

**Programme du Trophée des Sprints et du Challenge International des Relais « Jean Defrance »,
organisés le 8/02/2009 à la Piscine Communale de Verviers.**

Ouverture des portes – Echauffement : 9 heures 30

Formation du Jury : 10 heures

Début de la compétition : 10 heures 30

1. Epreuve du Challenge	4 X 50 M DOS FILLES	1 X 3
2. Epreuve du Challenge	4 X 50 M DOS GARCONS	1 X 3
3. 100 M DOS CANETONS FILLES - classement séparé		3 X 3
4. Sprint	50 M DOS DAMES - classement séparé	4 X 3
5. 100 M DOS CANETONS GARCONS - classement séparé		3 X 3
6. Sprint	50 M DOS MESSIEURS - classement séparé	4 X 3

PAUSE DE 10 MINUTES

7. Epreuve du Challenge	4 X 50 M BRASSE FILLES	1 X 3
8. Epreuve du Challenge	4 X 50 M BRASSE GARCONS	1 X 3
9. 100 M BRASSE CANETONS FILLES - classement séparé		3 X 3
10. Sprint	50 M BRASSE DAMES - classement séparé	4 X 3
11. 100 M BRASSE CANETONS GARCONS - classement séparé		3 X 3
12. Sprint	50 M BRASSE MESSIEURS - classement séparé	4 X 3

Remise des prix des courses 1 à 6, 9 et 11

PAUSE DE MIDI

ECHAUFFEMENT 12 H 30 > REPRISE DE LA COMPETITION 13 H 30

13. Epreuve du Challenge	4 X 50 M PAILLON FILLES	1 X 3
14. Epreuve du Challenge	4 X 50 M PAILLON GARCONS	1 X 3
15. 50 M PAILLON CANETONS FILLES - classement séparé		3 X 3
16. Sprint	50 M PAILLON DAMES - classement séparé	4 X 3
17. 50 M PAILLON CANETONS GARCONS - classement séparé		3 X 3
18. Sprint	50 M PAILLON MESSIEURS - classement séparé	4 X 3

PAUSE DE 10 MINUTES

19. Epreuve du Challenge	4 X 50 M NL FILLES	1 X 3
20. Epreuve du Challenge	4 X 50 M NL GARCONS	1 X 3
21. 100 M NL CANETONS FILLES - classement séparé		3 X 3
22. Sprint	50 M NL DAMES - classement séparé	4 X 3
23. 100 M NL CANETONS GARCONS - classement séparé		3 X 3
24. Sprint	50 M NL MESSIEURS - classement séparé	4 X 3

PAUSE DE 20 MINUTES

Remise des prix des courses 7 – 8 - 10 -12 et 13 à 24

25 à 28 Sprint FINALES DES 100 M 4 NAGES DAMES - classement séparé	Prix de 15- 10- 5 euros pour les 3 premiers
29 à 32 Sprint FINALES DES 100 M 4 NAGES MESSIEURS - classement séparé	Prix de 15- 10- 5 euros pour les 3 premiers

Remise des prix des courses 25 à 32

et 10 MINUTES DE PAUSE

33. Epreuve du Challenge	FINALE 4 X 50 M 4 NAGES FILLES	Prix de 40- 30- 20 euros pour les 3 premiers
34. Epreuve du Challenge	FINALE 4 X 50 M 4 NAGES GARCONS	Prix de 40- 30- 20 euros pour les 3 premiers

Remise des prix des relais et de la coupe au club vainqueur (Challenge)

UNE PARTICIPATION DE 1 EURO PAR DEPART INDIVIDUEL
ET DE 4 EUROS PAR RELAIS INSCRIT EST DEMANDEE

<u>Catégories 2009</u> :	Benjamins : 98-97	Canetons : 99 – 2000 – 2001 (pas de droit de départ)
	Minimes : 96-95	
	Cadets : 94-93	
	Juniors et Seniors : 92 et avant	

Piscine de 7 couloirs – 25M – Chronométrage manuel.

Règlements des deux compétitions également disponibles sur notre site internet : www.rvnat.be

Inscriptions pour le 22 janvier 2009 au plus tard.

Pour les clubs belges, le fichier topswim vous sera envoyé dès confirmation de votre participation.

Renseignements : Madame Bovy Nuellens – tél : + 32 87 311655 ou par e mail : vn@ffbn.be

A bientôt.

Le Royal Verviers Natation