

CHAMPIONNAT NATIONAL INTERCLUBS	Nb de réunion : 2 Catégories : Toutes Code Extranat : Tarif : 40 € / équipe
DIMANCHE 6 NOVEMBRE 2016	
Lieu : AJACCIO	Organisateur : Tous les clubs, 6 Officiels minimum par club engagé.
Engagements : Sur Extranat du mardi 25 octobre 2016 au mardi 1 novembre 2016 avant minuit	
Nageurs concernés : Toutes catégories (pass'comp obligatoire 2004 et après)	
Récompenses : Les 3 premières équipes D et M	
Remarques : Toutes catégories : Equipes de 10 nageurs D et M Voir règlement fédéral pages 104,105 et 106	
<u>PROGRAMME :</u> MATIN Echauffement à 9h, début des épreuves à 10h Relais 10 x 50 Nage Libre D et M 100 Dos D – 200 Dos M 100 Brasse D – 200 Brasse M 100 Nage Libre D – 400 Nage Libre M 100 Papillon D – 200 Papillon M 100 4 Nages D – 200 4 Nages M <i>Pause 15 minutes</i> Relais 4 x 100 Nage Libre D et M APRES MIDI Echauffement à 13h30, début des épreuves à 14h30 Relais 4 x 200 Nage Libre D et M 200 Dos D – 100 Dos M 200 Brasse D – 100 Brasse M 400 Nage Libre D – 100 Nage Libre M 200 Papillon D – 100 Papillon M 200 4 Nages D – 100 4 Nages M <i>Pause 15 minutes</i> Relais 4 x 100 4 Nages D et M Règlement au plus tard le matin de la compétition impérativement	