



Les 9 et 10 novembre, se dérouleront les éliminatoires régionales des Championnats Nationaux Interclubs toutes catégories. Les meilleures équipes de la région se mesureront à Paris, les autres dans leur poule géographique.

Véritable fête de la natation hexagonale, cette compétition par équipe est l'occasion pour chacun de tester son état de forme du début de saison et pour le club de mettre en avant son potentiel collectif.

Dates	Samedi	Dimanche
Lieu	Piscine Montbauron (6x 25m) 7 rue Léon Gatin 78000 Versailles	
Horaires	Rendez-vous: 13h30	Rendez-vous: 13h45
Programme	Relais 10x50NL dames/messieurs, Entracte (course des remplaçants), 100D dames, 200D messieurs 100B dames, 200B messieurs, 100NL dames, 400NL messieurs, 100P dames, 200P messieurs, 1004N dames, 2004N messieurs, Entracte 15' Relais 4x 100NL dames/messieurs	Relais 4x 200NL dames/messieurs 200D dames, 100D messieurs, 200B dames, 100B messieurs, 400NL dames, 100NL messieurs, 200P dames, 100P messieurs, 2004N dames, 1004N messieurs Entracte 15', Relais 4x1004N dames/messieurs
Divers	Compétition par équipe de 10, chaque nageur participant obligatoirement au relais 10x 50NL (samedi) et une course individuelle (samedi ou dimanche) et éventuellement aux autres relais (4x 100NL, 4x 200NL et 4x 1004N).	
	L'attribution des équipes et des épreuves individuelles vous seront communiquées prochainement. Elles pourront évoluer jusqu'au dernier moment (samedi avant le départ du relais 10x50NL).	
	Validation du pass'compétition nécessaire pour les nageurs nés en 2004 et 2005.	
Participation	Merci de confirmer votre participation par mail auprès de Jean-Marc Rimaud jmarcrimaud@gmail.com et du secrétariat de la snv contact@snversailles.fr	
	Obligatoire (disponibilité sur les deux jours) pour les nageurs des groupes compétition (titulaires ou remplaçants).	

Précisions

Les Interclubs se disputent par équipe de 10 nageurs

Chaque équipe doit présenter un nageur différent sur chacune des épreuves individuelles (10 réparties sur les 2 jours).
participer aux relais (4 au programme répartis sur les 2 jours)

10x 50m Nage Libre le samedi (tous les nageurs sont concernés)

4x 100m Nage Libre le samedi (4 nageurs sont concernés)

4x 200m Nage Libre le dimanche (4 nageurs sont concernés)

4x 100m 4 nages le dimanche (4 nageurs sont concernés)

A noter: l'absence ou l'abandon d'un seul nageur annule les performances de son équipe.

Composition d'équipe et attribution des épreuves

L'appartenance à une équipe, la répartition dans les relais et l'attribution des épreuves individuelles (décidées par l'équipe des entraîneurs) vous seront accessibles sur le site de la snv et/ou affichage piscine. Elles pourront évoluer jusqu'au dernier moment (samedi avant le départ du 10x 50NL).

Merci donc de vous tenir informé en consultant régulièrement les actualisations des engagements (piscine et site internet). Notez bien le numéro de votre équipe et le nom de votre capitaine.

À compléter et actualiser

Equipe			Capitaine		
Epreuves	Samedi			Dimanche	
Relais	10x 50NL	x (obligatoire pour tous)		4x 200NL	
	4x 100NL			4x1004N	
Individuelle					

Confirmation de participation

Merci de bien vouloir (re)confirmer impérativement votre participation par mail auprès de Jean-Marc Rimaud jmarcrimaud@gmail.com et du secrétariat de la snv contact@snversailles.fr

Complément d'information

Capitaine d'équipe

Un capitaine sera désigné dans chaque équipe. Il aura pour mission d'encadrer et gérer ses coéquipiers durant la compétition.

Merci de rester attentif et de respecter ses consignes.

Rendez-vous

Merci d'être particulièrement **ponctuel**.

Le rendez vous aura lieu dans l'espace/couloir situé en haut des escalier (à droite en entrant par le hall d'accueil).

Les capitaines d'équipe vous y attendront sous leur numéro d'équipe.

Faites vous émarger et rester disponible auprès d'eux.

Lorsque votre capitaine vous y invite accédez aux vestiaires collectifs (ne rien y laisser de valeur). Rejoignez ensuite votre équipe (emplacement signalé par un ballon numéroté).

Pendant la compétition

Restez attentif aux consignes de votre capitaine ainsi qu'aux informations transmises par le speaker et/ou secrétariat.

Soyez particulièrement **vigilant lors des départs** (nage individuelles et prise de relais), ainsi que lors **des virages et arrivées** (Si vous avez un doute sur la réglementation n'hésitez pas à le signaler) afin de limiter au mieux les risques de disqualification.

Ne quittez le bassin qu'avec l'autorisation de votre capitaine.

Remplaçants

Leur **présence est indispensable**, elle permettra en cas d'absence de titulaires de compléter les équipes ou de participer à la course des remplaçants pendant l'entracte (juste après les séries du relais 10x 50NL).

Merci lors de votre arrivée samedi de vous présenter **au responsable des Remplaçants** (pancarte R) qui s'occupera de vous pendant la compétition.

Deux possibilités:

1. Remplacer un absent et devenir titulaire d'une équipe. Dans ce cas vous participerez au relais 10x 50NL (le samedi) ainsi qu'à une épreuve individuelle du programme (le samedi ou le dimanche).
2. Rester remplaçant. Dans ce cas il vous sera possible d'effectuer une épreuve au choix lors de la course des remplaçants (le samedi pendant l'entracte après le relais 10x 50NL).

Spectateurs

Ils sont les bienvenus. Ils pourront accéder (**sans chaussures**) à la partie supérieure des tribunes.

Divers

Nous accueillerons comme chaque année des équipes extérieures.

