

## REGLEMENT MAITRES

Samedi 11 Juin	<b>CHAMPIONNAT DE LA MANCHE OPEN MAITRES</b>	Saint-Lô
<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 30 Mai au 8 Juin	▪ Envoi par mail aux clubs le 12 Juin	
▪ Edition des programmes : 9 Juin		

### Contenu du programme

#### ▪ **Epreuves individuelles**

50 papillon, 50 dos, 100 brasse, 100 nage libre, 100 4 nages, 200 nage libre, 100 papillon,  
100 dos, 50 brasse, 50 nage libre

#### ▪ **Epreuves de relais**

4 x 50 nage libre

### Modalité d'engagement

Les engagements des clubs doivent être faits sur <https://www.extranat.fr> pour le 8 Juin, accompagnés des droits d'engagement (3.80 € pour les épreuves individuelles et 6 € pour les relais).

### Programme et horaires

Samedi 11 Juin à Saint-Lô

Ouverture des portes : 18h00

Début des épreuves : 18h45

50 papillon  
100 dos  
50 brasse  
100 nage libre  
100 4 nages  
200 nage libre  
100 papillon  
50 dos  
100 brasse  
50 nage libre  
4 x 50 nage libre