



**LES CANARDS ROCHELAIS**  
organisent  
leur

**1er MEETING MAÎTRES  
"Christian LONNE"**

**Le lundi 21 avril 2014**

**Bassin 50 m - Chronométrage Automatique**

*Piscine Municipale  
Lucien Maylin  
rue, Léonce Mailho  
17000 LA ROCHELLE*



Renseignements : 05.46.67.40.00 (Canards Rochelais)  
06.65.55.84.66

### Règlement :

Chaque nageur peut participer au maximum à 6 épreuves individuelles sur la journée  
Un officiel par club  
4€ par épreuve individuelle et 5 € par relais  
(chèque à l'ordre des Canards Rochelais)

### Engagements :

Sur [www.extranat.fr](http://www.extranat.fr) du 9 au 16 avril 2014  
département Charente- Maritime  
Meeting Maîtres Christian LONNE

**Matin :** 7 h30 Accueil des participants  
9h00 Début des épreuves

**Après-midi :** 13h30 Ouverture des portes  
14h30 Début des épreuves

### Programme du meeting

#### Matin

400 NL  
100 dos  
200 brasse  
50 pap  
200 4N  
100 NL  
50 brasse  
200 pap  
4x50 NL mixte

#### Après-midi

200 NL  
50 dos  
100 brasse  
200 pap  
50 NL  
200 dos  
100 pap  
4x50 4 N mixte

**Récompenses :** Médailles + lots

#### Modalités de récompenses:

- A -- Médailles plus lots aux trois premiers par catégorie au cumul des points des 3 meilleures épreuves des nageurs
- B -- Récompense au club qui a le plus d'écart entre le(a) plus jeune nageur(se) et le(a) plus vieux(vieille) nageur(se)
- C -- Récompense au club le plus éloigné
- D -- Récompense au 1<sup>er</sup> Relais par catégorie

**Fin de la Journée : Rendez-vous Convivial**