

# 7<sup>e</sup> meeting national des maîtres du Gard



## NÎMES

### Samedi 2 mai 2020

Piscine NEMAUSA, 120, rue de la Bouvine NÎMES

Engagement individuel : 6 €    Relais : 9 €

Ouverture des portes : 8 h 30 et 13 h 30

Piscine 50 m, 10 couloirs, chronométrage électronique



# Le Nautic Club Nîmois vous souhaite la bienvenue

**1<sup>e</sup> réunion** échauffement 8 h 30 début 9 h30

**Relais 4 x 50 m nage libre (D, M, Mix)**

**Relais 4 x 50 m 4 nages (D, M, Mix)**

**100 m nage libre**

**100 m papillon**

**200 m brasse**

**200 m dos**

**50 m nage libre**

**50 m papillon**

**400 m 4 nages**

**Relais 4 x 100 m nage libre (D, M, Mix)**

**2<sup>e</sup> réunion** échauffement 13 h 30 début 14 h30

**Relais 4 x 100 m 4 nages (D, M, Mix)**

**50 m brasse**

**50 m dos**

**200 m nage libre**

**200 m papillon**

**100 m brasse**

**100 m dos**

**400 m nage libre**

**200 m 4 nages**

**Relais 4 x 200 m nage libre (D, M, Mix)**