



# 3ème Défi 4 nages de L'Entente Delle Etueffont Natation 99

Le Dimanche 20 Octobre 2019



## Delle Natation



Ville de Delle





## Défi 4 nages : votre meeting de reprise

**Règle du jeu :** Relever un défi équivaut à concourir les 4 nages. Chaque catégorie devra se mesurer aux 4 styles de nages sur une distance donnée. Il ne sera pas possible de mixer les distances.

	DISTANCE	DAMES	MESSIEURS
AVENIRS-MAITRES	50 M	10 ans et moins (2010 et après) 25 ans et plus (1995 et moins)	12 ans et moins (2009 ET après) 25 ans et plus (1995 et moins)
JEUNES	100 M	11 à 13 ans (2009 à 2007)	12 à 14 ans (2008 à 2006)
JUNIORS	200 M	14 à plus (2006 à moins)	15 à plus (2005 à moins)

### Programme :

<b>Matin</b>	<b>Après-midi</b>
Ouverture des portes 7h30 Début des épreuves 8h30	Ouverture des portes 13h30 Début des épreuves 14h30
<b>50m papillon Avenirs/Maîtres</b> dames et messieurs <b>100m papillon Jeunes</b> dames et messieurs <b>200m papillon Juniors</b> dames et messieurs <b>50m dos Avenirs/Maîtres</b> dames et messieurs <b>100m dos Jeunes</b> dames et messieurs <b>200 dos Juniors</b> dames et messieurs <b>4 x 100m NL mixte TC</b> 2 filles 2 garçons	<b>50m brasse Avenirs/Maîtres</b> dames et messieurs <b>100m brasse Jeunes</b> dames et messieurs <b>200m brasse Juniors</b> dames et messieurs <b>50m NL Avenirs/Maîtres</b> dames et messieurs <b>100m NL Jeunes</b> dames et messieurs <b>200 NL Juniors</b> dames et messieurs <b>4 x 100m 4N mixte TC</b> 2 filles 2 garçons



### **Récompenses :**

Il n'y aura pas de récompenses sur les courses individuelles, seuls les défis seront récompensés.

- Défi avenir : 1er chèque cadeau, 2ème chèque cadeau, 3ème chèque cadeau.
- Défi jeunes : 1er chèque cadeau, 2ème chèque cadeau, 3ème chèque cadeau.
- Défis juniors : 1er chèque cadeau, 2ème chèque cadeau, 3ème chèque cadeau.
- Défis Maîtres : 1er Diplôme, 2ème Diplôme, 3ème Diplôme.

Relais : médailles aux 3 premières équipes

### **Engagements :**

Sur extranat avant le mardi 16 octobre 2019.

Ou par mail pour les clubs étrangers à [gerone.benjamin@gmail.com](mailto:gerone.benjamin@gmail.com)

### **Tarifs :**

5€ par engagement individuel et 7€ par relais.

### **Officiels :**

Chaque club devra fournir un officiel.

### **Restauration :**

- Brasserie du Faubourg, 45 Fbg de Belfort, 90100 Delle, [09 80 66 25 68](tel:0980662568).
- Le Tournesol, 16 Grande Rue, 90100 Joncherey, [03 63 69 00 53](tel:0363690053).