

# INTERCLUBS

## Challenge des jeunes

*La Ciotat 10 mars 2019*

### Matin

*Ouverture des portes 8h15*

*Échauffement 8h30 à 9h20*

*Organisé avec deux sessions d'échauffement distinctes*

*8h30-9h00 catégories poussins benjamins minimes*

*9h00-9h20 catégories cadets Juniors séniors masters*

*Début des épreuves 9h30*

*50 sf*

*800 sf*

*400 bi*

*100 is*

*200 sf*

### Après midi

*Ouverture des portes 14h15*

*Échauffement 14h30 à 15h15*

*Organisé avec deux sessions d'échauffement distinctes*

*14h30-14h55 catégories poussins benjamins minimes*

*14h55-15h15 catégories cadets Juniors séniors masters*

*50 bi*

*400 sf*

*200 bi*

*100 sf*

### Engagements

*Chaque nageur pourra s'inscrire sur 6 courses individuelles au maximum*

### Récompenses

*Classement sur les 2 meilleures courses bipalmes*

*Classement sur 2 meilleures courses monopalmes*

*Catégories récompensées*

- Poussins/poussines*
- Benjamins/benjamines*
- Minimes filles et garçons*