

# FEDERATION FRANCOPHONE BELGE DE NATATION

a.s.b.l.

## Avant - Programme

À soumettre au Secrétaire du District au moins deux mois avant la fête

**District du Hainaut**

**Rédigé le : 27 février 2023**

**Club organisateur : HELIOS**

affilié à la F.F.B.N.

**Jour, date et heure : lundi 1 mai 2023**

**Lieu : Piscine de l'HELIOS**

Rue de Montigny, 103

Fête par invitation.

**C.P. : 6000 Commune : Charleroi**

Fête organisée sous les règlements de la Fédération Francophone Belge de Natation  
Le programme sera établi en fonction des temps d'inscriptions

Inscriptions à envoyer chez : CARPIN Jean-François

**Jusqu'au : 23 avril 2023**

Mail : [jefcarpin@gmail.com](mailto:jefcarpin@gmail.com)

### Coupe du Hainaut : manche 3

N° de l'épreuve	Heure	Désignation de l'épreuve Distance, style, catégorie	Prix affectés à l'épreuve
	07h30	Ouverture des portes - Echauffements	
	07h45	Formation du Jury	
	08h30	Courses	
		Course 01 : 200m Brasse Messieurs (11 ans et +)	5x3
		Course 02 : 200m Brasse Dames (11 ans et +)	5x3
		Course 03 : 100m Papillon Messieurs (11 ans et +)	5x3
		Course 04 : 100m Papillon Dames (11 ans et +)	5x3
		Course 05 : 200m NL Messieurs (11 ans et +)	5x3
		Course 06 : 200m NL Dames (11 ans et +)	5x3
		Course 07 : 200m Dos Messieurs (11 ans et +)	5x3
		Course 08 : 200m Dos Dames (11 ans et +)	5x3
		Course 09 : 100m Brasse Messieurs (11 ans et +)	5x3
		Course 10 : 100m Brasse Dames (11 ans et +)	5x3
		Pause – échauffement (20 min.)	
		Course 11 : 1500m NL Messieurs (13 ans et +) 1 série	5x3
		Course 12 : 1500m NL Dames (13 ans et +) 1 série	5x3
		Course 13 : 800m NL Messieurs (11 ans et +) 1 série	5x3
		Course 14 : 800m NL Dames (11 ans et +) 1 série	5x3
		Pause de midi (01h00)	
		Course 15 : 100m Brasse canetons Mixte (8-9 ans)	4x3
		Course 16 : 100m Brasse canetons Mixte (10 ans)	2x3
		Course 17 : 400m NL Messieurs (11 ans et +) 5 séries	5x3
		Course 18 : 400m NL Dames (11 ans et +) 5 séries	5x3
		Course 19 : 100m NL canetons Mixte (8-9 ans)	4x3
		Course 20 : 100m NL canetons Mixte (10 ans)	2x3
		Course 21 : 200m 4N Messieurs (11 ans et +)	5x3
		Course 22 : 200m 4N Dames (11 ans et +)	5x3
		Course 23 : 100m Dos canetons Mixte (8-9 ans)	4x3
		Course 24 : 100m Dos canetons Mixte (10 ans)	2x3
		Pause – échauffement (20 min.)	
		Course 25 : 100m Dos Messieurs (11 ans et +)	5x3
		Course 26 : 100m Dos Dames (11 ans et +)	5x3
		Course 27 : 200m Papillon Messieurs (12 ans et +)	5x3

	Course 28 : 200m Papillon Dames (12 ans et +) Course 29 : 100m NL Messieurs (11 ans et +) Course 30 : 100m NL Dames (11 ans et +) Course 31 : 400m 4N Messieurs (13 ans et +)    1 série Course 32 : 400m 4N Dames (13 ans et +)        1 série	5x3 5x3 5x3 4x3 4x3
	<b>Médailles aux trois premiers en fonction des catégories : 8 ans – 9 ans – 10 ans – 11/12 ans – 13/14 ans – 15/16 ans – 17/18 ans – 19 ans et +</b> <b>Possibilité de nager à 2 par couloirs pour les 400m, 800m, 1500m NL</b> <b>Le timing sera établi en fonction du nombre de participants</b>  <b>Officiels, délégué et entraîneurs suivant les règlements de la FFBN et inscription via Meet Manager. Inscriptions par session (1 au matin, 1 après-midi)</b>  <b>Désistements pour le 30 avril à 8h30 dernier délais.</b>	

Piscine de 50 m, 8 couloirs, chronométrage électronique

Juge - Arbitre: DOYEN Nadège (CNT)  
 Starter : MIKUS Eric (BCSG)

Pour le district, Scieur Claude, le Secrétaire

**Approuvé par le District de Hainaut, le**

**Le Secrétaire, Scieur Claude**

