

# Coupe Estuaire & Sillon



**Samedi 30 Septembre 2023**

**Compétition Benjamins à Séniors**

Contact : Olivier Barnabé  
[ls.natation@laposte.net](mailto:ls.natation@laposte.net)  
<https://lsnatation.kalisport.com>

Piscine intercommunale - Lac de la Vallée Mabile 44260 SAVENAY  
**Bassin de compétition : 4 couloirs – 25m**  
**Bassin de récupération**

## REGLEMENT

Chaque nageur peut nager maximum 4 épreuves + 1 relais

Chaque club devra fournir au minimum :

- 1 officiel pour 5 nageurs ;
- 2 officiels pour 6 à 10 nageurs ;
- 3 officiels pour 11 nageurs et +

**Catégories :** Benjamins, Juniors et Séniors

**Séries :** Toutes catégories confondues

**Relais mixte :** Toutes catégories confondues (2D + 2M)

**Récompenses :**

- Récompenses aux 3 meilleurs nageurs de chaque catégorie aux cumuls des 4 nages à la table de cotation
- Le classement de la Coupe Estuaire & Sillon s'effectue au cumul des points du meilleur nageur de chaque club par nage et par catégorie.

Tout participant (ou représentant légal d'un participant mineur) accorde, par sa présence, l'autorisation aux organisateurs du meeting de la Coupe Estuaire & Sillon d'exploiter son image, prise lors de l'évènement, à des fins promotionnelles ou pédagogiques.

## PROGRAMME

### MATIN

Ouverture des portes 8h00  
Début des épreuves 9h15

- 50 NL D/M
- 100 dos D/M
- 50 papillon D/M
- 100 brasse D/M
- Relais 4x 50 4 nages (mixte)

### APRES-MIDI

Ouverture des portes 13h30  
Début des épreuves 14h45

- 100 NL D/M
- 50 Dos D/M
- 100 papillon D/M
- 50 Brasse D/M
- Relais 4x 100 NL (mixte)

Date limite d'engagement sur Extranat : **25/09/2023**

Droits d'engagement et forfaits :

- Epreuve individuelle : **2,5€**
- Epreuve en relais : **5€**
- Les forfaits ne sont pas remboursés

Le club se réserve le droit de limiter les engagements et/ou d'adapter ses conditions d'accueil afin d'assurer la fluidité du programme ou de répondre aux exigences de la situation sanitaire.