



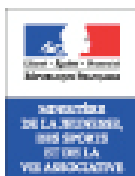
## EVOLUTION DU PROGRAMME SPORTIF

**Dimanche 13 mars 2016**

CANET EN ROUSSILLON

Interclubs 11 ans et moins 2<sup>ème</sup> plot

|  |                            |
|--|----------------------------|
| Echauffement : 14h00                     | début des épreuves : 15h00 |
| 4 x 50 x 4 nages filles 11 ans et moins  |                            |
| 4 x 50 x 4 nages garçons 11 ans et moins |                            |
| 4 x 50 nl nages filles 11 ans et moins   |                            |
| 4 x 50 nl garçons 11 ans et moins        |                            |
| <b>PAUSE 20 MN</b>                       |                            |
| 4 x 50 brasse filles 11 ans et moins     |                            |
| 4 x 50 brasse garçons 11 ans et moins    |                            |
| 4 x 50 papillon filles 11 ans et moins   |                            |
| 4 x 50 papillon garçons 11 ans et moins  |                            |



Maison des Sports



Rue Duguay Trouin – 66000 PERPIGNAN  
Tél. – Fax : 04 68 35 48 38

<http://pyreneesorientales.ffnatation.fr> - e-mail : [cdnatation.66@dbmail.com](mailto:cdnatation.66@dbmail.com)



**Dimanche 27 mars 2016**

CANET EN ROUSSILLON

Natathlon 11/12/13 ans 2ème plot Natathlon Nata- poussins 10 ans 2ème plot Minimes et +

|   |  |
|---|--|
| Echauffement:8h30<br>début des épreuves : 10h00 | Echauffement:14h00<br>début des épreuves : 15h00 |
| 50 nl filles 10 ans et moins                    | 50 brasse filles 10 ans et moins                 |
| 50 nl garçons 10 ans et moins                   | 50 brasse garçons 10 ans et moins                |
| 100 nl filles 11 ans                            | 100 brasse filles 11 ans                         |
| 100 nl garçons 11 ans                           | 100 brasse garçons 11 ans                        |
| 200 papillon filles 12/13 ans                   | 200 papillon garçons 12/13 ans                   |
| 100 nl garçons 12/13 ans                        | 100 nl filles 12/13 ans                          |
| 100 papillon filles minimes et +                | 100 papillon garçons minimes et +                |
| 100 nl garçon minimes et +                      | 100 nl filles minimes et +                       |
| 50 papillon filles 10 ans et moins              | 50 dos garçons 10 ans et moins                   |
| 50 papillon garçons 10 ans et moins             | 50 dos filles 10 ans et moins                    |
| 100 papillon filles 11 ans                      | 100 dos garçons 11 ans                           |
| 100 papillon garçons 11 ans                     | 100 dos filles 11 ans                            |
| 200 brasse filles 12/13 ans                     | 200 brasse garçons 12/13 ans                     |
| 100 dos garçons 12/13 ans                       | 100 dos filles 12/13 ans                         |
| 100 brasse fille minimes et +                   | 100 brasse garçon minimes et +                   |
| 100 dos garçons minimes et +                    | 100 dos filles minimes et +                      |
| 200 nl filles 10 ans et moins                   | 200 nl garçon minimes et +                       |
| 200 nl filles minimes et +                      | 400 nl garçons 11 ans                            |
| 400 nl filles 11 ans                            | 200 nl garçons 10 ans et moins                   |
| 800 nl filles 12/13 ans                         | 800 nl garçon 12/13 ans                          |

A chaque plot, les nageurs doivent nager un minimum de 3 épreuves dont le 200 nl pour les 10 ans et moins,  
le 400 nl pour les 11 ans.



Maison des Sports



Rue Duguay Trouin – 66000 PERPIGNAN  
Tél. – Fax : 04 68 35 48 38

<http://pyreneesorientales.ffnatation.fr> - e-mail : [cdnatation.66@dbmail.com](mailto:cdnatation.66@dbmail.com)



**Dimanche 17 avril 2016**

SAINT CYPRIEN

Natathlon 11/12/13 ans 3ème plot    Natathlon poussins 10 ans 3ème plot

|  |  |
|--|--|
| Echauffement:8h30<br>début des épreuves : 9h30 | Echauffement:14h00<br>début des épreuves : 15h00 |
| 100 nl filles 11 ans                           | 100 brasse filles 11 ans                         |
| 100 nl garçons 11 ans                          | 100 brasse garçons 11 ans                        |
| 50 papillon filles 10 ans et moins             | 50 brasse filles 10 ans et moins                 |
| 50 papillon garçons 10 ans et moins            | 50 brasse garçons 10 ans et moins                |
| 100 papillon filles 12/13 ans                  | 100 papillon garçons 12/13 ans                   |
| 400 x 4 nages garçons 12/13 ans                | 400 x 4 nages filles 12/13 ans                   |
| 100 papillon filles 11 ans                     | 100 dos garçons 11 ans                           |
| 100 papillon garçons 11 ans                    | 100 dos filles 11 ans                            |
| 50 dos filles 10 ans et moins                  | 50 nl garçons 10 ans et moins                    |
| 50 dos garçons 10 ans et moins                 | 50 nl filles 10 ans et moins                     |
| 200 dos filles 12/13 ans                       | 200 dos garçons 12/13 ans                        |
| 100 brasse garçons 12/13 ans                   | 100 brasse filles 12/13 ans                      |
| 200 nl filles 10 ans et moins                  | 200 nl garçons 10 ans et moins                   |
| 400 nl filles 11 ans                           | 400 nl garçons 11 ans                            |
| 200 nl garçons 12/13 ans                       | 200 nl filles 12/13 ans                          |

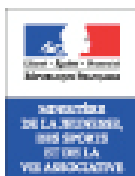
A chaque plot, les nageurs doivent nager un minimum de 3 épreuves dont le 200 nl pour les 10 ans et moins, le 400 nl pour les 11 ans.

### **PASS'COMPETITION NATATION COURSE**

**Samedi 7 mai 2016**

SAINT ESTEVE – 4<sup>ème</sup> animation Avenirs Poussins

Echauffement:17h30                      début des épreuves : 18h00



Maison des Sports



Rue Duguay Trouin – 66000 PERPIGNAN

Tél. – Fax : 04 68 35 48 38

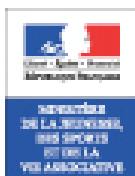
<http://pyreneesorientales.ffnatation.fr> - e-mail : [cdnatation.66@dbmail.com](mailto:cdnatation.66@dbmail.com)



**Samedi 7 mai 2016**

**CANET EN ROUSSILLON – Meeting Départemental des Maîtres  
Bassin 50m**

| <b>Echauffement: 15h</b> | <b>Début des épreuves : 16h</b> |
|--------------------------|---------------------------------|
| 200 NL Dames             |                                 |
| 200 NL Messieurs         |                                 |
| 50 Brasse Dames          |                                 |
| 50 Brasse Messieurs      |                                 |
| 50 Papillon Dames        |                                 |
| 50 Papillon Messieurs    |                                 |
| 50 Dos Dames             |                                 |
| 50 Dos Messieurs         |                                 |
| 50 NL Dames              |                                 |
| 50 NL Messieurs          |                                 |
| 100 Brasse Dames         |                                 |
| 100 Brasse Messieurs     |                                 |
| 100 Papillon Dames       |                                 |
| 100 Papillon Messieurs   |                                 |
| 100 Dos Dames            |                                 |
| 100 Dos Messieurs        |                                 |
| 100 NL Dames             |                                 |
| 100 NL Messieurs         |                                 |



Maison des Sports



Rue Duguay Trouin – 66000 PERPIGNAN  
Tél. – Fax : 04 68 35 48 38

<http://pyreneesorientales.ffnatation.fr> - e-mail : [cdnatation.66@dbmail.com](mailto:cdnatation.66@dbmail.com)



## Dimanche 29 mai 2016

CANET EN ROUSSILLON

Natathlon 11/12/13 ans 4ème plot Minimes et +

|   |  |
|---|--|
| Echauffement:9h30<br>début des épreuves : 10h30 | Echauffement:14h00<br>début des épreuves : 15h00 |
| 100 nl filles 11 ans                            | 100 brasse garçons 11 ans                        |
| 100 nl garçons 11 ans                           | 100 brasse filles 11 ans                         |
| 200 papillon filles 12/13 ans                   | 200 papillon garçons 12/13 ans                   |
| 100 nl garçons 12/13 ans                        | 100 nl filles 12/13 ans                          |
| 200 papillon filles minimes et +                | 200 papillon garçon minimes et+                  |
| 100 nl garçons minimes et +                     | 100 nl filles minimes et +                       |
| 100 papillon filles 11 ans                      | 100 dos garçons 11 ans                           |
| 100 papillon garçons 11 ans                     | 100 dos filles 11 ans                            |
| 200 brasse filles 12/13 ans                     | 200 brasse garçons 12/13 ans                     |
| 100 dos garçons 12/13 ans                       | 100 dos filles 12/13 ans                         |
| 200 brasse filles minimes et +                  | 200 brasse garçons minimes et +                  |
| 100 dos garçons minimes et +                    | 100 dos filles minimes et +                      |
| 400 nl filles 11 ans                            | 400 nl garçons 11 ans                            |
| 800 nl garçons 12/13 ans                        | 800 nl filles 12/13 ans                          |
| 800 nl garçons minimes et +                     | 800 nl filles minimes et +                       |

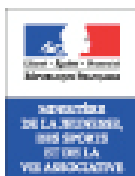
## 8 et 9 juin 2016

CANET EN ROUSSILLON

Meeting MARE NOSTRUM

## 23/26 juin 2016

Championnats de France des Maîtres



Maison des Sports



Rue Duguay Trouin – 66000 PERPIGNAN

Tél. – Fax : 04 68 35 48 38

<http://pyreneesorientales.ffnatation.fr> - e-mail : [cdnatation.66@dbmail.com](mailto:cdnatation.66@dbmail.com)



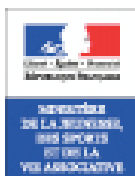
**3 juillet 2016**

THUIR –

CHALLENGE DES ASPRES 12/13 ans et 14ans et +

|   |  |
|---|--|
| Echauffement: 8h30<br>début des épreuves : 9h30 | Echauffement:14h00<br>début des épreuves : 15h00 |
| 4 X 50 4 N filles                               | 50 papillon garçons                              |
| 4X 50 4N garçons                                | 50 papillon filles                               |
| 100 NL filles                                   | 50 NL garçons                                    |
| 100 NL garçons                                  | 50 NL filles                                     |
| 50 brasse filles                                | 100 brasse garçon                                |
| 50 brasse garçons                               | 100 brasse fille                                 |
| 50 dos filles                                   | 100 dos garçons                                  |
| 50 dos garçons                                  | 100 dos filles                                   |
| 100 papillon filles                             | 4 X 50 NL garçons                                |
| 100 papillon garçons                            | 4X 50 NL filles                                  |
| 200 NL filles                                   |  |
| 200 NL garçons                                  |  |

8 au 18 JUILLET Canet en Roussillon  
Championnats de France Nationale II



Maison des Sports



Rue Duguay Trouin – 66000 PERPIGNAN  
Tél. – Fax : 04 68 35 48 38

<http://pyreneesorientales.ffnatation.fr> - e-mail : [cdnatation.66@dbmail.com](mailto:cdnatation.66@dbmail.com)