

AQUACHALLENGE

dimanche 10 avril

- Matin : échauffement 08h30 début des épreuves 9h30 : natation course et sauvetage
- Après-midi : Échauffement 13h , début des épreuves 13h45 : Tournoi de Water polo

St Louis (DSL), référent Grégoire Birien

Catégorie : Poussins et benjamins

Règlement : Equipes de 6 nageurs de la même catégorie qui s'affrontent sur un relais natation course , puis une Épreuve individuelle de sauvetage , et enfin un Tournoi de Water - polo

- Natation course : 6X100 NL et 6X50 4N, les 4 nages doivent être nagées et deux autres au choix.

- Sauvetage : 25 m NL départ Plongé avec palmes et bouée-tube, puis retour un tractant un mannequin avec la bouée et les jambes .

L'addition de tous les temps des nageurs de l'équipe donne un classement à la table de cotation.

- Water-polo : 2 x 5 min par match sous forme de tournoi, par catégorie.

Classement : Coupe pour les 3 premières équipes par catégorie.