



## Extrait du règlement :

1) L'association Aquatic Club Cherbourg en Cotentin organise le Dimanche 8 Septembre 2019 une étape d'Eau Libre, épreuve open, étape du circuit de la coupe de Normandie Eau Libre, avec les épreuves suivantes :

-Une épreuve « Découverte » 500m

-Une épreuve 1500 m, la « 15-cent »

-Une épreuve 5000 m, la « 5-mille » (Coupe de Normandie)

2) Les organisateurs peuvent s'opposer au départ d'un concurrent qui n'est pas en état d'effectuer la course.

3) les nageurs seront numérotés sur les mains et sur le bonnet (fourni par l'organisation) et équipés d'un transpondeur (sous caution de dépôt de pièce d'identité)

4) le départ a lieu en pleine eau, il n'y a pas de faux départ, le non-respect des instructions du directeur de course entrainera la disqualification et l'exclusion du nageur.

5) le juge arbitre applique les règlements de la FINA, il est habilité à interrompre le concurrent encore en course au-delà de la durée limite prévue et d'arrêter tout concurrent qu'il jugera incapable de finir la course

## Infos, règlement complet, inscriptions :

[www.aquaticclubcherbourg.com](http://www.aquaticclubcherbourg.com) onglet « Rad'Eau Libre »

[www.ffneaulibre.fr](http://www.ffneaulibre.fr)

23/05/19 V5 -Ne pas jeter sur la voie publique

**Aquatic Club Cherbourg**  
en Cotentin

FÉDÉRATION FRANÇAISE  
**NATATION**

**Cherbourg-en-Cotentin,**  
**le 08 Septembre 2019**

**Rad'Eau Libre**

**Epreuves de natation en mer**

**Coupe de Normandie (5 kms)**

**Dimanche 8 Septembre 2019 :**

**Courses ouvertes à tous**

**14h00 : 500m**

**15h00 : 1.5kms**

**16h00 : 5.0 kms Coupe de Normandie FFN**

*Avec l'aimable participation de Lauriane Bonnamant, La Manche à la nage en 2018*

Infos et inscriptions :

[www.aquaticclubcherbourg.com](http://www.aquaticclubcherbourg.com) onglet « Rad'Eau Libre »

[www.ffneaulibre.fr](http://www.ffneaulibre.fr)



# Epreuves :

Toutes épreuves open, certificat médical et licence 10€ exigés pour non-licenciés FFN

Parcours « **Découverte** » : 500 m (Categ Avenir(+ de 10 ans) à Vétérans 2(<65 ans)

Parcours « **15-cent** » : 1500 m (Categ Jeunes (+11 ans dames, +12 ans Messieurs à Vétérans 2(<65 ans)

Parcours « **5-mille** » : 5000 m (Categ Juniors 1 (+14 ans dames, +15 ans Messieurs à Vétérans 2(<65 ans)

Places limitées à 100 nageurs par épreuve.

Engagements en ligne : **Découverte** : 5 € (+10€ pour licence éventuelle)

**15-cent** : 15 € (+10€ pour licence éventuelle)

**5-mille** : 20 € (+10€ pour licence éventuelle)

Majorations pour inscriptions sur site

## Programme :

A partir de 11h00 : Accueil des nageurs, retrait des bonnets, marquage

14h00 : Briefing des nageurs « **Découverte** »

14h15 : Départ parcours « **Découverte** »

15h 00 : Briefing parcours « **15-cent** »

15h15 : Départ parcours « **15-cent** »

15h30 : Remise des prix parcours « **Découverte** »

16h00 : Briefing parcours « **5-mille** »

16h 15 : Départ parcours « **5-mille** »

17h00 : Remise des prix parcours « **15-cent** »

18h30 : Remise des prix parcours « **5-mille** »



## Récompenses :

Lots et récompenses répartis sur les différentes catégories des 3 épreuves

Epreuve 5-mille : prime 100 € pour 1er et 1ere, 60 € pour 2èmes, 40 € pour 3èmes

Les récompenses ne seront remises qu'aux personnes présentes lors des cérémonies protocolaires

## Localisation :

D901, Rond point de Capel, Boulevard de la Saline

Face au Centre Nautique d'Equedreville, 50120  
Cherbourg en Cotentin

**Sur site, snack Thai,  
buvette**

## Parcours :

