

# CIRCUIT DEPARTEMENTAL

## Dates :

**Plot 1** le 27 Janvier 2019 à **Noyon**

**Plot 2** le 24 Mars 2019 à **Couloisy**

**Plot 3** le 12 Mai 2019 à **Compiègne**

Compétition réservée aux **Juniors / Seniors**

| Plot 1   |   |
|--|---|
| OP : 8h30 DE : 9h30  | OP : 13h30 DE : 14h30   |
| <i>50 Papillon<br/>100 Dos<br/>100 Brasse<br/>400 Nage Libre</i> | <i>400 4 Nages<br/>50 Nage libre<br/>100 Papillon<br/>200 Dos</i> |

| Plot 2  |  |
|---|--|
| OP : 8h30 DE : 9h30   | OP : 13h30 DE : 14h30  |
| <i>1500 Nage libre<br/>50 Brasse<br/>100 Nage libre<br/>200 4 Nages</i> | <i>200 Papillon<br/>50 Dos<br/>100 Brasse<br/>200 Nage libre</i> |

| Plot 3   |   |
|--|---|
| OP : 8h30 DE : 9h30  | OP : 13h30 DE : 14h30   |
| <i>200 Nage libre<br/>50 Papillon<br/>100 Dos<br/>200 Brasse</i> | <i>100 4 Nages<br/>50 Nage libre<br/>100 Papillon<br/>200 Dos</i> |

## Engagements :

Les engagements sont à faire sur le serveur : [www.extranat.fr](http://www.extranat.fr)

Pas de limite d'engagements

## Récompenses :

Une médaille aux trois premiers par épreuve.

## Jury :

Présenter au moins un officiel par club