

FEDERATION FRANCOPHONE BELGE DE NATATION a.s.b.l.
DISTRICT LIÈGE-NAMUR-LUXEMBOURG

AVANT-PROGRAMME
CHAMPIONNATS DU DISTRICT L.N.L. "A" 2013
QUATRIEME JOURNÉE A
DIMANCHE 30 Novembre 2014

Organisateur : Liège Natation (LGN)
Secrétaire: Madame Brigitte Franken-Legros
Courriel: liege.natation@teledisnet.be

Piscine de Crisnée (25 m - 5 lignes de nage)
Rue Jean Stassart, 21B – 4367 Crisnée

Juge Arbitre : Monsieur Guy LEMAIRE (NCH)

Service Médical de Garde

INSCRIPTIONS : avec le fichier Lenex + liste récapitulative
pour le 22 novembre 2014 au plus tard
Au secrétariat de Liège Natation

Plus de certificats médicaux.
Désistement au secrétariat du District 24 heures avant la compétition.
Uniquement par le secrétaire du club et par mail.
Forfait jusqu'au 29 novembre 2014 à 14h00
(remy.crahay@teledisnet.be)

13h00-Ouverture des portes et échauffement
13h30-Réunion des délégués - Formation du Jury
14h00-Début de la compétition

UN SEUL DEPART
PORT DU BONNET OBLIGATOIRE
PORT DE PANTOUFLES OBLIGATOIRE AUTOUR DU BASSIN

Temps limite :

		CAN	BEN		MIN		CAD		JUNIOR	SENIOR
		10	11	12	13	14	15	16	17 et 18	19 &+
1	400 m NL Canetons Filles	pas T.L.								
2	1500 m Nage Libre Dames				21.15.00	21.00.00	20.20.04	20.08.29	19.38.86	19.21.29
3	400 m 4 Nages Messieurs				6.56.58	6.08.29	5.52.98	5.40.35	5.35.41	5.27.27
PAUSE 30 MIN										
4	800 m Nage Libre Messieurs		13.44.82	12.31.55	11.20.76	11.07.29	10.43.28	10.36.00	9.59.66	9.33.61
5	400 m Nage Libre Dames		6.49.80	6.22.33	5.35.78	5.24.54	5.11.71	5.07.09	5.02.62	4.55.25

Pour les 1500 m et 800 m possibilité de nager à 2 par couloirs si les couloirs ont une largeur minimum de 2 mètres.

Approuvé par le District L.N.L. en date du 04 juin 2014
Le Président
Pierre SALEMBIER