

# DIMANCHE 19 OCTOBRE 2025

Piscine le Dôme Avenue Charles de Gaulle 02000 Laon

fclaon.natation@gmail.com  
06.64.44.33.47

OUVERTURE DES PORTES 13H00  
DEBUT DES EPREUVES 14H00

CATEGORIES  
2014 ET AVANT



F.C.LAON  
NATATION

GENERAL  
CONSEIL  
L' AISNE

MEETING  
DE RENTREE

EDITION 3

# 4 NAGES

400m 4NAGES - 200m 4NAGES - 100m 4NAGES

relais 4x50m 4NAGES mixte



# REGLEMENT

## MEETING 4 NAGES

### Les Catégories :

**Avenirs : 2014**

**Benjamins 1 : 2013**

**Benjamins 2 : 2012**

**Juniors 1 : 2011**

**Juniors 2 et 3 : 2010-2009**

**Juniors 4 et + : 2008 et avant**

### ENGAGEMENTS EXTRANAT :

**DU JEUDI 02 OCTOBRE 2025**

**AU JEUDI 16 OCTOBRE 2025**

### FRAIS D'ENGAGEMENT :

**4 € / épreuve**

*(majoration : 5€/engagement sur place)*

**2 € / relais**

**La présence de vos officiels**  
**est primordiale !**

**Règlement FINA / Plot Pékin**

**Médailles / catégories**

**Trophée meilleur(e)s**

**4 nageuses / 4 nageurs T.C.**

**sur l'ensemble des 3 courses**

### PROGRAMME

**400m 4 Nages D / M**

*pause \*(récompenses + récupération)*

**200m 4 Nages D / M**

*pause \*(récompenses + récupération)*

**100m 4 Nages D / M**

*pause \*(récompenses + récupération)*

**RELAIS 4 x 50m 4 NAGES MIXTE**

*\*Durée des pauses en fonction du nombre d'engagement  
et durée complète de la compétition*

# LIGUE LAONN AISENNAISE DE NATATION

