

Les Interclubs Benjamins

1e 19 Octobre à Sérémange

Règlement :

- Ces interclubs sont ouverts aux 12-13 ans (2002-2003).
- Toutes les informations se trouvent sur le Spécial Règlement en page 98

Engagements : via extranat. 20€/ équipe

- La période des engagements débutera à J-12. La clôture se fera à J-3 et la start-list se trouvera sur le Live FFN dédié à J-1.
- Les résultats seront sur le site internet du CD 57 (<http://moselle.ffnatation.fr>) à J+1.

Programme :

Ouverture des portes 13h00
Fin des modifications d'équipes 13h30 (30 minutes après l'ouverture des portes).
Fin de l'échauffement 14h10
Début des épreuves 14h15

1- 100 4N Dames
2- 4x50 Papillon Messieurs
3- 4x50 Papillon Dames
4- 4x50 4N Messieurs
5- 4x50 4N Dames

PAUSE 20 Minutes

6- 100 4N Messieurs
7- 4x50 Brasse Dames
8- 4x50 Brasse Messieurs
9- 4x50 NL Dames
10- 4x50 NL Messieurs