

**Dimanche 20 Novembre 2011**



**1er Plot d'acquisition Avenirs / Poussins  
saison 2011 - 2012**

**Règlement général :**

La compétition est placée sous l'autorité du juge-arbitre qui réglera les éventuels litiges conformément aux règlements de la F.F.N.  
Pour le bon déroulement de la compétition, au minimum deux officiels titulaires par club seront requis.

**Catégories d'âges :**

- Avenirs : 2003 et après
- Poussins : 2001 / 2002

**Récompense :**

Une médaille par épreuve sera distribuée aux trois premiers de chaque année d'âge (trois années retenues pour les Avenirs).

**Engagements :**

Droit d'engagement à 1€ par épreuve (Pass'compétition compris)  
3 épreuves maximum par nageurs  
Création d'une compétition par catégorie d'âge et pour le Pass' compétition également.





La date limite pour la réception des engagements, réalisés sur Extranat Pocket, est fixée au **vendredi 11 Novembre 2011**, à l'adresse mail ci-après : [ludovic.weiss.lw@gmail.com](mailto:ludovic.weiss.lw@gmail.com)

Le paiement des engagements pourra être effectué sur place le jour de la compétition (chèque à l'ordre de l'AC2M).

### Collations :

Une buvette sera mise en place par le club organisateur (pâtisseries, boissons, friandises).

### Horaires :

Ouverture des portes : 13h30  
Durée de l'échauffement : 45 minutes  
Evacuation du bassin : 14h00  
Pass'compétition : 14h15  
Début des épreuves : 14h30

### Programme :

Le programme débutera avec l'épreuve du Pass'compétition, puis nous commencerons avec les avenirs. Ensuite, il y aura une pause de 30 minutes avant de poursuivre avec les poussins.

#### Pass'compétition : 100 4N

#### Programme Avenirs :

25m Papillon Dames  
25m Papillon Messieurs  
25m Dos Dames  
25m Dos Messieurs  
25m Brasse Dames  
25m Brasse Messieurs  
25m Nage Libre Dames  
25m Nage Libre Messieurs  
50m Nage Libres Dames  
50m Nage Libre Messieurs

#### Programme Poussins :

100m 4N Dames  
100m 4N Messieurs  
200 NL Dames  
200 NL Messieurs  
50m Papillon Dames  
50m Papillon Messieurs  
50m Dos Dames  
50m Dos Messieurs  
50m Brasse Dames  
50m Brasse Messieurs  
50m Nage Libre Dames  
50m Nage Libre Messieurs

