



# Programme Sportif Natation Course FFN OUEST 2019-2020

***Pour toutes les compétitions « individuelles », une amende de 50 € sera appliquée par réunion aux clubs ne fournissant pas UN officiel pour au moins 5 nageurs. Les clubs ayant plus de 10 nageurs engagés devront fournir DEUX officiels (amende 25€ si un seul). Cela s'entend par réunion et s'entend pour TOUS les clubs, y compris les clubs hors interrégion.  
Pour les compétitions par équipe, chaque club doit fournir UN officiel.***

<b>Vendredi 20 décembre 2019</b> <b>Samedi 21 décembre 2019</b> <b>Dimanche 22 décembre 2019</b>	<b>MEETING NATIONAL DE L'OUEST</b> <b>HIVER</b>	<b>TOURS (50 x 20)</b> <b>Compétition de référence</b> <b>qualificative</b>
--	--	---

*Engagements 9 € individuel / 13 € pour un relais. Engagements à payer via ExtraNat*

#### Conditions d'accès :

Catégories d'âge : Jeunes, Juniors et Seniors sous conditions d'avoir réalisé les temps de la grille de temps correspondante

Les performances sont à réaliser sur la saison N-1 ou la saison en cours sur les compétitions de référence avant le 8 décembre 2019.

Il y aura deux grilles d'accès en bassin de 25 m et de 50 m : Filles 14 et moins, Filles 15 ans, Filles 16 ans et Filles 17 ans & plus Garçons 15 et moins, Garçons 16 ans, Garçons 17 ans et Garçons 18 ans & plus.

Une épreuve complémentaire est autorisée.

**Engagements** : sous ExtraNat entre le mardi 10 décembre et le mardi 17 décembre 2019 – **ATTENTION ! Fermeture des engagements à 700 nageurs.**

#### Programme :

Épreuves individuelles (17 en dames et 17 en messieurs).

50 nage libre, 100 nage libre, 200 nage libre, 400 nage libre, 800 nage libre, 1500 nage libre,

50 dos, 100 dos, 200 dos, 50 brasse, 100 brasse, 200 brasse, 50 papillon, 100 papillon, 200 papillon, 200 4 nages, 400 4 nages.

Épreuves de relais : 4x 100 4 N / 4x 100 NL / 2 équipes maximum par club. Application de la règle fédérale (2 nageurs qualifiés = 1 relais, 6 nageurs qualifiés = 2 relais).

2 Finales :            Finale Relève Filles 16 ans et plus / Garçons 17 ans et plus

                          Finale Espoir Filles 15 ans et moins / Garçons 16 ans et moins

Finales B organisées s'il y a plus de 16 nageurs engagés par catégorie sur l'épreuve.

**Récompenses** : Les trois premiers de chaque finale A seront récompensés, ainsi que les trois premiers relais toutes catégories.

<b>Vendredi 20 décembre 2019</b>	<b>Samedi 21 décembre 2019</b>	<b>Dimanche 22 décembre 2019</b>
<b>Ouverture des portes : 08h00</b> <b>Début des épreuves : 09h30</b> <b>Séries</b>	<b>Ouverture des portes : 07h30</b> <b>Début des épreuves : 09h00</b> <b>Séries</b>	<b>Ouverture des portes : 07h30</b> <b>Début des épreuves : 09h00</b> <b>Séries</b>
400 NL messieurs 100 dos dames 200 dos messieurs 200 brasse dames 100 brasse messieurs 50 NL dames 100 NL messieurs 200 4 N dames 200 papillon messieurs 50 papillon dames 1500 NL messieurs (séries lentes) 800 NL dames (séries lentes)	400 NL dames 100 dos messieurs 200 dos dames 200 brasse messieurs 100 brasse dames 50 NL messieurs 100 NL dames 200 4 N messieurs 200 papillon dames 50 papillon messieurs 1500 NL dames (séries lentes) 800 NL messieurs (séries lentes)	400 4 N dames 400 4 N messieurs 50 dos dames 50 dos messieurs 100 papillon dames 100 papillon messieurs 50 brasse dames 50 brasse messieurs 200 NL dames 200 NL messieurs
<b>Ouverture des portes : 14h30</b> <b>Début des épreuves : 16h</b> <b>Finales</b>	<b>Ouverture des portes : 14h30</b> <b>Début des épreuves : 16h</b> <b>Finales</b>	<b>Ouverture des portes : 14h00</b> <b>Début des épreuves : 15h30</b> <b>Finales</b>
1500 NL messieurs (séries rapides) 800 NL dames (séries rapides) 400 NL messieurs 100 dos dames 200 dos messieurs 200 brasse dames 100 brasse messieurs 50 NL dames 100 NL messieurs 200 4 N dames 200 papillon messieurs 50 papillon dames <b>4x100 NL dames/messieurs</b>	1500 NL dames (séries rapides) 800 NL messieurs (séries rapides) 400 NL dames 100 dos messieurs 200 dos dames 200 brasse messieurs 100 brasse dames 50 NL messieurs 100 NL dames 200 4 N messieurs 200 papillon dames 50 papillon messieurs <b>4x100 4N dames/messieurs</b>	400 4 N dames 400 4 N messieurs 50 dos dames 50 dos messieurs 100 papillon dames 100 papillon messieurs 50 brasse dames 50 brasse messieurs 200 NL dames 200 NL messieurs

*Une amende de 50 € sera appliquée par réunion aux clubs ne fournissant pas UN officiel pour au moins 5 nageurs. Les clubs ayant plus de 10 nageurs engagés devront fournir DEUX officiels (amende 25€ si un seul)*

<b>Vendredi 22 mai 2020</b> <b>Samedi 23 mai 2020</b> <b>Dimanche 24 mai 2020</b>	<b>MEETING NATIONAL DE L'OUEST</b> <b>PRINTEMPS</b>	<b>ROUEN (50 x 25 extérieur)</b> <b>Compétition de référence</b> <b>qualificative</b>
---	--	---

*Engagements 9 € individuel / 13 € pour un relais. Engagements à payer via ExtraNat*

**Conditions d'accès :**

Catégories d'âge : Jeunes, Juniors et Seniors sous conditions d'avoir réalisé les temps de la grille correspondante.

Les performances sont à réaliser sur la saison N-1 ou la saison en cours sur les compétitions de référence avant le 3 mai 2020 en bassin de 25 m ou 50m.

Il y aura deux grilles d'accès en bassin de 25 m et de 50 m : Filles 14 et moins, Filles 15 ans, Filles 16 ans et Filles 17 ans & plus Garçons 15 et moins, Garçons 16 ans, Garçons 17 ans et Garçons 18 ans & plus.

Une épreuve complémentaire est autorisée.

**Engagements** sous ExtraNat entre le mardi 20 mai et le mardi 27 mai 2020.

**Les nageurs qualifiés aux championnats N1 & N2 ne sont pas autorisés à participer. Les nageurs ayant participé aux championnats de France juniors pourront participer mais ne pourront accéder aux podiums.**

**Programme :**

Épreuves individuelles (17 en dames et 17 en messieurs).

50 nage libre, 100 nage libre, 200 nage libre, 400 nage libre, 800 nage libre, 1500 nage libre,

50 dos, 100 dos, 200 dos, 50 brasse, 100 brasse, 200 brasse, 50 papillon, 100 papillon, 200 papillon, 200 4 nages, 400 4 nages.

Épreuves de relais : 4x 100 4 N mixtes / 4x 100 NL mixtes / 2 équipes maximum par club. Application de la règle fédérale (2 nageurs qualifiés = 1 relais, 6 nageurs qualifiés = 2 relais). Composition des relais mixtes = 2 filles + 2 garçons

2 Finales :           Finale Relève Filles 16 ans et plus / Garçons 17 ans et plus

Finale Espoir Filles 15 ans et moins / Garçons 16 ans et moins

Finale B par catégorie organisées s'il y a plus de 16 nageurs engagés par catégorie sur l'épreuve.

**Récompenses :** Les trois premiers de chaque finale A seront récompensés, de même que les trois premiers de l'interrégion, ainsi que les trois premiers relais toutes catégories.

<b>Vendredi 23 mai 2020</b>	<b>Samedi 24 mai 2020</b>	<b>Dimanche 25 mai 2020</b>
<b>Ouverture des portes : 08h00</b> <b>Début des épreuves : 09h30</b> <b>Séries</b>	<b>Ouverture des portes : 07h30</b> <b>Début des épreuves : 09h00</b> <b>Séries</b>	<b>Ouverture des portes : 07h30</b> <b>Début des épreuves : 09h00</b> <b>Séries</b>
400 NL messieurs 100 dos dames 200 dos messieurs 200 brasse dames 100 brasse messieurs 50 NL dames 100 NL messieurs 200 4 N dames 200 papillon messieurs 50 papillon dames 1500 NL messieurs (séries lentes) 800 NL dames (séries lentes)	400 NL dames 100 dos messieurs 200 dos dames 200 brasse messieurs 100 brasse dames 50 NL messieurs 100 NL dames 200 4 N messieurs 200 papillon dames 50 papillon messieurs 1500 NL dames (séries lentes) 800 NL messieurs (séries lentes)	400 4 N dames 400 4 N messieurs 50 dos dames 50 dos messieurs 100 papillon dames 100 papillon messieurs 50 brasse dames 50 brasse messieurs 200 NL dames 200 NL messieurs
<b>Ouverture des portes : 14h30</b> <b>Début des épreuves : 16h</b> <b>Finales</b>	<b>Ouverture des portes : 14h30</b> <b>Début des épreuves : 16h</b> <b>Finales</b>	<b>Ouverture des portes : 14h00</b> <b>Début des épreuves : 15h30</b> <b>Finales</b>
1500 NL messieurs (séries rapides) 800 NL dames (séries rapides) 400 NL messieurs 100 dos dames 200 dos messieurs 200 brasse dames 100 brasse messieurs 50 NL dames 100 NL messieurs 200 4 N dames 200 papillon messieurs 50 papillon dames 1500 NL messieurs (séries lentes) 800 NL dames (séries lentes) <b>4x100 NL MIXTE</b>	1500 NL dames (séries rapides) 800 NL messieurs (séries rapides) 400 NL dames 100 dos messieurs 200 dos dames 200 brasse messieurs 100 brasse dames 50 NL messieurs 100 NL dames 200 4 N messieurs 200 papillon dames 50 papillon messieurs <b>4x100 4N MIXTE</b>	400 4 N dames 400 4 N messieurs 50 dos dames 50 dos messieurs 100 papillon dames 100 papillon messieurs 50 brasse dames 50 brasse messieurs 200 NL dames 200 NL messieurs

Une amende de 50 € sera appliquée par réunion aux clubs ne fournissant pas UN officiel pour au moins 5 nageurs. Les clubs ayant plus de 10 nageurs engagés devront fournir DEUX officiels (amende 25€ si un seul)

<b>Samedi 6 juin 2020</b> <b>Dimanche 7 juin 2020</b>	<b>COUPE DE L'OUEST DES</b> <b>DEPARTEMENTS</b>	<b>CHINON (25 x 15)</b>
--	--	-------------------------

**Engagements 100 € par équipe à payer via ExtraNat**

#### Conditions d'accès :

Cette compétition est réservée à des sélections départementales de 8 nageuses 13 ans et moins et 8 nageurs 14 ans et moins+ 1 remplaçant par équipe.

**Engagement** sous ExtraNat du mardi 26 mai au mardi 2 juin 2020

#### Mode de participation :

Chaque équipe présente obligatoirement 4 nageurs par épreuve individuelle et 1 équipe par relais. Un nageur doit participer à deux épreuves individuelles de 100 m et aux deux relais

#### Nageurs remplaçant :

Le nageur remplaçant peut devenir titulaire à partir du moment où un nageur titulaire est dans l'incapacité de pouvoir assurer sa course. Dans le cas d'une blessure, le comité départemental devra fournir un certificat médical justifiant cette incapacité dans les quarante-huit heures suivant la compétition. Pour les autres cas, le conseiller technique régional ou son représentant, en accord avec le délégué de la commission sportive, se réserve le droit d'autoriser le remplacement d'un nageur titulaire.

#### Classement :

Il s'effectue par addition des points à la table de cotation fédérale sur l'ensemble des épreuves. Les points des relais ne sont pas doublés.

Les trois premières équipes filles et les trois premières équipes garçons seront récompensées (coupes)

Un trophée récompensera le meilleur département (addition filles et garçons)

Samedi 6 juin 2020	Dimanche 7 juin 2020
<b>Ouverture des portes : 14h30</b> <b>Début des épreuves : 16h15</b>	<b>Ouverture des portes : 8h00</b> <b>Début des épreuves : 9h30</b>
8 x 50 NL nage libre filles 8 x 50 NL nage libre garçons Courses des remplaçants 100 papillon filles 100 papillon garçons 100 dos filles 100 dos garçons	100 brasse filles 100 brasse garçons 100 NL filles 100 NL garçons Course des remplaçants 8 x 100 4N individuel filles 8 x 100 4N individuel garçons

**Engagements 100 € par équipe. Engagements à payer auprès de votre ligue d'appartenance**

**ECHAUFFEMENTS :** samedi : nageuses de 14 h 30 à 15 h 15, nageurs de 15 h 15 à 16 h, puis défilé des équipes  
Dimanche : nageuses de 8h à 8 h 45, nageurs de 8 h 45 à 9 h 30

*Chaque département est tenu de fournir au moins un officiel*

<b>Samedi 4 juillet 2020</b> <b>Dimanche 5 juillet 2020</b>	<b>MEETING DE L'OUEST JEUNES</b>	<b>ST MALO (50 x 20)</b> <b>Compétition de référence</b>
--	----------------------------------	---

*Engagements 9 € individuel. Engagements à payer via ExtraNat*

Catégories d'âge : Jeunes (filles 13 ans et moins, garçons 14 ans et moins)

Les performances sont à réaliser lors de la saison en cours lors des compétitions de référence avant le 21 juin 2020.

Il y aura une seule grille d'accès tous bassins: Filles 13 ans, Filles 12, Filles 11 ans et moins, Garçons 14 ans, Garçons 13 ans, Garçons 12 ans et moins.

Les nageurs ayant réalisé les temps de la grille pourront s'engager sans limitation du nombre d'épreuves. Une épreuve complémentaire est autorisée.

**Engagements** sous ExtraNat entre le mardi 23 juin et le mardi 30 juin 2020.

**ATTENTION : Les nageurs qualifiés au niveau national ne sont pas autorisés à participer.**

**Programme :**

Épreuves individuelles (17 en filles et 17 en garçons).

50 nage libre, 100 nage libre, 200 nage libre, 400 nage libre, 800 nage libre, 1500 nage libre,

50 dos, 100 dos, 200 dos, 50 brasse, 100 brasse, 200 brasse, 50 papillon, 100 papillon, 200 papillon, 200 4N, 400 4N.

Toutes les épreuves seront nagées classement au temps

**Récompenses :** Les trois premiers de chaque épreuve par année d'âge (3 catégories) seront récompensés.

<b>Samedi 4 juillet 2020</b>	<b>Samedi 4 juillet 2020</b>	<b>Dimanche 5 juillet 2020</b>	<b>Dimanche 5 juillet 2020</b>
<b>Ouvertures des portes 7h30</b>	<b>Ouverture des portes 14h15</b>	<b>Ouvertures des portes 7h30</b>	<b>Ouverture des portes 14h00</b>
<b>Début des épreuves 9h</b>	<b>Début des épreuves 15h45</b>	<b>Début des épreuves 9h</b>	<b>Début des épreuves 15h30</b>
200 Papillon dames	100 Dos dames	200 Papillon messieurs	100 Dos messieurs
100 Papillon messieurs	200 Dos messieurs	100 Papillon dames	200 dos dames
200 4 nages dames	400 4 nages dames	200 4 nages messieurs	400 4 nages messieurs
800 libre messieurs	400 libre messieurs	800 libre dames	400 libre dames
1500 libre dames	50 libre dames	1500 libre messieurs	50 libre messieurs
50 Dos messieurs	50 Papillon messieurs	50 Brasse dames	50 Papillon dames
50 Dos dames	200 Brasse dames	50 Brasse messieurs	200 Brasse messieurs
100 libre messieurs	100 Brasse messieurs	100 libre dames	100 Brasse dames
200 libre dames		200 libre messieurs	

*Une amende de 50 € sera appliquée par réunion aux clubs ne fournissant pas UN officiel pour au moins 5 nageurs. Les clubs ayant plus de 10 nageurs engagés devront fournir DEUX officiels (amende 25€ si un seul)*

**SELECTION FFN OUEST  
MEETING FFN GOLDEN TOUR CAMILLE MUFFAT  
NICE – 7 au 9 février 2020**

-:-:-:-

**Critère pour les juniors** (14 sélectionnés maximum) : être classé dans les cinq premiers par année d'âge en bassin de 50m à l'issue de la saison 2018/2019 sur au moins deux épreuves.

**FILLES 17 ANS :**

Clara LE BRIS	CN BREST
Alizée PELLETIER	CHARTRES MN

**FILLES 16 ANS :**

Svetlana SAUDRAIS	CD LE BLANC
Clara GIRAUDEAU	CN BREST

**FILLES 14 ANS :**

Maelys CLAUDIC TCHA	ANGERS NAT
Eléanor AUBIN	ANGERS NAT

**GARCONS 18 ANS :**

Noé MAILLY	ANGERS NAT
------------	------------

**GARCONS 17 ANS :**

Clément DENHAM	ANGERS NAT
Louis JAUME	CHARTRES MN
Yann LE GOFF	UN QUIMPER

**GARCONS 16 ANS :**

Solen LANNIC	ST LAVAL
Gauthier LE LEM	ANGERS NAT

**GARCONS 15 ANS :**

Engueran PASEK	CV ROUEN
Noan EKEDY	EN CAEN

**Critère pour les seniors** (16 qualifiés maximum): être finaliste des championnats petit bassin du 12 au 15 décembre 2019 à Angers. La liste sera diffusée dès le 16 décembre 2019.

La confirmation de participation devra être transmise à Cécile Duchateau au plus tard le 22 décembre 2019.

## GRILLE MEETING NATIONAL DE L'OUEST HIVER 20 AU 22 DECEMBRE 2019 TOURS

Epreuves		50 m	A réaliser	50 m	A réaliser	50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	Conversion 25/50 m FFN	
		14 ans et moins	en 25 m	15 ans	en 25 m	16 ANS	25 m	17 ans et plus	25 m		
FILLES	50	NL	00:30,72	00:30,02	00:30,24	00:29,54	00:29,61	00:28,91	00:28,98	00:28,28	00:00,70
	100	NL	01:07,05	01:05,85	01:05,43	01:04,23	01:04,17	01:02,97	01:02,92	01:01,72	00:01,20
	200	NL	02:25,80	02:22,90	02:22,64	02:19,74	02:19,46	02:16,56	02:17,38	02:14,48	00:02,90
	400	NL	05:05,79	04:59,59	04:57,33	04:51,13	04:52,79	04:46,59	04:45,29	04:39,09	00:06,20
	800	NL	10:25,91	10:13,01	10:12,86	09:59,96	09:58,76	09:45,86	09:46,96	09:34,06	00:12,90
	1500	NL	20:28,38	20:03,88	19:55,45	19:30,95	19:18,93	18:54,43	18:41,54	18:17,04	00:24,50
	50	D	00:35,09	00:33,79	00:34,05	00:32,75	00:33,84	00:32,54	00:32,88	00:31,58	00:01,30
	100	D	01:15,76	01:13,46	01:14,12	01:11,82	01:13,49	01:11,19	01:11,54	01:09,24	00:02,30
	200	D	02:45,88	02:40,48	02:39,14	02:33,74	02:37,69	02:32,29	02:34,57	02:29,17	00:05,40
	50	B	00:39,17	00:38,47	00:38,23	00:37,53	00:37,24	00:36,54	00:36,26	00:35,56	00:00,70
	100	B	01:25,79	01:23,89	01:24,28	01:22,38	01:22,32	01:20,42	01:20,09	01:18,19	00:01,90
	200	B	03:05,33	03:00,83	03:00,36	02:55,86	02:57,17	02:52,67	02:53,30	02:48,80	00:04,50
	50	P	00:32,77	00:32,17	00:31,88	00:31,28	00:31,28	00:30,68	00:30,56	00:29,96	00:00,60
	100	P	01:14,09	01:12,69	01:12,35	01:10,95	01:09,87	01:08,47	01:08,33	01:06,93	00:01,40
	200	P	02:47,77	02:44,47	02:43,16	02:39,86	02:38,12	02:34,82	02:34,48	02:31,18	00:03,30
	200	4N	02:46,98	02:43,58	02:42,50	02:39,10	02:39,95	02:36,55	02:35,70	02:32,30	00:03,40
400	4N	05:51,98	05:44,48	05:40,44	05:32,94	05:34,97	05:27,47	05:27,60	05:20,10	00:07,50	
Epreuves		50 m	A réaliser	50 m	A réaliser	50 m	A réaliser en	50 m	A réaliser en	Conversion 25/50 m FFN	
		15 ans et moins	en 25 m	16 ans	en 25 m	17 ANS	25 m	18 ans et plus	25 m		
GARÇONS	50	NL	00:27,80	00:27,10	00:26,93	00:26,23	00:26,62	00:25,92	00:25,99	00:25,29	00:00,70
	100	NL	01:00,71	00:59,21	00:58,63	00:57,13	00:58,29	00:56,79	00:56,71	00:55,21	00:01,50
	200	NL	02:12,55	02:08,95	02:07,70	02:04,10	02:06,06	02:02,46	02:04,14	02:00,54	00:03,60
	400	NL	04:41,58	04:33,88	04:31,36	04:23,66	04:26,55	04:18,85	04:22,71	04:15,01	00:07,70
	800	NL	09:46,96	09:31,06	09:23,03	09:07,13	09:13,10	08:57,20	09:05,47	08:49,57	00:15,90
	1500	NL	18:25,96	17:55,86	18:10,84	17:40,74	17:34,75	17:04,65	17:27,42	16:57,32	00:30,10
	50	D	00:32,10	00:30,60	00:30,90	00:29,40	00:30,67	00:29,17	00:29,82	00:28,32	00:01,50
	100	D	01:09,20	01:06,20	01:06,53	01:03,53	01:05,77	01:02,77	01:04,41	01:01,41	00:03,00
	200	D	02:30,64	02:23,74	02:24,77	02:17,87	02:23,32	02:16,42	02:19,98	02:13,08	00:06,90
	50	B	00:35,07	00:33,97	00:34,08	00:32,98	00:33,17	00:32,07	00:32,64	00:31,54	00:01,10
	100	B	01:18,01	01:15,51	01:15,85	01:13,35	01:13,44	01:10,94	01:11,98	01:09,48	00:02,50
	200	B	02:53,42	02:47,52	02:44,38	02:38,48	02:39,14	02:33,24	02:37,17	02:31,27	00:05,90
	50	P	00:29,50	00:28,80	00:28,90	00:28,20	00:28,11	00:27,41	00:27,73	00:27,03	00:00,70
	100	P	01:06,33	01:04,93	01:03,51	01:02,11	01:02,63	01:01,23	01:01,23	00:59,83	00:01,40
	200	P	02:29,00	02:25,70	02:24,86	02:21,56	02:21,35	02:18,05	02:18,40	02:15,10	00:03,30
	200	4N	02:29,28	02:25,18	02:26,50	02:22,40	02:22,57	02:18,47	02:20,90	02:16,80	00:04,10
400	4N	05:18,96	05:09,96	05:10,73	05:01,73	05:06,57	04:57,57	05:01,57	04:52,57	00:09,00	

## GRILLE MEETING NATIONAL DE L'OUEST PRINTEMPS 22 AU 24 MAI 2020 ROUEN

Epreuves		50 m 14 ans et moins	A réaliser en 25 m	50 m 15 ans	A réaliser en 25 m	50 M 16 ans	A réaliser en 25 m	50 M 17 ans et plus	A réaliser en 25 m	<u>Conversion 25/50 m FFN</u>	
<b>FILLES</b>	50	NL	00:31,03	00:30,33	00:30,54	00:29,84	00:29,91	00:29,21	00:29,27	00:28,57	00:00,70
	100	NL	01:07,72	01:06,52	01:06,08	01:04,88	01:04,81	01:03,61	01:03,55	01:02,35	00:01,20
	200	NL	02:27,26	02:24,36	02:24,07	02:21,17	02:20,85	02:17,95	02:18,75	02:15,85	00:02,90
	400	NL	05:08,85	05:02,65	05:00,30	04:54,10	04:55,72	04:49,52	04:48,14	04:41,94	00:06,20
	800	NL	10:32,17	10:19,27	10:18,99	10:06,09	10:04,75	09:51,85	09:52,83	09:39,93	00:12,90
	1500	NL	20:40,66	20:16,16	20:07,40	19:42,90	19:30,52	19:06,02	18:52,76	18:28,26	00:24,50
	50	D	00:35,44	00:34,14	00:34,39	00:33,09	00:34,18	00:32,88	00:33,21	00:31,91	00:01,30
	100	D	01:16,52	01:14,22	01:14,86	01:12,56	01:14,22	01:11,92	01:12,26	01:09,96	00:02,30
	200	D	02:47,54	02:42,14	02:40,73	02:35,33	02:39,27	02:33,87	02:36,12	02:30,72	00:05,40
	50	B	00:39,56	00:38,86	00:38,61	00:37,91	00:37,61	00:36,91	00:36,62	00:35,92	00:00,70
	100	B	01:26,65	01:24,75	01:25,12	01:23,22	01:23,14	01:21,24	01:20,89	01:18,99	00:01,90
	200	B	03:07,18	03:02,68	03:02,16	02:57,66	02:58,94	02:54,44	02:55,03	02:50,53	00:04,50
	50	P	00:33,10	00:32,50	00:32,20	00:31,60	00:31,59	00:30,99	00:30,87	00:30,27	00:00,60
	100	P	01:14,83	01:13,43	01:13,07	01:11,67	01:10,57	01:09,17	01:09,01	01:07,61	00:01,40
	200	P	02:49,45	02:46,15	02:44,79	02:41,49	02:39,70	02:36,40	02:36,02	02:32,72	00:03,30
	200	4N	02:48,65	02:45,25	02:44,12	02:40,73	02:41,55	02:38,15	02:37,26	02:33,86	00:03,40
400	4N	05:55,50	05:48,00	05:43,84	05:36,34	05:38,32	05:30,82	05:30,88	05:23,38	00:07,50	
Epreuves		50 m 15 ans et moins	A réaliser en 25 m	50 m 16 ans	A réaliser en 25 m	50 m 17 ans	A réaliser en 25 m	50 m 18 ans et plus	A réaliser en 25 m	<u>Conversion 25/50 m FFN</u>	
<b>GARÇONS</b>	50	NL	00:28,08	00:27,38	00:27,20	00:26,50	00:26,89	00:26,19	00:26,25	00:25,55	00:00,70
	100	NL	01:01,32	00:59,82	00:59,22	00:57,72	00:58,87	00:57,37	00:57,28	00:55,78	00:01,50
	200	NL	02:13,88	02:10,28	02:08,98	02:05,38	02:07,32	02:03,72	02:05,38	02:01,78	00:03,60
	400	NL	04:44,40	04:36,70	04:34,07	04:26,37	04:29,22	04:21,52	04:25,34	04:17,64	00:07,70
	800	NL	09:52,83	09:36,93	09:28,66	09:12,76	09:18,63	09:02,73	09:10,92	08:55,02	00:15,90
	1500	NL	18:37,02	18:06,92	18:21,75	17:51,65	17:45,30	17:15,20	17:37,89	17:07,79	00:30,10
	50	D	00:32,42	00:30,92	00:31,21	00:29,71	00:30,98	00:29,48	00:30,12	00:28,62	00:01,50
	100	D	01:09,89	01:06,89	01:07,20	01:04,20	01:06,43	01:03,43	01:05,05	01:02,05	00:03,00
	200	D	02:32,15	02:25,25	02:26,22	02:19,32	02:24,75	02:17,85	02:21,38	02:14,48	00:06,90
	50	B	00:35,42	00:34,32	00:34,42	00:33,32	00:33,50	00:32,40	00:32,97	00:31,87	00:01,10
	100	B	01:18,79	01:16,29	01:16,61	01:14,11	01:14,17	01:11,67	01:12,70	01:10,20	00:02,50
	200	B	02:55,15	02:49,25	02:46,02	02:40,12	02:40,73	02:34,83	02:38,74	02:32,84	00:05,90
	50	P	00:29,79	00:29,09	00:29,19	00:28,49	00:28,39	00:27,69	00:28,01	00:27,31	00:00,70
	100	P	01:06,99	01:05,59	01:04,15	01:02,75	01:03,26	01:01,86	01:01,84	01:00,44	00:01,40
	200	P	02:30,49	02:27,19	02:26,31	02:23,01	02:22,76	02:19,46	02:19,78	02:16,48	00:03,30
	200	4N	02:30,77	02:26,67	02:27,96	02:23,86	02:24,00	02:19,90	02:22,31	02:18,21	00:04,10
400	4N	05:22,15	05:13,15	05:13,84	05:04,84	05:09,64	05:00,64	05:04,59	04:55,59	00:09,00	



## GRILLES TOUS BASSINS MEETING OUEST JEUNES

			11 ANS 2009	12 ANS 2008	13 ANS 2007
<b>FILLES</b>	<b>Epreuves</b>				
	50	NL	00:34,25	00:32,52	00:31,42
	100	NL	01:14,37	01:10,62	01:08,23
	200	NL	02:40,86	02:32,74	02:27,58
	400	NL	05:39,16	05:23,55	05:12,61
	800	NL	11:30,28	10:55,44	10:33,28
	1500	NL	23:07,16	21:57,17	21:12,63
	50	D	00:39,18	00:37,21	00:35,95
	100	D	01:24,00	01:19,77	01:17,07
	200	D	03:00,54	02:51,42	02:45,63
	50	B	00:43,91	00:41,70	00:40,29
	100	B	01:35,15	01:30,34	01:27,29
	200	B	03:25,45	03:15,09	03:08,49
	50	P	00:37,13	00:35,26	00:34,07
	100	P	01:23,02	01:18,83	01:16,16
	200	P	03:09,73	03:00,16	02:54,06
	200	4N	03:01,73	02:52,56	02:46,72
400	4N	06:29,26	06:09,62	05:57,12	
			<b>12 ans 2008</b>	<b>13 ANS 2007</b>	<b>14 ANS 2006</b>
<b>GARCONS</b>	<b>EPREUVES</b>				
	50	NL	00:31,17	00:29,51	00:28,24
	100	NL	01:09,22	01:04,59	01:01,80
	200	NL	02:30,80	02:20,71	02:14,64
	400	NL	05:21,15	04:59,63	04:46,73
	800	NL	11:09,09	10:24,28	09:57,40
	1500	NL	21:00,20	19:35,81	18:45,18
	50	D	00:36,45	00:34,23	00:32,55
	100	D	01:18,35	01:13,10	01:09,95
	200	D	02:49,86	02:38,49	02:31,66
	50	B	00:40,41	00:37,70	00:36,08
	100	B	01:27,86	01:21,97	01:18,44
	200	B	03:11,56	02:58,74	02:51,04
	50	P	00:34,57	00:32,25	00:30,86
	100	P	01:16,98	01:11,83	01:08,74
	200	P	02:55,81	02:44,03	02:36,97
	200	4N	02:51,29	02:39,82	02:32,94
400	4N	06:05,74	05:41,25	05:25,80	