

## **Programme Dimanche 16 Octobre**

### **Troisième journée Avenirs / Jeunes 1**

<b>Ouverture des portes ; 7h45</b>	<b>Pause 10'</b>
<b>Début des courses ; 8h50</b>	
25 Dos	25 NL
50 Br	50 Dos
100 Dos	100 NL
50 Dos / Br	50 Br / NL
100 4N	4 x 50 NL Mixte
200 NL	

#### **Règlement ;**

- Toutes les courses sont ouvertes aux aveniris, en revanche seulement les 50 /100 et 200 mètres pour les jeunes 1.
- 3 courses individuelles maximum par nageur.
- Relais, majoritairement mixtes de préférence, les relais non mixtes seront hors classement.