

**SAMEDI 19 & DIMANCHE 20 OCTOBRE 2019**

**CNF**

Club de Natation  
Fougerais



Labellisé MEETING RÉGIONAL

# 6<sup>e</sup> MEETING DE NATATION

**CNF FOGÈRES AGGLOMÉRATION**

JEUNES, JUNIORS ET SÉNIORS  
BASSIN DE 25M • 6 COULOIRS • CHRONOMÉTRAGE ÉLECTRONIQUE

[www.natation-fougeres.com](http://www.natation-fougeres.com)

# 6<sup>e</sup> MEETING DE NATATION

CNF FOGÈRES AGGLOMÉRATION

# CNF

Club de Natation  
Fougerais

7h30 : Ouverture des portes • 8h50 : Évacuation du bassin compétition • 9h00 : Début des épreuves  
Un bassin d'extérieur pour récupération et échauffement est à disposition pendant toute la compétition.

## SAMEDI 19 OCTOBRE

### MATIN (série)

- 400 M - NL \*
- 200 M - PAP
- 100 M - BRASSE
- 200 M - DOS
- 100 M - NL

### APRÈS-MIDI (finales)

- 200 M - NL  
FINALE 400 M - NL
- 100 M - PAP  
FINALE 200 M - PAP
- 50 M - BRASSE  
FINALE 100 M - BRASSE
- 100 M - DOS  
FINALE 200 M - DOS
- 50 M - NL  
FINALE 100 M - NL

- RELAIS 4 X 50 M - 4 NAGES MIXTE

### \* RÈGLEMENT

7 séries maximum  
Homme et Femme sur le 400 M NL  
Temps limite :  
Homme : 5'15"00  
Femme : 5'50"00

### COÛT DES ENGAGEMENTS

individuels et relais : 5 euros

### PÉRIODE D'ENGAGEMENT

du 8 au 17 octobre 2019 (extranat)

LES FINALES seront parcourues sur la  
moitié de la distance des séries.

RELAIS limité à 1 par club.

## Dimanche 20 OCTOBRE

### MATIN (série)

- 200 M - 4 NAGES
- 100 M - DOS
- 200 M - BRASSE
- 100 M - PAP
- 200 M - NL

### APRÈS-MIDI (finales)

- 100 M - 4 NAGES  
FINALES 200 M - 4 NAGES
- 50 M - DOS  
FINALES 100 M - DOS
- 100 M - BRASSE  
FINALES 200 M - BRASSE
- 50 M - PAP  
FINALES 100 M - PAP
- 100 M - NL  
FINALES 200 M - NL