

5ème édition

MEETING D'ÉPINAL

28 février - 2 mars

Piscine Olympique
Roger Goujon
25 Rue Alphonse de Lamartine Épinal



Le Cercle des Nageurs d'Épinal est fier de vous accueillir à son nouveau Meeting Régional qui se déroulera du Vendredi 28 Février au Dimanche 02 Mars 2025 à la Piscine Roger Goujon d'Épinal. La compétition est ouverte à tous les clubs licenciés à la Fédération Française de Natation. Chaque club participant pourra présenter au minimum 1 officiel dans chaque réunion où un nageur de son club sera engagé, leurs repas sera pris en charge par le club. Les épreuves se dérouleront selon les règlements de la FFN et FINA.

Bassin de 25m, N-1 + N
+ Conversion Bassin de 50m

Grille de Temps	Dames		Messieurs	
	Benjamines	Juniors et +	Benjamins	Juniors et +
50 NL	40"28	37"01	37"74	34"41
100 NL	1'25"57	1'18"93	1'21"01	1'14"10
200 NL	3'09"15	2'54"14	2'51"99	2'38"16
400 NL	6'32"46	6'02"13	5'58"68	5'30"81
800 NL	13'17"36	12'16"77		
1500 NL			23'51"97	22'00"85
50 Dos	47"64	43"43	43"19	39"25
100 Dos	1'40"12	1'31"50	1'31"51	1'23"30
200 Dos	3'28"89	3'11"77	3'12"58	2'56"09
50 Brasse	51"58	47"22	47"61	43"22
100 Brasse	1'54"40	1'44"44	1'41"95	1'33"12
200 Brasse	3'57"99	3'38"29	3'33"29	3'15"54
50 Papillon	43"64	40"00	40"03	36"56
100 Papillon	1'38"05	1'29"77	1'30"52	1'22"49
200 Papillon	3'26"01	3'09"77	3'11"71	2'55"76
200 4 Nages	3'28"66	3'12"18	3'11"81	2'56"22
400 4 Nages	7'12"44	6'39"33	6'39"11	6'07"85

Equipements

- Bassin de 50 mètres par 8 lignes, bassin homologué avec chronométrage électronique affichage 8 couleurs.
- Plots de départ conformes à la réglementation FFN et FINA (normes NF EN 13451-4)
- Bassin de récupération 3 lignes de 15 mètres
- Mise en valeur de la Finale A + Chaque Finale des 50 mètres : Palmarès, musiques et jeux de lumières
- Possibilité de s'entraîner le vendredi matin matin pour les clubs de 10h00 à 12h00

Contenu du Programme

- Épreuves individuelles : 50-100 et 200 Papillon, 50-100 et 200 Dos, 50-100 et 200 Brasse, 50-100-200-400-800-1500 Nage Libre, 200 et 400 4 Nages. (uniquement 800 NL Dames et 1500 NL Messieurs)

Séries - Finale **A** et **B** Toutes Catégories, **C** Juniors 1,2,3, **D** Benjamins 1 & 2
Classement au temps pour les 400 4N, 800 NL Dames et 1500 Messieurs
Samedi soir : Duel sur 8x50 4N Mixte, mélange des clubs, Récompense à la clé

Pour les séries du 400 4N (4 séries - 32 Meilleurs temps retenus)
Pour les séries du 800 NL Dames (2 séries - 16 Meilleurs temps retenus)
Pour les séries du 1500 NL Messieurs (2 séries - 16 Meilleurs temps retenus)
Priorité à la Finale la plus élevée

Engagements

- Les engagements s'élèvent à 8 euros par épreuve
- Possibilité de s'engager sur 3 épreuves complémentaires
- Période d'engagements : du lundi 10 au lundi 24 Février 2025
- L'organisateur se réserve le droit de limiter le nombre de séries en cas de nombre trop important d'engagements
- Le règlement peut se faire soit par virement, soit par chèque à l'ordre du CN Épinal pendant la période d'engagement à l'adresse suivante : Cercle des Nageurs d'Épinal, Piscine Roger Goujon, 25 Rue Alphonse de Lamartine, 88000 Épinal



Récompenses

Une médaille aux 3 premier(ère)s Juniors 4 et + à l'issue des finales, suivant le rang des finales et temps
Une médaille aux 3 premier(ère)s Juniors 1,2 & 3 à l'issue des finales, suivant le rang des finales et temps
Une médaille aux 3 premier(ère)s Benjamins 1&2 à l'issue des finales, suivant le rang des finales et temps

Vendredi

O.P. 13h30 / D.E. : 15h00
Séries

400 4N Dames
50 Pap Messieurs
50 Pap Dames
50 Dos Messieurs
50 Dos Dames
400 4N Messieurs
50 Brasse Dames
50 Brasse Messieurs
50 NL Dames
50 NL Messieurs

O.P. 17h00 / D.E. : 18h00

Finales

800 NL Dames
50 Pap Messieurs
50 Pap Dames
50 Dos Messieurs
50 Dos Dames
1500 NL Messieurs
50 Brasse Dames
50 Brasse Messieurs
50 NL Dames
50 NL Messieurs

Samedi

O.P. 08h00 / D.E. : 09h30
Séries

200 Pap Dames
200 NL Messieurs
100 Dos Dames
100 Brasse Messieurs
400 NL Dames
200 4N Messieurs
200 Brasse Dames
200 Dos Messieurs
100 NL Dames
100 Pap Messieurs

O.P. 14h30 / D.E. : 16h00

Finales

200 Pap Dames
200 NL Messieurs
100 Dos Dames
100 Brasse Messieurs
400 NL Dames
200 4N Messieurs
200 Brasse Dames
200 Dos Messieurs
100 NL Dames
100 Pap Messieurs

8x50 4N
Club Mixte
8 Filles
8 Garçons

Dimanche

O.P. 08h00 / D.E. : 09h30
Séries

200 NL Dames
200 Pap Messieurs
100 Brasse Dames
100 Dos Messieurs
200 4N Dames
400 NL Messieurs
200 Dos Dames
200 Brasse Messieurs
100 Pap Dames
100 NL Messieurs

O.P. 14h30 / D.E. : 16h00

Finales

200 NL Dames
200 Pap Messieurs
100 Brasse Dames
100 Dos Messieurs
200 4N Dames
400 NL Messieurs
200 Dos Dames
200 Brasse Messieurs
100 Pap Dames
100 NL Messieurs



2 Meilleures Nageurs(SES) dans les quatre 50 mètres de chaque spécialité de la veille pour former 2 Relais Mixte

Toutes les informations complémentaires sont consultables sur notre site internet

Cnepinal-natation.sportsregions.fr



cnepinal@gmail.com



@cnepinal



facebook.com/cnepinal