

## *Meeting régional de demi-fond*

**1 - Date et lieu :** Le 10 juillet à Lafrançaise (☎ : 05-63-65-89-65)

**2 - Engagements :** Directement par Extranat avant le jeudi minuit. Toutefois, des engagements supplémentaires ou modifications d'engagement pourront être envoyés après cette date et jusqu'au **vendredi minuit** par mail adressé **simultanément** à Monsieur Alain NADAUD ([alainnadaud@orange.fr](mailto:alainnadaud@orange.fr)) et Monsieur Bernard DALMON ([bernard.dalmon@defi12.com](mailto:bernard.dalmon@defi12.com)).

**3 - Epreuves :** 200 mètres **crawl** pour les Avenir, 400 mètres **crawl** pour les Poussins, 800 mètres **crawl** pour les Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors-Seniors

**4 - Récompenses :** Une médaille aux trois premiers de chaque **année d'âge** (sauf avenir : un seul classement, et juniors-seniors classés ensemble).

Un diplôme attestant la distance nagée sera décerné à tout participant terminant sa course.

**5 - Droits d'engagement et amendes :** 2 € par épreuve individuelle.  
Amende de 2 € par forfait non déclaré.  
Amende de 15 € pour non présentation d'officiel.

**6 - Règlement :**

L'après-midi, les séries de 800 mètres seront faites d'après les temps d'engagement toutes catégories confondues.

### *Programme*

Ouverture de la piscine : 9 h 00  
Composition du jury : 9 h 30  
Réunion technique : 9 h 45  
Début des épreuves : 10 h 00 précises

#### Matin :

**Epreuve n°1 :** 800 crawl filles benjamines  
**Epreuve n°2 :** 800 crawl garçons benjamins  
**Epreuve n°3 :** 400 crawl filles poussines  
**Epreuve n°4 :** 400 crawl garçons poussins

#### Après-Midi :

**Epreuve n°5 :** 200 crawl filles avenir  
**Epreuve n°6 :** 200 crawl garçons avenir  
**Epreuve n°7 :** 800 mètres crawl filles minimes, cadettes, juniors, seniors  
**Epreuve n°8 :** 800 mètres crawl garçons minimes, cadets, juniors, seniors

En fonction du nombre de participants, les épreuves individuelles du Meeting Arena de demi-fond pourront se dérouler avec deux nageurs par couloir.

**La Natation Estivale Pyrénéenne sur le WEB :**  
**<http://natestiv.free.fr/>**