

PROGRAMME

VENDREDI 6 MARS 2026

D.E : 8h30 - ouverture du bassin : 7h		
50 Dos	D. & M.	Séries
50 Nage libre	D. & M.	Séries
100 Brasse	D. & M.	Séries
200 Papillon	D. & M.	Séries
200 Nage libre	D. & M.	Séries
1500 Nage libre	D. & M.	Séries lentes

D.E : 16h30 - ouverture du bassin : 15h		
1500 Nage libre	D. & M.	Séries rapides
50 Dos	D. & M.	½ Finales U15, 16/17 et 18+
50 Nage libre	D. & M.	½ Finales U15, 16/17 et 18+
100 Brasse	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
200 Papillon	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
200 Nage libre	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
50 Dos	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
50 Nage libre	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
4x100 Nage libre	D. & M.	Séries

SAMEDI 7 MARS 2026

D.E : 8h30 - ouverture du bassin : 7h		
100 Papillon	D. & M.	Séries
200 4 Nages	D. & M.	Séries
50 Brasse	D. & M.	Séries
200 Dos	D. & M.	Séries
400 Nage libre	D. & M.	Séries lentes

D.E : 16h30 - ouverture du bassin : 15h		
400 Nage libre	D. & M.	Séries rapides
50 Brasse	D. & M.	½ Finales U15, 16/17 et 18+
100 Papillon	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
200 4 Nages	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
200 Dos	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
50 Brasse	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
4x200 Nage libre	D. & M.	Séries

DIMANCHE 8 MARS 2026

D.E : 8h30 - ouverture du bassin : 7h		
50 Papillon	D. & M.	Séries
200 Brasse	D. & M.	Séries
100 Dos	D. & M.	Séries
400 4 Nages	D. & M.	Séries lentes
100 Nage libre	D. & M.	Séries
800 Nage libre	D. & M.	Séries lentes

D.E : 15h30 - ouverture du bassin : 14h		
800 Nage libre	D. & M.	Séries rapides
50 Papillon	D. & M.	½ Finales U15, 16/17 et 18+
200 Brasse	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
100 Dos	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
400 4 Nages	D. & M.	Séries rapides
100 Nage libre	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
50 Papillon	D. & M.	Finales A U15, 16/17 et 18+
4x100 4 Nages	D. & M.	Séries

D. & M. : Dames & Messieurs - **D.E** : Départ des Épreuves -
U15 : 15 ans et moins - **16-17** : 16-17 ans - **18+** : 18 ans et +

RÈGLEMENT

DROIT D'ENGAGEMENT

- **Pas de frais de dossier**
- Épreuves individuelles : 9 euros
- Date limite d'engagements : 2 mars 2026
- Les engagements sont à faire sur **extranat.fr**
- Règlements des engagements par chèque ou virement à l'ordre du **Cercle Paul Bert**
- Nombre limite d'engagements : **600 nageurs**

FORFAITS

Déclarés après le début de la compétition : **pénalité de 5 euros**

RÈGLEMENT

- Pour s'engager dans une épreuve, le nageur doit avoir réalisé un temps de la grille durant la saison sportive en cours ou la saison N-1. La compétition est ouverte aux benjamins réalisant les temps de la grille de temps U14.
- Courses complémentaires : jusqu'à 2 autorisées uniquement sur 50,100 et 200m
- La recherche de performance sera effectuée en bassin de 50m puis en bassin de 25m (grille de conversion). Si un temps de 25m est retenu, il sera converti en 50m selon la table fédéral.
- Les épreuves se dérouleront selon les règlements de la FINA.
- Les séries seront nagées toutes catégories confondues. Pour les épreuves de 400 NL, 400 4 Nages, 800 NL et 1500 NL, les séries lentes seront nagées le matin et une série rapide en finale l'après-midi.

JURY

Chaque club ou sélection est tenu de présenter au moins 1 officiel pour le bon déroulement de la compétition. La non présentation d'un officiel entraînera une amende forfaitaire de 50€ par journée de compétition.

GRILLE DE TEMPS

50M

Dames Temps limites					Épreuves	Messieurs Temps limites				
U14	U15	U16	U17	U18 +		U18 +	U17	U16	U15	U14
00:32,1	00:31,3	00:30,8	00:30,10	00:30,0	50 NL	00:26,40	00:27;1	00:28,00	00:30,1	00:31,8
01:10,3	01:08,3	01:07,2	01:05,5	01:04,5	100 NL	00:57,4	00:59,3	01:01,3	01:06,2	01:10,5
02:35,1	02:28,6	02:26,0	02:24,9	02:23,9	200 NL	02:08,0	02:12,0	02:16,0	02:18,0	02:27,0
05:30,0	05:15,0	05:10,0	05:05,0	05:03,8	400 NL	04:31,0	04:50,0	05:00,0	05:07,0	05:20,0
11:00,0	10:50,0	10:40,0	10:30,0	10:26,9	800 NL	09:15,0	09:45,0	10:00,0	10:10,0	10:40,0
20:15,0	20:00,0	19:45,0	19:30,0	19:26,7	1500 NL	17:45,0	18:15,0	18:40,0	19:00,0	20:05,0
00:38,1	00:37,0	00:36,3	00:35,8	00:35,0	50 Dos	00:32,5	00:33,2	00:34,0	00:35,0	00:37,5
01:26,2	01:19,8	01:18,6	01:17,7	01:16,9	100 Dos	01:10,3	01:12,4	01:14,0	01:16,0	01:25,0
02:58,0	02:50,0	02:48,0	02:45,0	02:43,8	200 Dos	02:31,0	02:36,0	02:40,0	02:45,0	02:57,0
00:43,2	00:42,0	00:41,3	00:41,0	00:40,2	50 Bra	00:35,0	00:36,4	00:38,0	00:40,0	00:43,0
01:34,5	01:31,0	01:30,0	01:29,0	01:28,9	100 Bra	01:19,3	01:23,0	01:25,0	01:28,0	01:34,0
03:23,1	03:15,0	03:10,0	03:07,0	03:05,7	200 Bra	02:50,0	02:55,0	03:00,0	03:10,0	03:22,9
00:35,5	00:34,0	00:33,5	00:33,0	00:32,2	50 Pap	00:28,5	00:29,4	00:30,5	00:32,0	00:35,0
01:25,0	01:22,0	01:20,0	01:18,0	01:17,1	100 Pap	01:07,0	01:10,0	01:12,5	01:15,0	01:24,5
03:12,5	02:55,0	02:50,0	02:45,0	02:43,9	200 Pap	02:30,0	02:37,0	02:45,0	02:55,0	03:12,0
02:53,4	02:49,0	02:47,0	02:44,0	02:42,9	200 4n	02:28,0	02:39,0	02:44,0	02:44,0	02:52,9
06:12,3	05:55,0	05:45,0	05:35,0	05:32,9	400 4n	05:25,0	05:35,0	05:40,0	05:55,0	06:11,5

CONTACTS —

Cercle Paul Bert Natation

12 Boulevard Albert 1er
35200, RENNES

02.99.31.71.17 / 06.58.81.71.89

quentin.courcelle@cerclepaulbert.asso.fr

Informations

PARTENAIRE

Del Arte vous offre **-20%** sur l'addition !

Découvrez les restaurants basés à :

Route de Lorient

06.08.60.98.95

Pacé

02.99.85.57.45

Saint-Grégoire

02.99.23.11.11

Profitez également du **menu sportif** sur demande