



**CHAMPIONNATS de NATATION  
UGSEL NORMANDIE  
MERCREDI 30 JANVIER 2019**



à la piscine du Stade Nautique Eugène Maès de Caen  
boulevard Yves Guillou, 14000 CAEN.

**VALIDATION** par les professeurs d'EPS sur USPORT pour le par  
équipe au plus tard pour le **VENDREDI 25 janvier à 18h00.**

Attention de bien vérifier dans **LISTE DES INSCRITS EN  
COMPETITION** vos qualifiés en individuel et vos équipes si vous  
participez au critérium promotionnel. Si vous voyez une erreur dans  
vos qualifiés individuels, merci de prendre contact avant la date  
limite auprès de votre comité.

Pour la compétition nous avons besoin de professeurs d'EPS pour les jurys  
adultes, merci de venir avec vos chronomètres et planche/crayons pour  
marquer les temps sur les feuilles de nage.

**DE PLUS CHAQUE** établissement qui proposera une équipe devra fournir un jury  
jeune pour la prise de performance avec un jury adulte.

1 EQUIPE = 1 jury Jeune + JA

2 EQUIPE = 2 jury Jeune + JA

etc ....

Port du bonnet de bain obligatoire. Interdiction de porter un short de bain,  
une combinaison intégrale, un maillot 2 pièces pour les filles et double  
maillot de bain.

Rappel,

en **PROMOTIONNEL** le nageur ne peut avoir que 4 épreuves dont 3  
épreuves individuelles maximum.

Les relais mixtes sont composés obligatoirement de 2 filles et de 2 garçons.

**12h15/12h30**

**Entrée dans la piscine et ouverture des vestiaires.**

**Vestiaires collectifs filles ou garçons**

**(ne rien laisser dedans et amener toutes les affaires dans les tribunes avant passage à la douche).**

**12h40 : Ouverture du bassins et ECHAUFFEMENT (8 lignes d'eau).**

**13h10 : Photo de famille**

**13h15 : Début de la compétition**

Ordre par Catégorie et par Nage

**PROMOTIONNEL PUIS ELITE : PF-BF PG-BG MF-MG C/JS F CG JSG**

➤ **DEBUT des épreuves pour les épreuves ELITE et PROMO**

- Relais 4x50 NL ELITE + MIXTE
- Relais 4x25 NL PROMO + MIXTE
- OPEN 400 ELITE
- OPEN 50 ELITE
- 200 NL NAGE LIBRE collège et Lycée CRITERIUM
- 200 m 4 NAGES ELITE
- PAPILLON 25 PROMO et 50/100 ELITE
- DOS 50 PROMO et 100 ELITE
- BRASSE 50 PROMO et 100 ELITE
- 100 4 Nages, uniquement en critérium
- NAGE LIBRE 50 PROMO et 200 BF BG/ 100 ELITE
- Relais 4X50 4 NAGES ELITE + MIXTE
- Relais 4x25 4 NAGES PROMO CRITERIUM

**16h30 : REMISE des RECOMPENSES**

**17 h : Fin du Championnat**

