

NATATION – REGLEMENT

Article 1 : Organisation

- Déroulement sur 2 journées : jeudi et vendredi
- Tout niveau accepté, handisport accepté
- Un total de 12 épreuves individuelles (possibilité de faire 1 à N épreuves) dont 1 épreuve longue distance
- 3 relais par équipe (homme, femme et mixte) : la composition des relais se fera directement le jour de l'évènement. Il est cependant possible de renseigner un nom d'équipe lors de la phase d'inscription, dans le cas où le sportif fait déjà parti d'un groupe établi avant l'évènement (il sera toutefois possible d'adapter les compositions le moment venu).
- Classement par catégorie d'âge et sexe
- Les épreuves se dérouleront à la piscine de la Robertsau qui dispose de 4 lignes de 25m, d'un toit découvrable et d'un accès espace vert.

Article 2 : Confirmation engagements

Tous les participants sont priés d'être présents avant le début de la compétition.

Tout **retard** à la chambre d'appel sera sanctionné d'une **disqualification** sur la course.

Les participants sont attendus avec leur plus beau maillot de bain, des lunettes de natation (recommandé), un bonnet de bain (recommandé), des claquettes de piscine (sol glissant) et une tenue d'attente (short, t-shirt, jogging etc...)

Article 3 : Planning

Jeudi 9 mai :

- Echauffement : 08h00 à 09h00
- Début de la compétition : 09h15
 - 100m Nage Libre/Femme et Homme
 - 50m Papillon/Femme et Homme
 - 100m Brasse/Femme et Homme
 - Relais 4 x 100m Nage Libre (toutes catégories confondues)
- Coupure déjeuner de 12h00 à 13h30
- Echauffement : 13h30 à 14h30

- Début de la compétition : 14h45
 - 50m Nage Libre/Femme et Homme
 - 100m Papillon/Femme et Homme
 - 50m Dos/Femme et Homme
 - 100m 4 Nages/ Femme et Homme
 - Relais 4 x 50m 4 Nages (toutes catégories confondues)
- Fin de la compétition 16h30

Vendredi 10 mai :

- Echauffement : 08h00 à 09h00
- Début de la compétition : 09h15
 - 200m Nage Libre/Femme et Homme
 - 50m Brasse/Femme et Homme
 - 100m Dos/Femme et Homme
 - 200m 4 Nages/Femme et Homme
 - 4 x 50m Nage Libre/Femme et Homme
 - Relais 4 x 50m Nage Libre (toutes catégories confondues)
- Coupure déjeuner de 12h00 à 13h30
- Echauffement : 13h30 à 14h30
- Début de la compétition : 14h45
 - 1500m Nage Libre/Femme et Homme
- Fin de la compétition : 17h00

Article 4 : Récompenses

Des médailles seront distribuées aux 3 premiers Femmes et Hommes de chaque catégorie d'âge. Celles-ci seront remises en fin de matinée et fin de journée de compétition.

3 catégories d'âge ont été définies afin de pouvoir regrouper suffisamment de nageurs dans chacune d'elles. Elles sont identiques pour les femmes et pour les hommes et sont définies ainsi :

- De 18 à 39 ans
- De 40 à 49 ans
- 50 ans et plus.

Article 5 : Résultats

Les résultats seront affichés sur place et mis en ligne sur le site [ASCM – site de l'Alliance Sportive Crédit Mutuel](#) et sur le serveur discord des Playades.