR Messieurs
- 7 - 200m NL Dames
- 8 - 200m NL Messieurs
- 9 - Relais 4 x 50m NL Mixtes
- 10 - 50m BR Dames
- 11 - 50m BR Messieurs
- 12 - 100m DOS Dames
- 13 - 100m DOS Messieurs
- 14 - 200m PAP Dames
- 15 - 200m PAP Messieurs
- 16 - Relais 4 x 50m 4N Dames
- 17 - Relais 4 x 50m 4N Messieurs

### *2<sup>ème</sup> réunion : OP à 13h30 – DE à 14h30*

- 18 - 100m 4N Dames
- 19 - 100m 4N Messieurs
- 20 - 50m NL Dames
- 21 - 50m NL Messieurs
- 22 - 100m PAP Dames
- 23 - 100m PAP Messieurs
- 24 - 200m DOS Dames
- 25 - 200m DOS Messieurs
- 26 - Relais 4 x 50m 4N Mixtes
- 27 - 50m PAP Dames
- 28 - 50m PAP Messieurs
- 29 - 100m NL Dames
- 30 - 100m NL Messieurs
- 31 - 200m BR Dames
- 32 - 200m BR Messieurs
- 33 - Relais 4 x 50m NL Dames
- 34 - Relais 4 x 50m NL Messieurs

## Bassin

Bassin de 25 mètres, 5 couloirs.

## Forfaits

Les forfaits sont à déclarer sur place, 30 minutes avant le début des épreuves

## Officiels

Chaque club est tenu de présenter au moins un officiel pour le bon déroulement de la compétition.

## Récompenses

Classement par catégories :

**C0, C1, C2, C3, C4, C5, C6, C7, C8, C9 et ....**

Lots pour les 3 premiers(ères) par catégorie d'âge au cumul des points (4 meilleures performances).

Une coupe + médailles aux 3 premières équipes des relais toutes catégories.

## Résultats

Résultats envoyés à la Ligue Régionale dans les 3 jours suivants la compétition, qui transmettra aux clubs participants après validation.

## Organisateur

Cercle des Nageurs Saintais



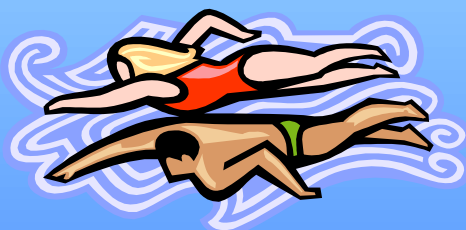
## Contacts

BREIDENBACH Gérard

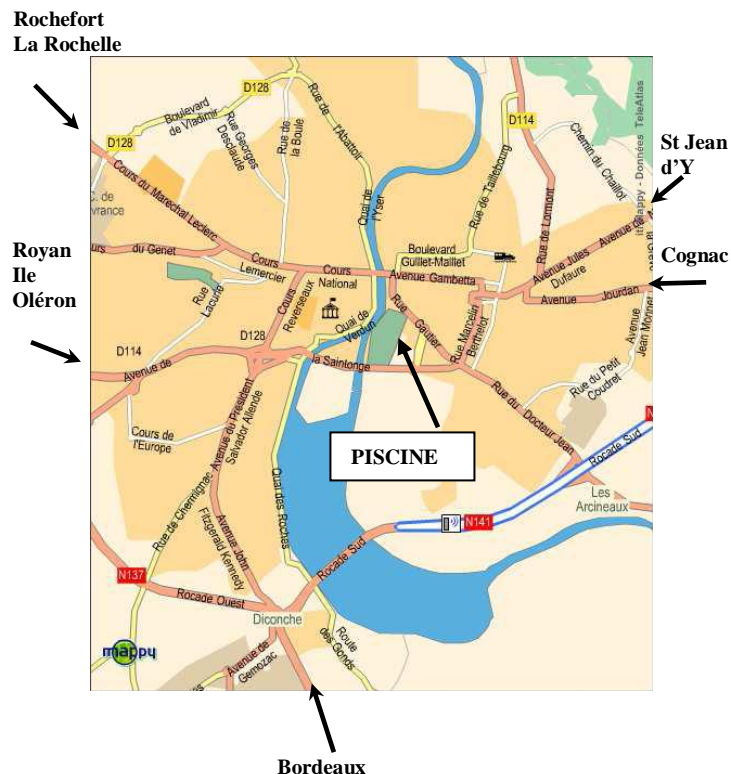
Adresse : Piscine Louis STARZINSKY  
Cours Charles DE GAULLE  
17 100 SAINTES

Téléphone : 05 46 93 60 49 / 06 04 51 68 76

E-mail : [cnssaintes17@gmail.com](mailto:cnssaintes17@gmail.com)



## Plan d'accès



# SAINTES



# MEETING des MAITRES du "PAYS SANTON"



## Dimanche 26 Janvier 2020

