



SAINT MALO NATATION

Adresse de gestion : Aquamalo Av. Atalante - 35430 Saint Jouan des Guérets

Site internet : <https://saintmalonatation.fr>

Adresse email : stmalo.natation@gmail.com

Meeting de Saint-Malo Natation

Date :

10 et 11 février 2024

Lieu :

AQUAMALO Av. Atalante - 35430 Saint Jouan des Guérets

Contexte :

Début d'un nouveau cycle, période de travail dans les clubs pour les catégories concernées

Catégories :

Benjamins, juniors et seniors

Objectif sportif :

Première prise de temps en grand bassin de l'année et du nouveau cycle. Le format de la compétition doit permettre aux nageurs de niveau régional et plus de construire leurs premières références chronométriques en grand bassin de la saison.

Règlement :

Chaque nageur aura la possibilité de nager deux fois ses courses. Le programme de l'après-midi sera le même que le matin.

Le classement établi le matin à l'issue des séries déterminera l'ordre des séries de l'après-midi.

Les nageurs pourront être engagés sur extranat pour les courses du matin. Les engagements de l'après-midi seront à nous transmettre via un fichier qui vous sera envoyé à la suite de la clôture des engagements.

Attention **seulement** deux nages pourront être renagées l'après-midi pour limiter le temps de la réunion.

Challenge Chrono : lors de la réunion de l'après-midi chaque nageur devra annoncer le temps qu'il pense faire.

S'il réussit à faire le temps annoncé, il sera récompensé.

50 m « tout pile »

100 m dans la seconde annoncée

200/400 m à 2 secondes près

800/1500 m à 5 secondes près



SAINT MALO NATATION

Adresse de gestion : Aquamalo Av. Atalante - 35430 Saint Jouan des Guérets

Site internet : <https://saintmalonatation.fr>

Adresse email : stmalo.natation@gmail.com

Prix des engagements :

Épreuve individuelle : 6 euros.

Forfait non-déclaré facturé au prix de l'engagement.

Paiement par chèque ou virement à réception de la facture et avant la fin de la compétition.

Merci de faire le nécessaire pour respecter ce délai.

Le RIB est à demander à stmalo.natation@gmail.com.

Nombre d'officiels :

1 pour 3 nageurs, 2 si plus de 6 nageurs

Programme

Samedi matin (nombre d'engagements illimité) :

Ouverture des portes : 7h15

Début des courses : 8h30

- 50 Pap
- 50 Dos
- 400 NL
- 200 Brasse
- 100 NL
- 200 4N
- 100 Pap
- 200 Dos
- 800 NL Dames (1 série les 8 meilleurs temps)
- 1500 NL Messieurs (1 série les 8 meilleurs temps)

Samedi après-midi (possibilité de re-nager deux nages du matin) :

Ouverture des portes : 14h30

Début des courses : 15h45

- 50 Pap
- 50 Dos
- 200 Brasse
- 100 NL
- 200 4N
- 100 Pap
- 200 Dos
- 400 NL



SAINT MALO NATATION

Adresse de gestion : Aquamalo Av. Atalante - 35430 Saint Jouan des Guérets

Site internet : <https://saintmalonatation.fr>

Adresse email : stmalo.natation@gmail.com

Dimanche Matin (nombre d'engagements illimité) :

Ouverture des portes : 7h15

Début des courses : 08h30

- 50 Brasse
- 50 NL
- 200 Pap
- 100 Dos
- 400 4N
- 100 Brasse
- 200 NL
- 800 NL Messieurs (1 série les 8 meilleurs temps)
- 1500 NL Dames (1 série les 8 meilleurs temps)

Dimanche Après-Midi (Possibilité de re-nager deux nages du matin) :

Ouverture des portes : 14h30

Début des courses : 15h45

- 50 Brasse
- 50 NL
- 200 Pap
- 100 Dos
- 400 4N
- 100 Brasse
- 200 NL

Récompenses :

Les trois premiers par catégorie et par course seront récompensés.

Une récompense sera attribuée également aux nageurs qui réussiront leur objectif de temps :

*50 m « tout pile »
100 m dans la seconde annoncée
200/400 m à 2 secondes près
800/1500 m à 5 secondes près*

Catégories récompensées :

Benjamins

J1

J2/3

J4 et plus



SAINT MALO NATATION

Adresse de gestion : Aquamalo Av. Atalante - 35430 Saint Jouan des Guérets

Site internet : <https://saintmalonatation.fr>

Adresse email : stmalo.natation@gmail.com

Chronométrage électronique

Plaques électroniques + poires

Grille Régionale

Dames					Courses	Messieurs				
Benjamin	J1	J2	J3	J4 et plus		J4 et plus	J3	J2	J1	Benjamin
35.06	31.88	31.40	30.76	30.10	50 NI	27.72	28.04	29.00	31.86	34.89
1:16.66	1:09.26	1:07.61	1:06.80	1:05.50	100 NI	1:00.67	1:01.00	1:03.12	1:09.88	1:15.50
2:48.61	2:31.00	2:28.00	2:27.00	2:25.00	200 NI	2:12.00	2:16.00	2:18.14	2:35.00	2:47.25
5:47.00	5:20.00	5:15.00	5:10.00	5:05.00	400 NI	4:50.00	5:00.00	5:07.00	5:20.00	5:40.00
X	11:00.0	10:50.0	10:40.0	10:30.0	800 NI	9:45.00	10:00.00	10:10.00	11:00.00	X
X	20:15.00	20:00.00	19:45.00	19:30.00	1500 NI	18:15.00	18:40.00	19:45.00	20:30.00	X
43.69	37.50	37.00	36.30	35.80	50 Dos	33.20	34.00	35.00	37.50	42.70
1:31.91	1:21.00	1:19.80	1:18.60	1:17.70	100 Dos	1:12.40	1:14.00	1:16.00	1:25.00	1:33.89
3:21.76	2:53.00	2:50.00	2:48.00	2:45.00	200 Dos	2:36.00	2:40.00	2:45.00	2:57.00	3:35.63
46.91	42.50	42.00	41.30	41.00	50 Br	36.40	38.00	40.00	40.83	42.78
1:41.89	1:33.00	1:31.00	1:30.00	1:29.00	100 Br	1:23.00	1:25.00	1:28.00	1:37.00	1:40.00
3:31.00	3:20.00	3:15.00	3:10.00	3:07.00	200 Br	2:55.00	3:00.00	3:10.00	3:18.95	3:33.86
42.25	34.50	34.00	33.50	33.00	50 Pap	29.40	30.50	32.00	35.00	41.50
1:35.00	1:25.00	1:22.00	1:20.00	1:18.00	100 Pap	1:10.00	1:12.50	1:15.00	1:24.50	1:34.80
3:32.00	3:00.00	2:55.00	2:50.00	2:45.00	200 Pap	2:37.00	2:45.00	2:55.00	3:15.00	3:30.00
3:11.71	2:52.89	2:49.00	2:47.00	2:44.00	200 4n	2:33.00	2:39.00	2:44.00	2:59.50	3:07.00
X	6:05.00	5:55.00	5:47.51	5:40.03	400 4n	5:35.00	5:40.00	5:55.00	6:15.00	X

Grille établie sur la base de la grille régionale, du meeting régional Aquabaie d'Armor 2023 et des ranking régionaux pour les catégories benjamines (dames et messieurs) et les J1 messieurs.

Base pour J1 messieurs et Benjamin(e)s :

Temps du 16^{ème} (région) en bassin 25 m majoré pour avoir le temps en 50 m. En fonction des courses des ajustements ont été effectués pour éviter des écarts de temps trop importants entre les années d'âge et les Dames et Messieurs.