

## REGLEMENT MAITRES

Dimanche 24 Janvier	<b>CHAMPIONNAT DE LA MANCHE DEMI FOND OPEN</b>	Cherbourg
<b>Conditions d'accès</b>		
▪ Catégories d'âge : Maîtres (25 ans et plus)	▪ Pas de grille de temps d'engagements	
<b>Engagements</b>		<b>Résultats</b>
▪ Période d'engagements extranat : du 11 au 20 Janvier ▪ Edition des programmes : 21 Janvier		▪ Envoi par mail aux clubs le 25 Janvier

### Contenu du programme

- **Epreuves individuelles**  
800 nage libre, 400 4 Nages et 1500 nage libre

### Modalité d'engagement

Les engagements des clubs doivent être faits sur <https://www.extranat.fr> pour le 20 Janvier, accompagnés des droits d'engagement (3.80 € pour les épreuves individuelles).

### Programme et horaires

Dimanche 24 Janvier à Cherbourg

Ouverture des portes : 14h00

Début des épreuves : 14h45

800 nage libre

400 4 nages

1500 nage libre