

### 3<sup>ème</sup> Plot Départemental YAOUANK

**DATE :** 15 Mai 2022

**LIEU :** Lannion

**ENGAGEMENTS :**

Sur Extranat jusqu'au **24/05/22**.

**CATÉGORIES :**

- Jeunes 1
- Jeunes 2
- Jeunes 3

**RÈGLEMENT :**

Les nageurs ne peuvent s'engager que sur un maximum de 4 épreuves sur l'ensemble de la journée :

- 1 épreuve de Demi-Fond
- 1 épreuve de 4N
- 2 50 mètres de spécialité au choix

Selon la durée de la compétition, possibilité de doubler les épreuves de Demi-Fond

**CLASSEMENT-RÉCOMPENSES :**

- Classement individuel par année d'âge sur chaque épreuve du programme
- Récompenses aux trois premiers Jeunes 1, jeunes 2 et jeunes 3 Garçons et Filles au classement combiné (addition des points FFN réalisés sur le nombre d'épreuve individuelle définie par le règlement)

**PROGRAMME**

DATE	15 MAI 2022	
LIEUX	LANNION	
Ouverture bassin	8H30	13H30
Officiels	8H30	13H30
Début des épreuves	9H15	14H15
PROGRAMME	<b>50m Papillon</b> <b>50m Dos</b> <b>200 4N F</b> <b>400 4N M</b> <b>400 NL M</b> <b>800 NL F</b> <b>1500 NL M</b>	<b>50m Brasse</b> <b>50m NL</b> <b>200 4N M</b> <b>400 4N F</b> <b>400 NL F</b> <b>800 NL M</b> <b>1500 NL F</b>