COMITE DEPARTEMENTAL DU HAUT RHIN

Programme des Avenirs

Le Challenge Avenirs

Accès : à tous les nageurs de la catégorie Avenir titulaires d'une licence « compétiteur ». Les nageurs n'ont pas obligation d'avoir obtenu les tests ENF1 et ENF2 pour s'engager.
L'obtention du Pass'Compétition se fera sur ces plots. Pour le valider, chaque nageur devra être classer sur 5 épreuves dont deux 25m – deux 50m et un 100m sur au minimum trois réunion.

Engagements

4 euros / épreuves – le nombre d'engagements n'est pas limité.

Date limite d'engagements

Le mardi avant (pour les compétitions disputées le samedi / le mercredi avant pour les compétitions disputées le dimanche)

Récompenses

Médailles aux trois premiers par année d'âge.

Organisation des échauffements

Afin d'avoir des conditions optimales et la demande des entraineurs, il a été décidé de couper l'échauffement en 2 parties. La moitié de l'échauffement sera donc réservée aux garçons puis l'autre partie aux filles. Il y aura une alternance pour débuter l'échauffement lors de chaque plot.

Plot 1 (Samedi 19 octobre Cernay)
OP 14h – DE 15h (Début d'échauffement filles)
25 Papillon Dames & Messieurs 25 Brasse Dames & Messieurs 50 Dos – Brasse Dames & Messieurs 50 Brasse – NL Dames & Messieurs 100 NL

Président : Laurent HORTER : 2, rue des Chasseurs Alpins 68720 Flaxlanden - @ : cdnat68@gmail.com
Tel : 03 89 43 29 29 – FAX : 03 89 06 18 01

COMITE DEPARTEMENTAL DU HAUT RHIN

Plot 2 (Samedi 7 décembre – Mulhouse Jonquilles)
OP 14h – DE 15h (Début d'échauffement garçons)
25 Dos Dames et Messieurs 25 NL Dames & Messieurs 50 Pap – Dos Dames & Messieurs 50 Dos – Brasse Dames & Messieurs 100 4N Dames & Messieurs

Plot 3 (Dimanche 26 janvier – Thann)
OP 14h – DE 15h (Début d'échauffement filles)
100 NL Dames & Messieurs 50 Dos – Brasse Dames & Messieurs 50 Brasse – NL Dames & Messieurs 25 Papillon Dames & Messieurs 25 Brasse Dames & Messieurs

Plot 4 (Dimanche 8 mars – Illfurth)
OP 14h – DE 15h (Début d'échauffement garçons)
En rouge : les épreuves devront figurer sur une compétition hors challenge.
100 4N 50 Pap - Dos 50 Dos – Brasse 25 Dos Dames et Messieurs 25 NL Dames & Messieurs 200 NL Dames & Messieurs (sous réserve du temps minimal réalisé au 100 NL de 1'30''

Plot 5 (Dimanche 5 avril – Kaysersberg)
OP 14h – DE 15h (Début d'échauffement filles)
En rouge : les épreuves devront figurer sur une compétition hors challenge.
25 Papillon Dames & Messieurs 25 Brasse Dames & Messieurs 50 Dos – Brasse Dames & Messieurs 50 Brasse – NL Dames & Messieurs 100 NL Dames & Messieurs 200 NL Dames & Messieurs (sous réserve de temps minimal réalisé au 100 NL de 1'30'' 400 NL Dames & Messieurs (sous réserve de temps minimal réalisé au 200 NL de 3'30''

Président : Laurent HORTER : 2, rue des Chasseurs Alpins 68720 Flaxlanden - @ : cdnat68@gmail.com
Tel : 03 89 43 29 29 – FAX : 03 89 06 18 01