



## LIGUE DE DÉVELOPPEMENT RÉGIONALE ANSLSL REGIONAL DEVELOPMENT LEAGUE

### 🍀 Session 1 🍀

<b>Échauffement/Warm-up</b>	<b>7h00</b>	<b>Début/Start</b>	<b>8h00</b>
-----------------------------	-------------	--------------------	-------------

<b>Épreuves</b>		<b>Groupe d'âge</b>
2 3	100m libre	9 - 10 ans 11 ans et plus
5 6	50m dos	9 - 10 ans 11 ans et plus
7 8	50m brasse	9 - 10 ans 11 ans et plus
10 11	50m papillon	9 - 10 ans 11 ans et plus
12 13	200m QNI	9 - 10 ans 11 ans et plus
15 16	400m libre**	9 - 10 ans 11 ans et plus

### 🍀 Session 2 🍀

<b>Échauffement/Warm-up</b>	<b>12h00</b>	<b>Début/Start</b>	<b>13h00</b>
-----------------------------	--------------	--------------------	--------------

<b>Épreuves</b>		<b>Groupe d'âge</b>
1	50m libre	8 ans et moins
4	50m dos	8 ans et moins
9	50m brasse	8 ans et moins
14	25m papillon	8 ans et moins
17	100m QNI	8 ans et moins
20	200m libre*	8 ans et moins

**\*Temps de qualification/Minimum time standard: 4 :00.00**

**\*\*Temps de qualification/Minimum time standard: 7 :35.00**

**Seulement UNE épreuve de longue distance peut être nagée (100m QNI, ou 200m QNI, 200m ou 400m libre)**