

GRILLE DE TEMPS · 50m

Évènement du Cercle Paul Bert

DAMES					ÉPREUVES	MESSIEURS				
Temps limites						Temps limites				
J14	J15	J16	J17	J18 et +		J18 et +	J17	J16	J15	J14
00:31,00	00:30,70	00:30,40	00:30,10	00:30,10	50 NL	00:26,40	00:27,00	00:28,00	00:29,00	00:30,09
01:09,30	01:07,40	01:06,80	01:05,50	01:05,50	100 NL	00:56,50	00:59,00	01:01,00	01:03,00	01:08,50
02:31,00	02:28,00	02:27,00	02:25,00	02:25,00	200 NL	02:08,00	02:12,00	02:16,00	02:18,00	02:27,00
05:30,00	05:15,00	05:10,00	05:05,00	05:05,00	400 NL	04:31,00	04:50,00	05:00,00	05:07,00	05:20,00
11:00,00	10:50,00	10:40,00	10:30,00	10:30,00	800 NL	09:15,00	09:45,00	10:00,00	10:10,00	10:40,00
20:15,00	20:00,00	19:45,00	19:30,00	19:30,00	1500 NL	17:45,00	18:15,00	18:40,00	19:00,00	20:05,00
00:38,10	00:37,00	00:36,30	00:35,80	00:35,80	50 Dos	00:32,50	00:33,20	00:34,00	00:35,00	00:37,50
01:26,20	01:19,80	01:18,60	01:17,70	01:17,70	100 Dos	01:10,30	01:12,40	01:14,00	01:16,00	01:25,00
2:58,00	02:50,00	02:48,00	02:45,00	02:45,00	200 Dos	02:31,00	02:36,00	02:40,00	02:45,00	02:57,00
00:43,20	00:42,00	00:41,30	00:41,00	00:41,00	50 Bra	00:35,00	00:36,40	00:38,00	00:40,00	00:43,00
01:34,50	01:31,00	01:30,00	01:29,00	01:29,00	100 Bra	01:19,30	01:23,00	01:25,00	01:28,00	01:34,00
03:23,10	03:15,00	03:10,00	03:07,00	03:07,00	200 Bra	02:50,00	02:55,00	03:00,00	03:10,00	03:22,90
00:35,50	00:34,00	00:33,50	00:33,00	00:33,00	50 Pap	00:28,50	00:29,40	00:30,50	00:32,00	00:35,00
01:25,00	01:22,00	01:20,00	01:18,00	01:18,00	100 Pap	01:07,00	01:10,00	01:12,50	01:15,00	01:24,50
03:12,50	02:55,00	02:50,00	02:45,00	02:45,00	200 Pap	02:30,00	02:37,00	02:45,00	02:55,00	03:12,00
02:53,40	02:49,00	02:47,00	02:44,00	02:44,00	200 4n	02:28,00	02:33,00	02:39,00	02:44,00	02:52,90
06:12,30	05:55,00	05:45,00	05:35,00	05:35,00	400 4n	05:25,00	05:35,00	05:40,00	05:55,00	06:11,50

CONTACTS PARTENAIRE

Cercle Paul Bert Natation

12 Boulevard Albert 1^{er}
35200, RENNES

02.99.31.71.17 / 06.58.81.71.89

quentin.courcelle@cerclepaulbert.asso.fr

Informations

Notre partenaire CAMPANILE vous propose des chambres au tarif préférentiel de 61€ dans leurs hôtels à proximité de la piscine.
Pour obtenir un devis, merci de prendre contact auprès de l'une des adresses suivantes :

rennes.stjacques@campanile.fr
Tél: 02 90 89 22 00



Crédit photo : Gérard PAYELLE · Conception : CPB · Ne pas jeter sur la voie publique

Ne pas jeter sur la voie publique



RÈGLEMENT.....

DROITS D'ENGAGEMENT

- ▶ Pas de frais de dossier
- ▶ Épreuves individuelles : 8 euros
- ▶ Date limite d'engagements : 18 mars 2024
- ▶ Les engagements sont à faire sur extranat.fr
- ▶ Règlements des engagements par chèque à l'ordre du Cercle Paul Bert
- ▶ Nombre limite d'engagements : 600 nageurs

FORFAITS

Déclarés après le début de la compétition : pénalité de 5 €.

RÈGLEMENT

- ▶ Les catégories concernées sont celles des juniors et seniors. Pour s'engager dans une épreuve, le nageur doit avoir réalisé un temps de la grille durant la saison sportive en cours ou la saison N-1. La compétition est ouverte aux benjamins 2 réalisant les temps de la grille de temps Juniors 14 ans.
- ▶ Courses complémentaires : jusqu'à 2 autorisées.
- ▶ La recherche de performance sera effectuée en bassin de 50m puis en bassin de 25m (grille de conversion). Si un temps de 25m est retenu, il sera converti en 50m selon la table fédéral.
- ▶ Les épreuves se dérouleront selon les règlements de la FINA.
- ▶ Les séries seront nagées toutes catégories confondues. Pour les épreuves de 400 NL, 400 4 Nages, 800 NL et 1500 NL, les séries lentes seront nagées le matin et une série rapide en finale l'après-midi.

JURY

Chaque club ou sélection est tenu de présenter au moins 1 officiel pour le bon déroulement de la compétition. La non présentation d'un officiel entraînera une amende forfaitaire de 50€ par journée de compétition.

Ne pas jeter sur la voie publique

PROGRAMME.....

VENDREDI 22 MARS 2024

D.E : 8h30 - ouverture du bassin : 7h

50 Dos	D. & M.	Séries
50 Nage libre	D. & M.	Séries
100 Brasse	D. & M.	Séries
200 Papillon	D. & M.	Séries
200 Nage libre	D. & M.	Séries
1500 Nage libre	D. & M.	Séries lentes

D.E : 16h30 - ouverture du bassin : 15h

1500 Nage libre	D. & M.	Série rapide
50 Dos	D. & M.	1/2 Finales J14/15, J16/17 et J18/Seniors
50 Nage libre	D. & M.	1/2 Finales J14/15, J16/17 et J18/Seniors
100 Brasse	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
200 Papillon	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
200 Nage libre	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
50 Dos	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
50 Nage libre	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
4x100 Nage libre	D. & M.	Séries rapides

SAMEDI 23 MARS 2024

D.E : 8h30 - ouverture du bassin : 7h

100 Papillon	D. & M.	Séries
200 4 Nages	D. & M.	Séries
50 Brasse	D. & M.	Séries
200 Dos	D. & M.	Séries
400 Nage libre	D. & M.	Séries lentes

D.E : 16h30 - ouverture du bassin : 15h

400 Nage libre	D. & M.	Séries rapides
50 Brasse	D. & M.	1/2 Finales J14/15, J16/17 et J18/Seniors
100 Papillon	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
200 Dos	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
200 4 Nages	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
50 Brasse	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
4x200 Nage libre	D. & M.	Séries rapides

DIMANCHE 24 MARS 2024

D.E : 8h30 - ouverture du bassin : 7h

50 Papillon	D. & M.	Séries
200 Brasse	D. & M.	Séries
100 Dos	D. & M.	Séries
400 4 Nages	D. & M.	Séries lentes
100 Nage libre	D. & M.	Séries
800 Nage libre	D. & M.	Séries lentes

D.E : 15h30 - ouverture du bassin : 14h

800 Nage libre	D. & M.	Séries rapides
50 Papillon	D. & M.	1/2 Finales J14/15, J16/17 et J18/Seniors
200 Brasse	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
100 Dos	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
400 4 Nages	D. & M.	Séries rapides
100 Nage libre	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
50 Papillon	D. & M.	Finales A J14/15, J16/17 et J18/Seniors
4x100 4 Nages	D. & M.	Séries rapides

Ne pas jeter sur la voie publique