

COUPE DE FRANCE DES REGIONS :

Elle se déroulera à SOUILLAC dans le département du Lot en région Midi Pyrénées. La sélection finale sera dévoilée à la fin des interclubs Minimes et moins. La sélection sera composée de deux équipes féminines Cadettes et Minimes et de deux équipes masculines Cadets et Minimes.

La sélection partira en car à Souillac les points de ramassage vous seront communiqué ultérieurement. Le départ se fera le mercredi 28 août au matin et un mini stage se déroulera à Souillac afin de créer un esprit d'équipe car les nageurs porteront les couleurs du Languedoc-Roussillon. Ils seront hébergés dans l'internat du lycée qui est à 500 mètres de la piscine.

Ils devront se munir d'un duvet, oreiller, et d'un drap pour protéger le matelas. Un chèque de 50€ à l'ordre du comité régional sera remis lors du ramassage avec l'autorisation parentale et la fiche médicale, si un enfant suit un traitement médical temporaire ou permanent un certificat médical devra t être fourni pour un contrôle anti-dopage éventuel, devront aussi avoir sur eux leur la licence et une carte d'identité. Un contrat Moral de bonne tenue sera signé entre parent, nageur et entraîneur et le président de la commission, si pour une raison quelconque un nageur ne le respectait pas il sera renvoyé et son équipe exclue de la compétition. Tous ces papiers seront remis à Marc CRUBELLIER responsable de la sélection

Les clubs devront faire savoir avant le 15 août les minimes et cadets qui ne participeront pas à cette compétition.

Les épreuves débuteront le Samedi Matin :

8 h 30 : ouverture, échauffement groupe 1 : 8 h 45/9 h 15, groupe 2 : 9 h 15/ 9h 45

10 h 00 : 50 m NL, 100 m Dos, 200 m Brasse et 100 m Papillon.

Samedi Après Midi :

13 h 30 : échauffement groupe 1 : 13 h30/14 h00, groupe 2 : 14 h 00/ 14 h 30

14 h 45 : défilé des équipes

15 h 30 : 200 m Dos, 100 m Brasse, 200m NL et relais 4 x 100 m 4 Nages.

Dimanche Matin : ouverture 8 h 15

8 h 30 : échauffement groupe 1 : 8 h 30/ 9 h00, groupe 2 : 9 h 00/ 9h30

9 h 45 : 100m NL, 200 m 4 Nages et relais 10 x 50 N L.

Le trajet retour se fera en car et les parents récupéreront les nageurs aux mêmes points que pour l'aller.