

YAOUANK #2024_5

Date	Dimanche 19 mai 2024	Lieu	PLOEMEUR
Période engagements	Lundi J-13 au Mercredi J-4	Bassin	25 m / 5 couloirs
Engagements	EXTRANAT		

PROGRAMME

MATIN			
OP	7h50		
DE	9h00		
	200 4N D/M		
	200 NL D/M		
	100 NL D/M		
	100 BRASSE D/M		
	200 BRASSE D/M		
	100 DOS D/M		
	200 DOS D/M		
	400 4N D/M		
	100 PAP D/M		
	200 PAP D/M		

CATEGORIE	BENJAMINS / Licence Compétition Benjamins 1_B12 - Filles et Garçons 2012 Benjamins 2_B13 - Filles et Garçons 2011
	PHASE DE VALIDATION 1 (AVRIL/MAI/JUIN)
TROPHEE BENJAMENS FFN	Trophée du 4 Nageurs : <ul style="list-style-type: none"> •Benjamins 1_B12 : 100 papillon, 100 dos, 100 brasse et 100 nage libre. •Benjamins 2_B13 : 200 papillon, 200 dos, 200 brasse et 200 nage libre. Trophée du Nageur Complet : <ul style="list-style-type: none"> •Benjamins 1_B12 : 50 de Spé* (le meilleur pris en compte), 200 4 nages, 800 NL •Benjamins 2_B13 : 50 de Spé* (le meilleur pris en compte), 400 4 nages, 800 NL ou 1500 NL.