

Coupe de France des Régions

1 - Date et lieu de la rencontre : Les Samedi 29 et Dimanche 30 Août à Quillan (Languedoc-Roussillon)
Bassin de 25 mètres (5 couloirs)

2 - Règlement sportif : Catégories d'âge : Filles et Garçons Minimes (1994/1995)
Cadets (1992/1993)

Chaque équipe de Comité sera représentée par deux nageurs dans l'épreuve individuelle de 50 mètres nage libre, un nageur dans chaque épreuve individuelle de 100 ou 200 mètres, et par une équipe dans chaque relais. Un nageur ne pourra participer qu'à deux épreuves individuelles et aux relais. Un nageur qui abandonnera ou qui sera disqualifié ne marquera pas de point ; il en sera de même pour les relais. Le relais 10 fois 50 nage libre sera composé obligatoirement de cinq nageurs cadets et cinq nageurs minimes. L'ordre des nageurs dans la composition de ce relais est laissé au libre choix des régions.

3 - Décompte des points :

<u>Epreuves individuelles</u>	<u>Relais</u>
1er	2N + 2
2ème	2N - 1
3ème	2N - 2
4ème	2N - 3
etc. (N = nombre de régions présentes)	

Il y aura un classement minimes filles, un classement minimes garçons, un classement cadettes, un classement cadets et un classement général. Le relais 10 fois 50 nage libre ne sera pris en compte que pour le classement général final.

4 - Engagements :

Ils seront effectués par l'encadrement de la sélection Midi-Pyrénées pendant le stage de préparation auprès du responsable du Comité d'organisation.

5 - Programme :

Les épreuves seront nagées dans l'ordre suivant : minimes filles, minimes garçons, cadettes, puis cadets. Pour le relais 10 fois 50 nage libre : filles, puis garçons.

<u>Samedi 29 août matin</u>	<u>Samedi 29 août après-midi</u>	<u>Dimanche 30 août matin</u>
Echauffement : 8 h 45/9 h 45 Début des épreuves : 10 h	Echauffement : 13 h 30/14 h 30 Défilé des équipes : 14 h 45 Début des épreuves : 15 h 30	Echauffement : 8 h 30/9 h 30 Début des épreuves : 9 h 45
50 mètres nage libre 100 mètres dos 200 mètres brasse 100 mètres papillon	200 mètres dos 100 mètres brasse 200 mètres nage libre Relais 4 x 100 mètres 4 nages	100 mètres nage libre 200 mètres 4 nages Relais 10 x 50 mètres nage libre

6 - Qualification des nageurs :

Un nageur venant d'un club d'hiver et transféré au cours de la saison vers un club d'été est non-sélectionnable (règlement national).

Les Présidents de clubs recevront les feuilles de proposition dans la semaine du 19 au 26 juillet 2009.

Ils devront retourner ces feuilles dûment remplies pour le **9 août** dernier délai. La composition de la présélection sera annoncée le 15 août à l'occasion des Critériums des Pyrénées.

La Commission de sélection nommera les entraîneurs retenus dans l'encadrement, et ces derniers seront invités à participer à la sélection de l'équipe régionale.

Remarque : Seuls seront retenus à cette date trois à cinq nageurs par catégorie, mais cette présélection **n'est pas limitative**. Plusieurs nageurs supplémentaires par catégorie seront sélectionnés (jusqu'à un maximum de sept ou huit par catégorie) durant les Championnats des Pyrénées, en fonction des temps réalisés pendant le week-end. Cette sélection supplémentaire sera annoncée le dimanche en début d'après-midi. L'encadrement sera limité à cinq personnes : quatre entraîneurs (au maximum) et un responsable de stage.

Important : *Tous les nageurs sélectionnés en Equipe Régionale devront obligatoirement participer aux Championnats des Pyrénées. Le nombre d'épreuves est laissé au libre choix des entraîneurs de club dans la limite des six épreuves individuelles prévues par le règlement.*