









|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>3<sup>ème</sup> Etape du MICATHLON</b>                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | <b>ExtraNat</b>                                                                                                      |
|  | <b>Compétition d'animation, performances qualificatives pour :</b><br>- la Finale du Micathlon Limousin/Poitou Charentes<br>- et les Championnats régionaux été en bassin de 50 m                                                                                                                     |                                                                                     | <br>6X25m<br>Chronométrage manuel |
|  | <b>Dimanche 16 février 2014</b><br>1 <sup>ère</sup> réunion<br>MATIN OP 8h00 – DE 9h30<br>2 <sup>ème</sup> réunion<br>APRES-MIDI OP 14h – DE 15h                                                                                                                                                      |    | <b>SAINT JUNIEN (87)</b><br><b>Centre aqua-récréatif</b><br><b>« L'Aïga-Bluïa »</b>                                  |
|  | <b>Minimes et Cadets de la région (pas de grille d'accès)</b>                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                     |                                                                                                                      |
|  | <b>Droits d'engagement : 6 € par nageur et par étape</b><br>Règlement à réception de la facture par chèque à l'ordre de FFN Comité du Limousin ou par virement (le RIB sera transmis sur la demande du club)                                                                                          |                                                                                     |                                                                                                                      |
|  | <p>➔ <b>Date limite des engagements sur extranat.fr : mardi 11 février 2014 - 20 h</b></p> <p>➔ <b>Déclaration des forfaits jusqu'au jeudi 13 février 2014 - 20 h dernier délai, sinon le forfait est considéré comme un engagement à l'exception de la présentation d'un certificat médical.</b></p> |                                                                                     |                                                                                                                      |

### Règlement des 3 étapes Limousines du MICATHLON

Date protégée, seule une organisation du département du lieu de la compétition, complémentaire à la compétition régionale et ne concernant donc pas les mêmes catégories d'âges peut se dérouler sur cette même journée.

Tous les minimes et cadets de la région (pas de grille d'accès) s'engagent sur ces différentes étapes dans la ou les épreuves de leur choix. Chaque nageur peut prendre part au maximum à 4 épreuves par étape.

### Principes et règlements communs aux deux régions

- Organisation des 3 étapes, chacune sur 3 sites différents : 2 sites en Poitou-Charentes et 1 site en Limousin.
- Chaque site est ouvert à l'ensemble des clubs des 2 régions.
- **Les dates d'organisation sont communes aux 3 sites sur 1 journée en 2 réunions, soit :**
  - o 1<sup>ère</sup> étape : le 19 octobre 2013
  - o 2<sup>ème</sup> étape : le 19 janvier 2014
  - o 3<sup>ème</sup> étape : le 16 février 2014
- **Le nombre limite maximum de nageurs sur chaque site est fixé à :**
  - o 200 nageurs sur un bassin à 6 couloirs
  - o 180 nageurs sur un bassin à 5 couloirs
  - o 160 nageurs sur un bassin à 4 couloirs

### Conditions pour se qualifier à la Finale

- Avoir nagé au moins 8 épreuves différentes du programme du "Micathlon" dont le 400 m 4 nages obligatoire.
- Avoir marqué au moins 1 point à la table de cotation dans chacune des 8 épreuves.
- Avoir totalisé un nombre minimum de points sur l'ensemble des 8 épreuves, au cours des 3 étapes du "Micathlon" :
  - o 6000 points pour les minimes filles
  - o 4000 points pour les minimes garçons
  - o 6100 points pour les cadettes filles
  - o 4100 points pour les cadets garçons
- Il n'est pas obligatoire de participer aux 3 étapes pour se qualifier à la finale.

## Droits d'engagements

6 € par nageur et par étape

Règlement des engagements à l'ordre de FFN Comité du Limousin.

## Engagements

Les engagements se font sur la même compétition via extraNat.fr pour les 2 compétitions de cette étape.

## Classement

Un classement spécifique sortira pour cette 3<sup>ème</sup> étape du Micathlon faisant apparaître les Minimes et les Cadets.

Classement Minimes et un classement Cadets uniquement aux points à l'issue des 3 étapes.

## Récompenses









Elles sont décernées lors de la Finale, pas de récompense sur les étapes.

## Programme de la 3<sup>ème</sup> étape du MICATHLON

| <b>Dimanche 16 février 2014</b><br><b>1<sup>ère</sup> réunion</b><br><b>MATIN OP 8h00 – DE 9h30</b> | <b>Dimanche 16 février 2014</b><br><b>2<sup>ème</sup> réunion</b><br><b>APRES-MIDI OP 14h – DE 15h</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. 100 Brasse Dames                                                                                 | 7. 200 Pap Dames                                                                                       |
| 2. 100 Brasse Messieurs                                                                             | 8. 200 Pap Messieurs                                                                                   |
| 3. 400 4N Dames                                                                                     | 9. 50 Dos Dames                                                                                        |
| 4. 400 4N Messieurs                                                                                 | 10. 50 Dos Messieurs                                                                                   |
| 5. 100 NL Dames                                                                                     | 11. 400 NL Dames                                                                                       |
| 6. 100 NL Messieurs                                                                                 | 12. 400 NL Messieurs                                                                                   |

**Officiels-Jury**

: cf. page 16 paragraphes 6 et 7

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                   |                                                                                     |                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>3<sup>ème</sup> MEETING REGIONAL OPEN</b>                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                   |  | <b>ExtraNat</b>                  |
|  | <b>Compétition d'animation, performances qualificatives pour :</b><br>- les Championnats régionaux été en bassin de 50 m                                                                                                                                                                              |                                                                                   |  | 6X25m<br>Chronométrage<br>manuel |
|  | <b>Dimanche 16 février 2014</b><br>1 <sup>ère</sup> réunion<br>MATIN OP 8h00 – DE 9h30<br>2 <sup>ème</sup> réunion<br>APRES-MIDI OP 14h – DE 15h                                                                                                                                                      |  | <b>SAINT JUNIEN (87)</b><br>Centre aqua-récréatif<br>« L'Aïga-Bluïa »               |                                  |
|  | <b>Benjamins, juniors, seniors, maitres de la région (pas de grille d'accès)</b>                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                   |                                                                                     |                                  |
|  | <b>Droits d'engagement : 2 € par épreuve et par nageur</b><br>Règlement à réception de la facture par chèque à l'ordre de FFN Comité du Limousin<br>ou par virement (le RIB sera transmis sur la demande du club)                                                                                     |                                                                                   |                                                                                     |                                  |
|  | <p>➔ <b>Date limite des engagements sur extranat.fr : mardi 11 février 2014 - 20 h</b></p> <p>➔ <b>Déclaration des forfaits jusqu'au jeudi 13 février 2014 - 20 h dernier délai, sinon le forfait est considéré comme un engagement à l'exception de la présentation d'un certificat médical.</b></p> |                                                                                   |                                                                                     |                                  |

### Règlement des 3 Meetings régionaux

Date protégée, seule une organisation du département du lieu de la compétition, complémentaire à la compétition régionale et ne concernant donc pas les mêmes catégories d'âges peut se dérouler sur cette même journée.

Tous les benjamins, juniors, seniors et maîtres de la région (pas de grille d'accès) s'engagent sur ces différentes étapes dans la ou les épreuves de leur choix. Chaque nageur peut prendre part au maximum à 4 épreuves par étape.

### Conditions d'accès

L'accès à ces meetings régionaux sera libre, sans grille de qualification, en imaginant toutefois que les entraîneurs soient respectueux sur leurs engagements (pas d'engagement d'un nageur n'ayant pas un minimum de pratique régulière et apte à une pratique compétitive).

### Droits d'engagements

2 € par épreuve et par nageur. Règlement des engagements à l'ordre de FFN Comité du Limousin.

### Engagements

Les engagements se font sur la même compétition via EXTRANAT pour les 2 compétitions de cette étape.

### Classement

Un classement spécifique sortira Toutes Catégories, permettant de récompenser les 3 meilleurs de chaque épreuve.

### Récompenses

Une médaille aux 3 premiers de chaque épreuve Toutes Catégories.  
(24 OR, 24 ARGENT, 24 BRONZE) à la charge du comité régional.

### Programme du 3<sup>ème</sup> Meeting Régional

| <b>Dimanche 16 février 2014</b><br>1 <sup>ère</sup> réunion<br>MATIN OP 8h00 – DE 9h30 | <b>Dimanche 16 février 2014</b><br>2 <sup>ème</sup> réunion<br>APRES-MIDI OP 14h – DE 15h |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. 100 Brasse Dames                                                                    | 7. 200 Pap Dames                                                                          |
| 2. 100 Brasse Messieurs                                                                | 8. 200 Pap Messieurs                                                                      |
| 3. 400 4N Dames                                                                        | 9. 50 Dos Dames                                                                           |
| 4. 400 4N Messieurs                                                                    | 10. 50 Dos Messieurs                                                                      |
| 5. 100 NL Dames                                                                        | 11. 400 NL Dames                                                                          |
| 6. 100 NL Messieurs                                                                    | 12. 400 NL Messieurs                                                                      |

# **DEROULEMENT**

## **du programme des 2 compétitions**

### **Micathlon Meeting régional**

**Dimanche 16 février 2014**

**SAINT JUNIEN (87)**

**Centre Aqua Récréatif « L'Aïga-Bluïa »**

#### **Réunion N° 1 : Dimanche 16 février 2014**

*Ouverture des portes : 08h00*

*Début des épreuves : 09h30*

1. 100 Brasse D. Séries TC
2. 100 Brasse M. Séries TC
3. 400 4 Nages D. Séries TC
4. 400 4 Nages M. Séries TC
5. 100 Nage Libre D. Séries TC
6. 100 Nage Libre M. Séries TC

#### **Réunion N° 2 : Dimanche 16 février 2014**

*Ouverture des portes : 14h00*

*Début des épreuves : 15h00*

7. 200 Papillon D. Séries TC
8. 200 Papillon M. Séries TC
9. 50 Dos D. Séries TC
10. 50 Dos M. Séries TC
11. 400 Nage Libre D. Séries TC
12. 400 Nage Libre M. Séries TC

**Officiels-Jury**

: cf. page 16 paragraphes 6 et 7