



**LIGUE  
GRAND EST DE NATATION**  
13 rue Jean Moulin  
CS 70001  
54510 TOMBLAINE

## CHAMPIONNAT RÉGIONAL BENJAMINS (50M) OPEN

▪ Du 29 juin au 30 juin 2024	▪ Lieu : STRASBOURG (Piscine de la KIBITZENAU)
▪ 4 réunions	▪ Compétition qualificative
<b>Conditions d'accès</b>	
▪ Catégories d'âges : filles 12 et 13 ans, garçons 12 et 13 ans. (B12 et B13)	▪ Nageurs qualifiés à partir des performances PB et GB des grilles de temps correspondantes ▪ Nageurs qualifiés à l'issue de la période qualificative, du 1 <sup>er</sup> septembre 2022 au 23 juin 2024
<b>Engagements</b>	<b>Résultats</b>
▪ Propositions ExtraNat : de J-20 à J-4 ▪ Liste des engagés : J-3 ▪ Réunion Technique : J	▪ Envoi serveur : Jour J ▪ Publications web : J+1 ▪ Réclamations : J+8 <a href="mailto:informatique@lge-natation.fr">informatique@lge-natation.fr</a>

### ÉQUIPEMENTS

Bassin de 50m homologué.

Chronométrage semi-automatique ou automatique obligatoire (Plaques et/ou Harnais + Poires, Starter + Haut-parleurs, Flash si départ des 50m du côté opposé, tableau d'affichage dédié)

### CONTENU DU PROGRAMME

- Épreuves individuelles :

Benjamin(e) 1 (B12) : 50-100m Pap, 50-100-200m Dos, 50-100-200m Brasse, 50-100-200-400m NL, 200m 4N.

Benjamin(e) 2 (B13) : 50-100-200m Pap, 50-100-200m Dos, 50-100-200m Brasse, 50-100-200-400-800-1500m NL, 200-400m 4N.

Classement au temps.



**LIGUE  
GRAND EST DE NATATION**  
13 rue Jean Moulin  
CS 70001  
54510 TOMBLAINE

## JURY

Le jury est constitué par la Ligue selon les règles FFN. Les juges-arbitres devront figurer sur les listes des officiels validés pour la saison en cours.

## MODE DE PARTICIPATION

Les nageuses et nageurs peuvent participer aux épreuves pour lesquelles ils ont réalisé une performance à partir des performances PB et GB des grilles de temps correspondantes enregistrée dans la base ExtraNat entre le 1<sup>er</sup> septembre 2022 et 23 juin 2024, plus une épreuve supplémentaire de leur choix.

Les nageurs ne sont pas autorisés à nager en combinaison.

## PROCEDURES D'ENGAGEMENTS

Les engagements s'effectuent via l'interface ExtraNat. Les clubs adresseront les droits d'engagements, fixés à 9€ par épreuve individuelle directement à la Ligue Grand Est de Natation.

## RECOMPENSES

Une médaille aux 3 premiers de chaque épreuve par année d'âge.

Si un nageur non-licencié dans le Grand Est est sur le podium, celui-ci sera complété par un nageur licencié dans le Grand Est.



**LIGUE  
GRAND EST DE NATATION**  
13 rue Jean Moulin  
CS 70001  
54510 TOMBLAINE

## CRITERES DE QUALIFICATION

GRILLES DE QUALIFICATION DAMES				
Épreuves	B12	B13	B12	B13
	GRILLE DE QUALIFICATION GRAND BASSIN		GRILLE DE QUALIFICATION PETIT BASSIN	
50 Nage Libre	00:36,03	00:35,08	00:35,33	00:34,38
100 Nage Libre	01:16,93	01:15,01	01:15,73	01:13,81
200 Nage Libre	02:49,61	02:45,26	02:46,71	02:42,36
400 Nage Libre	05:52,96	05:44,18	05:46,76	05:37,98
800 Nage Libre		11:40,92		11:28,02
1500 Nage Libre		22:37,87		22:13,37
50 Dos	00:42,15	00:40,93	00:40,85	00:39,63
100 Dos	01:28,89	01:26,39	01:26,59	01:24,09
200 Dos	03:11,77	03:06,59	03:06,37	03:01,19
50 Brasse	00:45,91	00:44,64	00:45,21	00:43,94
100 Brasse	01:41,43	01:38,55	01:39,53	01:36,65
200 Brasse	03:38,29	03:32,34	03:33,79	03:27,84
50 Papillon	00:38,89	00:37,84	00:38,29	00:37,24
100 Papillon	01:27,26	01:24,86	01:25,86	01:23,46
200 Papillon		03:04,86		03:01,56
100 4 Nages				
200 4 Nages	03:07,21	03:02,43	03:03,81	02:59,03
400 4 Nages		06:29,33		06:21,83

GRILLES DE QUALIFICATION MESSIEURS				
Épreuves	B12	B13	B12	B13
	GRILLE DE QUALIFICATION GRAND BASSIN		GRILLE DE QUALIFICATION PETIT BASSIN	
50 Nage Libre	00:34,41	00:33,40	00:33,71	00:32,70
100 Nage Libre	01:14,10	01:12,01	01:12,60	01:10,51
200 Nage Libre	02:38,16	02:33,98	02:34,56	02:30,38
400 Nage Libre	05:30,81	05:22,39	05:23,11	05:14,69
800 Nage Libre		11:10,67		10:54,77
1500 Nage Libre		21:27,28		20:57,18
50 Dos	00:39,25	00:38,06	00:37,75	00:36,56
100 Dos	01:23,30	01:20,82	01:20,30	01:17,82
200 Dos	03:01,30	02:56,09	02:54,40	02:49,19
50 Brasse	00:43,22	00:41,89	00:42,12	00:40,79
100 Brasse	01:33,12	01:30,46	01:30,62	01:27,96
200 Brasse	03:21,15	03:15,54	03:15,25	03:09,64
50 Papillon	00:36,56	00:35,51	00:35,86	00:34,81
100 Papillon	01:22,49	01:20,06	01:21,09	01:18,66
200 Papillon		02:55,76		02:52,46
100 4 Nages				
200 4 Nages	02:56,22	02:51,52	02:52,12	02:47,42
400 4 Nages		06:07,85		05:58,85



**LIGUE  
GRAND EST DE NATATION**  
13 rue Jean Moulin  
CS 70001  
54510 TOMBLAINE

## PROGRAMME ET HORAIRES

Horaires précisés à titre indicatif, ils pourront être modifiés à la clôture des engagements.

<b>Samedi 29 Juin 2024</b>	
<b>O.P. : 7h30 – 1<sup>er</sup> Départ : 9h</b>	<b>O.P. : 14h – 1<sup>er</sup> Départ : 15h30</b>
1-800 NL Dames Dames ( <i>Clst au temps</i> )	8-400 NL Dames ( <i>Clst au temps</i> )
2-50 Dos Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )	9-100 Dos Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )
3-200 Dos Dames ( <i>Clst au temps</i> )	10-200 Pap Dames ( <i>Clst au temps</i> )
4-200 4N Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )	11-200 NL Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )
5-100 Brasse Dames ( <i>Clst au temps</i> )	12-50 NL Dames ( <i>Clst au temps</i> )
6-100 Pap Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )	13-200 Brasse Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )
7-100 NL Dames ( <i>Clst au temps</i> )	14-400 4N Dames ( <i>Clst au temps</i> )
	15-50 Pap Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )
	16-50 Brasse Dames ( <i>Clst au temps</i> )
	17-1500 NL Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )

<b>Dimanche 30 Juin 2024</b>	
<b>O.P. : 7h30 – 1<sup>er</sup> Départ : 9h</b>	<b>O.P. : 14h – 1<sup>er</sup> Départ : 15h30</b>
18-800 NL Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )	25-400 NL Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )
19-50 Dos Dames ( <i>Clst au temps</i> )	26-100 Dos Dames ( <i>Clst au temps</i> )
20-200 Dos Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )	27-200 Pap Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )
21-200 4N Dames ( <i>Clst au temps</i> )	28-200 NL Dames ( <i>Clst au temps</i> )
22-100 Brasse Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )	29-50 NL Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )
23-100 Pap Dames ( <i>Clst au temps</i> )	30-200 Brasse Dames ( <i>Clst au temps</i> )
24-100 NL Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )	31-400 4N Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )
	32-50 Pap Dames ( <i>Clst au temps</i> )
	33-50 Brasse Messieurs ( <i>Clst au temps</i> )
	34-1500 NL Dames ( <i>Clst au temps</i> )