



**Embourg Natation** a.s.b.l.  
Au Chession, 8 – 4053 Embourg



## **INVITATION CHALLENGE DEMI-FOND 2020**

Embourg Natation a le plaisir de vous inviter à son Challenge demi-fond 2020.

Dates : 12/01/2020

Lieu : Piscine communale d'Embourg – Au Chession, 8 4053 Embourg

Programme :

Echauffement : 14h00  
1ere course: 15h00

01- 800m NL Dames	- 08 et avant
02- 1500 NL Messieurs	- 08 et avant
03- 400 NL Dames	- 04 et avant
04- 400 NL Messieurs	- 04 et avant

**Pause 30'**

05- 400 4 NAGES Dames	- 08 et avant
06-400m 4 NAGES Messieurs	- 08 et avant

**Pause 15'**

07- 4 X 200 NL Dames open
08- 4 X 200 NL Messieurs open

Inscriptions :

Les inscriptions doivent être envoyées à Olivier Haquet pour le 04/01/2019 au plus tard.

Adresse mail : [embourg@ffbn.be](mailto:embourg@ffbn.be) – [olihaquet@gmail.com](mailto:olihaquet@gmail.com)

Gsm : 0491/152 133





# **Embourg Natation** a.s.b.l.

Au Chession, 8 – 4053 Embourg



Inscriptions via fichier «.lxf» Team Manager pour les clubs Belges.  
Pour les clubs étrangers possibilités via «pce 3 (FRA)»; «DSV 5/6 (GER)» «.xls»;  
«.doc»; «.odt».

Infos nécessaires:

Nom  
Prénom  
Fille / Garçon  
Date de naissance complète  
Numéro de course  
Intitulé de course  
Temps d'inscription

Montant des inscriptions :

0€

Suivez nous sur :

<https://www.embourg.club/>

et

<https://www.facebook.com/embourgnat/>

et

<https://www.facebook.com/Perron.team/>





# Embourg Natation a.s.b.l.

Au Chession, 8 – 4053 Embourg



## Règlement :

Dispositions spéciales pour les 400m -800m -1500m Nage Libre :

Il est permis de nager à deux par couloir sur ces trois distances lors d'une compétition officielle. Excepté pour une FINALE et/ou série la plus rapide.

EN CE QUI CONCERNE LES 400m Nage Libre : il est permis de nager à 2 par couloir pour autant qu'il y ait un minimum de 5 séries Conditions :

- Largeur des couloirs, minimum de 2m. (la largeur des couloirs sera indiquée dans l'avant programme)
- Occupation de tous les couloirs pour autant qu'ils aient tous 2m de large au minimum.
- le club organisateur voulant faire nager à 2 par couloir devra l'annoncer dans son avant programme approuvé par son district et ne pourra plus changer d'avis une fois celui-ci approuvé.
- chaque nageur sera chronométré par un officiel différent (soit 2 chronos par couloir)
- chaque couloir devra également disposer de 2 jeux de plaques annonçant le nombre de longueurs à nager (pour les 800 & 1500m) Celles-ci doivent être tournées par des personnes différentes qui ne doivent pas être des officiels. 2 par couloir
- 2 départs séparés
- filles et garçons séparés
- Départs : procédure et timing : géré par le Juge Arbitre

## Prix :

Le challenge est calculé suivant les points apportés par chaque nageur pour chaque course. Les points sont rapportés suivant le classement par catégorie :

- 1 = 5 points
- 2 = 4 points
- 3 = 3 points
- 4 = 2 points
- 5 = 1 point

Les trois premiers clubs, au terme de la compétition, seront récompensés.

Les trois premiers nageurs par catégorie et pour chaque course seront médaillés.





**Embourg Natation** a.s.b.l.  
Au Chession, 8 – 4053 Embourg



Prochaines organisations :

- Challenge masters Jean-Baptiste Evrard : 07/03/2020 et 08/03/2020
- Eurometing Embourg : 16/05/2019 et 17/05/2019
- Challenge des espoirs (non licenciés): juin2020
- Nocturne 200 : 22/07/2020

