

Record provincial – Battements de jambes

Depuis plusieurs années, les meilleurs nageurs au monde ont tous un point en commun : un excellent battement de jambes.

Cette saison encore, nous poursuivons la collecte de données pour des distances de 50m (tous), 100m (tous), 200m (10 ans et moins) et de 400m (11 ans et plus) battements de jambes style libre ou brasse afin d'établir ce que représente, par exemple, un excellent temps au 50m pour un nageur de 12 ans.

Mises à jour des records pour la saison 2017-2018.

Vous avez JUSQU'À la date indiquée pour faire le test. L'âge du nageur est déterminé par l'âge qu'il aura à la date limite du dépôt des résultats.

1. 15 décembre 2017 (vous avez jusqu'au 18 décembre pour envoyer vos résultats)
2. 30 mars 2018 (vous avez jusqu'au 6 avril pour envoyer vos résultats)
3. 15 juin 2018 (vous avez jusqu'au 22 juin pour envoyer vos résultats)

Toutes les inscriptions devront être effectuées à l'aide du logiciel SPLASH Team Manager et déposées via le site web natation.ca avant les dates limites mentionnées ci-haut.

Récompenses

Tous les athlètes qui auront établi un record de temps de leurs catégories d'âge, recevront un casque de bain " Record de battements de jambes".

Procédures à suivre :

- Départ dans l'eau, avec une main sur le mur
- Aucun mouvement de bras n'est toléré durant l'épreuve (y compris à l'approche du mur);
- Battements de jambes ***crawl ou brasse*** avec planche (tuba permis)
- Le temps s'arrête quand la main touche le mur.

Épreuves:

Épreuves	10 ans et moins	11 ans et plus
1	50 m battement de jambes libre	50m battement de jambes libre
2	100m battement de jambes libre	100m battement de jambes libre
3 - 4	200m battement de jambes libre	400m battement de jambes libre

Pour toutes autres questions ou renseignements supplémentaires, svp vous adresser à Jocelyn Boileau, jboileau@fnq.qc.ca ou 514-252-3200#9