

PROGRAMME SPORTIF TAHITI 2025



RÈGLEMENT SPORTIF
NATATION COURSE - EAU LIBRE - SAUVETAGE SPORTIF
FÉDÉRATION TAHITIENNE DE NATATION

2025



Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif

Fédération Tahitienne de Natation 2025

PROGRAMME

Pour toutes les compétitions organisées, les règlements FFN et FTN s'appliquent.

LISTE DES COMPETITIONS

COMPETITIONS

N°	INTITULÉ	DATE	CATEGORIE	LIEU	ORGANISATION
n°1	Meeting-50m #1	Du 1er au 02/02/25	Toutes catégories	Tipaerui 50m	OLP
n°2	Goupe-Esposito	08/02/25	Toutes catégories	Tipaerui 50m	CNP
n°3	Team-Challenge SS #1	15/02/25	Toutes catégories	Tipaerui 50m	FSN
n°4	Joël-Rossi	Du 1er au 02/03/25	Toutes catégories	Tipaerui 50m	OLP
n°5	Open-water et Sauvetage Sportif #1	15/03/25	Toutes catégories	Lagon	CNP
n°6	Meeting-50m #2	Du 29 au 30/03/25	Toutes catégories	Tipaerui 50m	IMUA-PPT
n°7	Coupe-Diane-Lacombe	26/04/25	Toutes catégories	Tipaerui 50m	CNP
n°8	Open-water et Sauvetage Sportif #2	04/05/25	Toutes catégories	Lagon	FSN
n°9	Championnats de Polynésie-50m	Du 16 au 18/05/25	Toutes catégories	Tipaerui 50m	FTN-CPP
n°10	Animation-Relais-Avenir	24/05/25	Avenir	Pater-25m	TNC-PN
n°11	Interclubs-benjamin	25/05/25	Benjamin	Pater-25m	IMUA-PPT
n°12	Championnat de Polynésie-Côtier	07/06/25	Toutes catégories	Lagon	FSN
n°13	Tahiti-Cup	14/06/25	Avenir	Pater-25m	TNC-PN
n°14	Meeting-Aito #1	14/06/25	Benjamin-et +	Pater-25m	OLP
n°15	Webconfrontation-Benjamin	Du 21 au 22/06/25	Benjamin-et +	Tipaerui 50m	IMUA-PPT
n°16	Meeting-Sprint	30/08/25	Toutes catégories	Pater-25m	OLP
n°17	Open-water #3	14/09/25	Toutes catégories	Lagon	FTN
n°18	Animation Avenir #2	27/09/25	Avenir	Pater 25m	CNP
n°19	Meeting Aito #2	27/09/25	Benjamin et +	Pater 25m	CNP
n°20	Team Challenge SS #2	18/10/25	Toutes catégories	Taina 25m	FSN
n°21	Championnats de polynésie 25m	Du 24 au 26/10/25	Toutes catégories	Pater 25m	FTN-CPP
n°22	TAHITI SWIMMING DREAM IV	Du 08 au 22/11/25	Toutes catégories	Lagon	FTN/CN Tapioi...
n°23	Interclubs TC	Du 15 au 16/11/25	Toutes catégories	Pater 25m	IMUA PPT
n°24	6h de Papeete	28/11/25	Toutes catégories	Tipaerui 50m	OLP
n°25	Meeting 25m #3	29/11/25	Toutes catégories	PATER 25 m	CNP
n°26	Interclubs Avenir	06/12/25	Avenir	Pater 25m	CNP
n°27	Meeting Sauvetage Eau Plate	07/12/25	Toutes catégories	Tipaerui 50m	FSN



Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif

Fédération Tahitienne de Natation 2025

CATEGORIES D'ÂGE

CATÉGORIES D'ÂGE 2025	Catégories d'âge définies par la Fédération Française de Natation jusqu'au 31 décembre 2025				
		Dames		Messieurs	
	Avenirs	11 ans et moins	2014 et après	11 ans et moins	2014 et après
	Benjamines	12-13 ans	2013 à 2012	12-13 ans	2013 à 2012
	Juniors	14-18 ans	2011 à 2007	14-18 ans	2011 à 2007
	Seniors	19 ans et plus	2006 et avant	19 ans et plus	2006 et avant
	Catégories d'âge définies par la Fédération Tahitienne de Natation jusqu'au 31 décembre 2025				
		Dames		Messieurs	
	Avenirs 1	9 ans et moins	2016 et après	9 ans et moins	2016 et après
	Avenirs 2	10-11 ans	2015 à 2014	10-11 ans	2015 à 2014
	Benjamines 1	12 ans	2013	12 ans	2013
	Benjamines 2	13 ans	2012	13 ans	2012
	Juniors 1	14 ans	2011	14 ans	2011
	Juniors 2	15 ans	2010	15 ans	2010
	Juniors 3	16 ans	2009	16 ans	2009
	Juniors 4	17 ans	2008	17 ans	2008
	Juniors 5	18 ans	2007	18 ans	2007
	Seniors et +	19 ans et plus	2006 et avant	19 ans et plus	2006 avant

REGLEMENT

ENGAGEMENTS ET FORFAITS	Engagements et forfaits			
		Par épreuve en individuelle	Par épreuve en relais	Eau Libre
	Droits d'engagement	240 XPF	240 XPF/nageur	1 000 XPF
	Droit d'engagement hors délais (1)	1 000 XPF	2 000 XPF/relais	2 000 XPF
	Droit d'engagement le jour de la compétition (2)	2 000 XPF	4 000 XPF/relais	4 000 XPF
	Forfait déclaré (3)	500 XPF	1 000 XPF/relais	1 000 XPF
	Forfait non déclaré	1 000 XPF	2 000 XPF/ relais	2 000 XPF
	(1) de la fermeture d'extranat jusqu'à la réunion technique de la compétition. Aucun autre engagement ne sera accepté passée la réunion technique (Sauf eau libre en milieu naturel)			
	(2) engagement validé sur décision du juge arbitre de la compétition			
	(3) doit être déclaré au secrétariat de la compétition 30 mn avant le début de la session, tarif par nageur et par épreuve individuelle. Le paiement est exigible à réception de la facture émise par la F.T.N.			

 Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif Fédération Tahitienne de Natation 2025		
Dimanche 14 Septembre 1 réunion	Open Water #3	PK 18= FTN - ?
Catégorie d'âges	Toutes catégories.	
Procédure d'engagements	Les engagements s'effectuent par mail à secretariat.ftn@gmail.com avant le 11/09/25 à midi. Pour les paiements, se référer au Règlement Financier de la FTN. Les nageurs doivent être licenciés.	
Contenu du programme	3 épreuves individuelles dames et messieurs.	
Règlement	Knockout Sprint 3 km (format unique en 3 manches : 1500 m → 1000 m → 500 m – ouvert Benjamins et +) 500 m (toutes catégories, avec ou sans matériel) 100 m (pour les plus jeunes, Avenirs et moins)	
Classement	Classement au temps pour les épreuves individuelles.	
Récompenses	Course Knockout Sprint de 3 km -Benjamins : la 1 ^{ère} dame et le 1 ^{er} monsieur. -Scratch : les 3 premier(e)s dames et messieurs. Course de 500 m -Avec matériels : la 1 ^{ère} dame et le 1 ^{er} monsieur. -Avenirs : les 3 premier(e)s dames et messieurs. -Scratch : les 3 premier(e)s dames et messieurs. Course de 100 m -Avenirs et moins : les 3 premier(e)s dames et messieurs.	
Programme 1re réunion	DIMANCHE 14 SEPTEMBRE	
	OP : 7h30 - DE : 8h30	
Knock-out 3 km	Départ à 8h30	
500 m	Départ à 10h15	
100 m	Départ à 10h15	



Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif

Fédération Tahitienne de Natation 2025

Samedi 27 Septembre 1 réunion	Animation Avenirs #2	Piscine Pater 25m FTN - TNC - PN
Catégorie d'âges	Avenirs. Licences compétitions et partenaires.	Répartition couloirs d'échauffement
		Ligne123456
		30'30'Sous l'autorité du juge arbitre
Procédure d'engagements	Les engagements s'effectuent par mail à secretariat.ftn@gmail.com avant le 25/09/25 à midi. Pour les paiements, se référer au Règlement Financier de la FTN. Les nageurs doivent être licenciés.	
Contenu du programme	La compétition est entièrement dédiée pour les nageurs Avenirs.	
Règlement	Relais mixité obligatoire mais libre : 4 x 25 m planche. Relais mixité obligatoire mais libre : 4 relayeurs, 5' pour parcourir la plus grande distance possible. Australienne en coulée. L'australienne se déroulera sur la largeur du bassin. Exemple "mixité obligatoire mais libre" : 1 Dame + 3 Messieurs, 2 Dames + 2 Messieurs, 3 Dames + 1 Monsieur.	
Classement	Un classement unique sera établi pour chaque épreuve, toutes catégories confondues. Les relais non mixtes seront classés hors concours.	
Récompenses	Les trois premières équipes mixtes de chaque relais seront récompensées. Les trois premiers, Dames et Messieurs de l'australienne seront récompensés.	
Programme 1re réunion	SAMEDI 27 SEPTEMBRE	
	OP : 13h00 - DE : 13h45	
4 X 25 Planche	Mixité obligatoire mais libre	Séries
5', 4 Relayeurs	Mixité obligatoire mais libre	Séries
Pause	Accès Bassin 10'	
Australienne	Mixité obligatoire mais libre	Séries



Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif

Fédération Tahitienne de Natation 2025

Samedi 27 septembre 1 réunion	Meeting Aito #2	Piscine Pater 25m FTN - CNP
Catégorie d'âges	Toutes catégories.	Répartition couloirs d'échauffement
		Ligne123456
		30'30'Sous l'autorité du juge arbitre
Procédure d'engagements	Les engagements s'effectuent via l'interface extraNat. Pour les paiements, se référer au Règlement Financier de la FTN. Les nageurs doivent être licenciés "compétiteur".	
Contenu du programme	4 épreuves individuelles Dames et Messieurs. 1 épreuve en relais. Chaque nageur ne peut participer qu'à 3 épreuves individuelles au maximum.	
Règlement	La compétition adopte un format original comprenant de 4 épreuves de 100 m et une épreuve de relais de 4x25 m. - Les épreuves de 100 m comprennent les 4 nages (papillon, dos, brasse et nage libre). - L'épreuve de relais de 4x25 m se fait en coulées. La composition du relais est libre.	
Classement	Le classement se fera au cumul des points, des 2 meilleures performances individuelles, basé sur la table de cotation de la FFN. Classement au temps pour le relais.	
Récompenses	Aux trois premières Dames et aux trois premiers Messieurs des 2 meilleures épreuves individuelles dans les catégories suivantes : Benjamins et -, ainsi que Juniors et +. Aux trois premiers de l'épreuve en relais toutes catégories confondues.	
Programme 1 réunion	SAMEDI 27 SEPTEMBRE	
	OP : 15h00 - DE : 16h00	
100 Papillon	Dames et Messieurs	Séries
100 Dos	Dames et Messieurs	Séries
100 Brasse	Dames et Messieurs	Séries
100 Nage Libre	Dames et Messieurs	Séries
Pause	Accès Bassin 10'	
4 x 25 Coulée	Composition libre	Séries

Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif

Fédération Tahitienne de Natation 2025

Du Vendredi 24 au Dimanche 26 Octobre 5 réunions		Championnats de Polynésie - 25m		Piscine Pater 25m FTN - CPP				
Catégorie d'âges	Toutes catégories. Compétition unique qualificative pour les Championnats de France Benjamins 2025. Seuls les résultats des séries seront pris en compte, conformément au règlement de la FFN.	Répartition couloirs d'échauffement						
		<i>Ligne</i>	1	2	3	4	5	6
		30' 30'	Sous l'autorité du juge arbitre					
Procédure d'engagements	Les engagements s'effectuent via l'interface extraNat. Pour les paiements, se référer au Règlement Financier de la FTN. Les nageurs doivent être licenciés "compétiteur".							
Contenu du programme	18 épreuves individuelles dames et messieurs et 3 épreuves de relais. Pas de limitation d'engagement.							
Règlement	Epreuves individuelles : 50 m, 100 m et 200 m dans les quatre nages. 100 m, 200 m et 400 m quatre nages. 400 m, 800 m et 1500 m nage libre. Épreuves en relais : 4x50 m quatre nages pour Dames et Messieurs. 4x200 m nage libre pour Dames et Messieurs. 4x50 m nage libre en mixte imposé (2 Dames et 2 Messieurs). Finales : - Finale A et Finale B pour les 50 m, 100 m et 200 m dans les quatre nages, ainsi que pour les 100 m et 200 m quatre nages (minimum 12 engagés). - Finale B réservée aux catégories Avenirs et Benjamins, disputée si au moins 4 nageurs sont qualifiés. - Finale A ouverte à toutes les catégories. Classement au temps pour le 400 m 4 nages, les 400, 800 et 1500 m nage libre et les relais.							
Classement	Classement toutes catégories confondues sur chaque épreuve.							
Récompenses	Aux 3 premiers de chaque épreuve individuelle pour les 50 et 100 m dans les quatre nages dans la catégorie Avenirs. Aux 3 premiers de chaque épreuve individuelle pour les 50, 100 et 200 m dans les quatre nages dans la catégorie Benjamins. Aux trois premiers de chaque épreuve individuelle et en relais toutes catégories confondues.							
Programme 1re réunion	VENDREDI 24 OCTOBRE							
	OP : 16h30 - DE : 17h30							
50 Nage libre	Dames et Messieurs			Séries				
1500 Nage Libre	Dames et Messieurs			Classement au temps				
Programme 2e réunion	SAMEDI 25 OCTOBRE							
	OP : 7h30 - DE : 8h30							
4 x 50 4 Nages	Dames et Messieurs			Classement au temps				
200 Brasse	Dames et Messieurs			Séries				
100 Dos	Dames et Messieurs			Séries				
400 4 Nages	Dames et Messieurs			Classement au temps				
Pause	Accès bassin 15'							
200 Nage Libre	Dames et Messieurs			Séries				
50 Brasse	Dames et Messieurs			Séries				
100 Papillon	Dames et Messieurs			Séries				
200 4 Nages	Dames et Messieurs			Séries				

Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif Fédération Tahitienne de Natation 2025		
Du Vendredi 24 au Dimanche 26 Octobre 5 réunions	Championnats de Polynésie - 25m	Piscine Pater FTN - CPP
Programme 3e réunion	SAMEDI 25 OCTOBRE	
	OP : 14h30 - DE : 15h30	
4 x 50 Nage libre	Mixité imposée (2 Dames - 2 Messieurs)	Classement au temps
200 Brasse	Dames et Messieurs	Finales B et A
50 Nage Libre	Dames et Messieurs	Finales B et A
100 Dos	Dames et Messieurs	Finales B et A
Pause	Accès bassin 15'	
200 Nage Libre	Dames et Messieurs	Finales B et A
50 Brasse	Dames et Messieurs	Finales B et A
100 Papillon	Dames et Messieurs	Finales B et A
200 4 Nages	Dames et Messieurs	Finales B et A
Programme 4e réunion	DIMANCHE 26 OCTOBRE	
	OP : 7h30 - DE : 8h30	
4 x 200 Nage libre	Dames	Classement au temps
100 4 Nages	Dames et Messieurs	Séries
200 Dos	Dames et Messieurs	Séries
50 Papillon	Dames et Messieurs	Séries
800 Nage libre	Dames et Messieurs	Classement au temps
Pause	Accès bassin 15'	
100 Brasse	Dames et Messieurs	Séries
50 Dos	Dames et Messieurs	Séries
200 Papillon	Dames et Messieurs	Séries
100 Nage Libre	Dames et Messieurs	Séries
Programme 5e réunion	DIMANCHE 26 OCTOBRE	
	OP : 14H30 - DE : 15h30	
4 x 200 Nage libre	Messieurs	Classement au temps
100 4 Nages	Dames et Messieurs	Finales B et A
200 Dos	Dames et Messieurs	Finales B et A
50 Papillon	Dames et Messieurs	Finales B et A
400 Nage Libre	Dames et Messieurs	Classement au temps
Pause	Accès bassin 15'	
100 Brasse	Dames et Messieurs	Finales B et A
50 Dos	Dames et Messieurs	Finales B et A
200 Papillon	Dames et Messieurs	Finales B et A
100 Nage Libre	Dames et Messieurs	Finales B et A



Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif

Fédération Tahitienne de Natation **2025**

Samedi 8 novembre 2025

Tahiti Swimming Dream IV

Catégorie d'âges	Toutes catégories.
08/11/25	<u>THE OCEAN SWIMMING RACE :</u> Traversée à la nage Tahiti Moorea

Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif

Fédération Tahitienne de Natation 2025

Samedi 15 et Dimanche 16 Novembre 2 réunions	Interclubs Toutes Catégories		Piscine Pater 25m FTN - IMUA PPT					
Catégorie d'âges	Toutes catégories.	Répartition couloirs d'échauffement						
		<i>Ligne</i>	1	2	3	4	5	6
		30'	Sous l'autorité du juge arbitre					
30'								
Procédure d'engagements	Les engagements s'effectuent via l'interface extraNat. Pour les paiements, se référer au Règlement Financier de la FTN. Les nageurs doivent être licenciés "compétiteur".							
Contenu du programme	10 épreuves individuelles dames et messieurs. 3 épreuves de relais dames et messieurs.							
Règlement	Épreuves individuelles : Classement en fonction des temps réalisés pour les 100 m nage libre (NL), 400 m nage libre, 100 m dos, 200 m dos, 100 m brasse, 200 m brasse, 100 m papillon, 200 m papillon, 100 m quatre nages, et 200 m quatre nages. Épreuves de relais : Classement selon les temps pour les relais 10x50 m nage libre, 4x200 m nage libre, et 4x100 m quatre nages. <i>NB : s'agissant d'une compétition par équipes, la règle des deux départs s'applique, conformément aux dispositions particulières de la FFN pour l'application des Règlements techniques de la FINA.</i> <i>Classement national : se reporter au règlement FFN 2025.</i>							
Classement	Classement des équipes Dames et des équipes Messieurs. Classement Club à l'addition des points de la 1ère équipe Dames et de la 1ère équipe Messieurs.							
Récompenses	Aux 3 premières équipes Dames. Aux 3 premières équipes Messieurs. Aux 4 premiers Clubs (meilleure équipe Messieurs + meilleure équipe Dames au classement final).							
Programme 1re réunion	SAMEDI 15 NOVEMBRE							
	OP : 13h30 - DE : 15h00							
10 X 50 Nage libre	Dames et Messieurs				Séries			
100 Nage libre <i>Course des remplaçants</i>	Dames et Messieurs				Séries			
100 Dos	Dames				Séries			
200 Dos	Messieurs				Séries			
100 Brasse	Dames				Séries			
200 Brasse	Messieurs				Séries			
100 Nage libre	Dames				Séries			
400 Nage libre	Messieurs				Séries			
100 Papillon	Dames				Séries			
200 Papillon	Messieurs				Séries			
100 4 Nages	Dames				Séries			
200 4 Nages	Messieurs				Séries			
Pause	Accès bassin 15'							
4 X 200 Nage libre	Dames				Séries			



Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif

Fédération Tahitienne de Natation 2025

Samedi 15 Dimanche 16 Novembre 2 réunions	Interclubs Toutes Catégories	Piscine Pater 25m FTN - IMUA PPT
Programme 2ème réunion	DIMANCHE 16 NOVEMBRE	
	OP : 7h30 - DE : 9h00	
4 X 200 Nage libre	Messieurs	Séries
200 Dos	Dames	Séries
100 Dos	Messieurs	Séries
200 Brasse	Dames	Séries
100 Brasse	Messieurs	Séries
400 Nage libre	Dames	Séries
100 Nage libre	Messieurs	Séries
200 Papillon	Dames	Séries
100 Papillon	Messieurs	Séries
200 4 Nages	Dames	Séries
100 4 Nages	Messieurs	Séries
Pause	Accès bassin 15'	
4 X 100 4 Nages	Dames et Messieurs	Séries



Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif

Fédération Tahitienne de Natation 2025

Samedi 29 Novembre 2 réunions	Meeting #3		Piscine Pater 25m FTN - CNP									
Catégorie d'âges	Toutes catégories.	Répartition couloirs d'échauffement										
		Ligne	1	2	3	4	5	6	7	8		
		30'	Allure	Sous l'autorité du juge arbitre						Départ virage		
		30'	Allure							Départ virage		
Procédure d'engagements	Les engagements s'effectuent via l'interface extraNat. Pour les paiements, se référer au Règlement Financier de la FTN. Les nageurs doivent être licenciés "compétiteur".											
Contenu du programme	18 épreuves individuelles dames et messieurs. Pas de limitation d'engagements par nageur.											
Règlement	Épreuves individuelles : 50 m, 100 m et 200 m dans chaque nage 100 m, 200 m et 400 m quatre nages 400 m, 800 m et 1500 m nage libre Restriction : Les nageurs de la catégorie Avenirs ne peuvent pas s'inscrire aux épreuves de 800 m et 1500 m nage libre, ainsi qu'au 400 m quatre nages.											
Classement	Classement au temps toutes catégories confondues sur chaque épreuve.											
Récompenses	À la meilleure performance à la table de cotation FFN chez les Dames et chez les Messieurs, pour les catégories suivantes : Avenirs, Benjamins, Juniors 1 et 2, Juniors 3, 4 et 5, et Seniors.											
Programme 1re réunion	SAMEDI 29 NOVEMBRE											
	OP : 13h00 - DE : 14h00											
50 Brasse	Dames et Messieurs						Séries					
200 Dos	Dames et Messieurs						Séries					
100 Nage libre	Dames et Messieurs						Séries					
Pause	Accès Bassin 10'											
100 4 Nages	Dames et Messieurs						Séries					
50 Dos	Dames et Messieurs						Séries					
1500 Nage libre	Dames et Messieurs						Séries					
Pause	Accès Bassin 10'											
100 Brasse	Dames et Messieurs						Séries					
400 4 Nages	Dames et Messieurs						Séries					
200 Nage libre	Dames et Messieurs						Séries					



Règlement Natation course - Eau libre - Sauvetage sportif

Fédération Tahitienne de Natation 2025

Samedi 29 Novembre 2 réunions	Meeting #3	Piscine Pater 25m FTN - CNP
Programme 2e réunion	SAMEDI 29 NOVEMBRE	
200 4 Nages	Dames et Messieurs	Séries
50 Nage libre	Dames et Messieurs	Séries
200 Papillon	Dames et Messieurs	Séries
Pause	Accès Bassin 10'	
100 Dos	Dames et Messieurs	Séries
400 Nage libre	Dames et Messieurs	Séries
50 Papillon	Dames et Messieurs	Séries
Pause	Accès Bassin 10'	
200 Brasse	Dames et Messieurs	Séries
100 Papillon	Dames et Messieurs	Séries
800 Nage libre	Dames et Messieurs	Séries

Samedi 6 Décembre 1 réunion	Interclubs Avenirs		Piscine Pater 25m FTN - CNP					
Catégorie d'âges	Avenirs.	Répartition couloirs d'échauffement						
		Ligne	1	2	3	4	5	6
		30'	Sous l'autorité du juge arbitre					
		30'						
Procédure d'engagements	Les engagements s'effectuent via l'interface extraNat. Pour les paiements, se référer au Règlement Financier de la FTN. Les nageurs doivent être licenciés "compétiteur".							
Règlement	Epreuves individuelles (5 en dames, 5 en messieurs) : 50 nage Libre, 50 dos, 50 brasse, 50 papillon => 1 nageur par épreuve. 100 4 nages => tous les nageurs de chaque équipe nagent cette épreuve. Epreuves de relais (2 en dames, 2 en messieurs) : 4 x 50 4 nages, 4 x 50 nage libre. Chaque nageur dispute les deux relais. <i>NB: S'agissant d'une compétition par équipes, la règle des deux départs s'applique, conformément aux dispositions particulières de la FFN pour l'application des Règlements techniques de la FINA.</i> <i>Classement national : se reporter au règlement FFN.</i>							
Classement	Classement des équipes Avenirs Dames et des équipes Avenirs Messieurs. Classement club à l'addition des points de la 1ère équipe Avenirs dames et de la 1ère équipe Avenirs Messieurs.							
Récompenses	Aux 3 premières équipes Avenirs Dames. Aux 3 premières équipes Avenirs Messieurs. Aux 3 premiers clubs.							
Programme 1re réunion	SAMEDI 6 DÉCEMBRE							
	OP : 13h30 - DE : 14h30							
100 4 Nages	Dames et Messieurs				Séries			
Pause de 10'								
50 Nage libre	Dames et Messieurs				Séries			
50 Brasse	Dames et Messieurs				Séries			
4 x 50 4 Nages	Dames et Messieurs				Séries			
Pause de 10'								
50 Papillon	Dames et Messieurs Avenirs				Séries			
50 Dos	Dames et Messieurs Avenirs				Séries			
4 x 50 Nage libre	Dames et Messieurs Avenirs				Séries			

