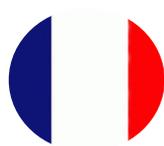


# GUIDE 2022

*Mare Nostrum Swimming Tour*

MONACO

2022



FRANÇAIS





# MARE NOSTRUM 2022

Monaco

*21 - 22 Mai*

Barcelone

*25 - 26 Mai*

Canet-en-Roussillon

*28 - 29 Mai*



# INDEX

Informations techniques	6
Hébergement, Transport & Restauration	17
Comité d'organisation	18
Page <b>ORANGE</b> : Demande de contrôle anti-dopage	21
Page <b>JAUNE</b> : Autorisation de Contrôle de dopage	23
Page <b>ROUGE</b> : Contestation	25
Page <b>BLEUE</b> : Engagements de dernières minutes	27
Page <b>ROSE</b> : Forfaits séries	29
Page <b>VERTE</b> : Forfaits finales	31
Zone Wifi	32
Retrouvez-nous	33

# INFORMATIONS TECHNIQUES

## HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT

	Matin	Après-midi
Mercredi	Fermé	Fermé (sur demande)
Jeudi	8h00-12h00	14h00-20h00
Vendredi	8h00-12h00	14h00-20h00
Samedi	7h00-8h50	14h00-15h20 16h00-16h25
Dimanche	7h00-8h50	14h00-15h20 16h00-16h25
Lundi	Fermé (sur demande)	

## NAVETTES

	Hotel Novotel	Piscine	Hotel Novotel	Piscine
Vendredi	8h00 9h00	10h30 11h30	14h00 15h30 16h00 16h30	17h00 18h30 19h00 19h30 20h00
Samedi	6h50 7h15 7h40	11h30 12h00 12h30	13h50 14h20 14h45 15h10	18h30 19h00 19h30
Dimanche	6h50 7h15 7h40	11h15 11h45 12h15	13h50 14h20 14h45 15h10	18h45 19h15 19h45

# Mare Nostrum Monaco 21<sup>st</sup> - 22<sup>nd</sup> of May 2022



Limit entry times must be accomplished in a 50 m pool.  
Les temps d'engagement doivent être réalisés en bassin de 50 m.

**Friday 20<sup>th</sup> of May : 6:30 PM** – Deadline for Saturday morning heats withdrawals.  
**Vendredi 20 Mai : 18h30** - Heure limite de déclaration des forfaits pour les séries du Samedi matin.

## Saturday 21<sup>st</sup> of May

9:00 AM / 9h00 - Heats	
200 m Breaststroke	Men 2:21.72
100 m Breaststroke	Women 1:13.76
100 m Freestyle	Men 52.32
200 m Freestyle	Women 2:05.93
200 m Butterfly	Men 2:05.03
100 m Butterfly	Women 1:03.44
100 m Backstroke	Men 58.90
200 m Backstroke	Women 2:20.95
200 m Ind. Medley	Men 2:09.13
400 m Freestyle *	Men 4:02.90
400 m Ind. Medley *	Women 5:00.79

### 11:00 AM / 11h00 – Heats : Qualification of the 16 best times

50 m Butterfly	Men : 26.19	Women : 29.42
50 m Backstroke	Men : 29.26	Women : 31.58
50 m Breaststroke	Men : 30.53	Women : 34.81
50 m Freestyle	Men : 24.90	Women : 28.22

## 3:30 PM / 15h30 - B Finals

### 4:30 PM / 16h30 - Eighth Finals : Qualification of the 8 best times

50 m Butterfly	Men & Women
50 m Backstroke	Men & Women
50 m Breaststroke	Men & Women
50 m Freestyle	Men & Women

## 5:00 PM / 17h00 - A Finals

400 m Freestyle*	Men	*Fast heats
400 m Ind. Medley*	Women	*Séries rapides
200 m Breaststroke	Men	
100 m Breaststroke	Women	
100 m Freestyle	Men	
200 m Freestyle	Women	
200 m Butterfly	Men	
100 m Butterfly	Women	
100 m Backstroke	Men	
200 m Backstroke	Women	
200 m Ind. Medley	Men	

6:30 PM : Deadline for Sunday morning heats withdrawals.

18h30 : Heure limite de déclaration des forfaits pour les séries du Dimanche matin.

### 6:20 PM / 18h20 – Quarter Finals : Qualification of the 4 best time

50 m Butterfly	Men & Women
50 m Backstroke	Men & Women
50 m Breaststroke	Men & Women
50 m Freestyle	Men & Women

## Sunday 22<sup>nd</sup> of May

9:00 AM / 9h00 - Heats		*Slow heats
400 m Ind. Medley*	Men 4:35.75	*Séries Lentes
400 m Freestyle*	Women 4:24.19	
100 m Butterfly	Men 56.53	
200 m Butterfly	Women 2:18.92	
200 m Backstroke	Men 2:07.54	
100 m Backstroke	Women 1:06.01	
100 m Breaststroke	Men 1:05.57	
200 m Breaststroke	Women 2:37.65	
200 m Freestyle	Men 1:54.26	
100 m Freestyle	Women 58.68	
200 m Ind. Medley	Women 2:22.55	

## 3:30 PM / 15h30 - B Finals

### 4:30 PM / 16h30 – Semi Finals : Qualification of the 2 best times

50 m Butterfly	Men & Women
50 m Backstroke	Men & Women
50 m Breaststroke	Men & Women
50 m Freestyle	Men & Women

## 5:00 PM / 17h00 - A Finals

400 m Ind. Medley*	Men	*Fast heats
400 m Freestyle*	Women	*Séries rapides
100 m Butterfly	Men	
200 m Butterfly	Women	
200 m Backstroke	Men	
100 m Backstroke	Women	
100 m Breaststroke	Men	
200 m Breaststroke	Women	
200 m Freestyle	Men	
100 m Freestyle	Women	
200 m Ind. Medley	Women	

## 6:20 PM / 18h20 - Finals "DUELS"

50 m Butterfly	Men & Women
50 m Backstroke	Men & Women
50 m Breaststroke	Men & Women
50 m Freestyle	Men & Women

Fine for undecleared withdrawal : 15€. Withdrawal for the finals, at the latest 30 minutes after the announcement of the qualifiers by the speaker.

Amende pour forfait non déclaré : 15€. Forfait pour les finales, au plus tard 30 minutes après l'annonce des qualifiés par le speaker.

The number of entries will not exceed 10 heats for 100m, 8 heats for 200m, 3 heats for 400m.

Le nombre d'engagés ne pourra pas dépasser 10 séries au 100m, 8 séries au 200m, 3 séries au 400m.

# PROGRAMME

## VENDREDI 20 MAI

**18h30 - Réunion technique et heure limite des forfaits.**

Responsable du jury: M. Cédric AIRAUD

Juge Arbitre FINA: M. Alain PRIET

Starter FINA: M. Guy HORWITZ

## SAMEDI 21 MAI

07h00 Ouverture de la piscine.  
07h00 Echauffement.  
08h00 Ouverture des tribunes.  
08h50 Evacuation du bassin.  
08h50 Défilé des drapeaux, présentation et mise en place du Jury - Son et Lumières.  
09h00 Début des épreuves.  
12h00 Fin des épreuves.  
12h00 Limite de remise des forfaits pour finales de l'après-midi.  
12h15 Evacuation du bassin.  
12h30 Fermeture des tribunes, vestiaires, bassin au public et aux nageurs.  
14h00 Echauffement.  
15h00 Ouverture des tribunes.  
15h20 Evacuation du bassin.  
15h20 Défilé des drapeaux, présentation et mise en place du jury.  
15h30 Finales B début des épreuves.  
16h25 Evacuation du bassin.  
16h30 Tournoi de vitesse.  
17h00 Finales A.  
18h00 Limite de remise de forfaits pour les séries de dimanche.  
18h20 Tournoi de vitesse.  
19h00 Fin des épreuves.  
19h15 Remise des records du Meeting et Mare Nostrum.  
19h30 Fermeture des tribunes, vestiaires, bassin au public et aux nageurs.

## DIMANCHE 22 MAI

08h00 Ouverture de la piscine.  
08h00 Echauffement.  
09h00 Ouverture des tribunes.  
09h50 Evacuation du bassin.  
09h50 Défilé des drapeaux, présentation et mise en place du jury - Son et Lumières.  
10h00 Début des épreuves.  
11h00 Photo jury et enfants.  
12h00 Fin des épreuves.  
12h00 Limite des forfaits pour les finales de l'après-midi.  
12h15 Evacuation du bassin.  
12h30 Fermeture des tribunes, vestiaires, bassin au public et aux nageurs.  
14h00 Echauffement.  
15h00 Ouverture des tribunes.  
15h20 Evacuation du bassin.  
15h20 Défilé des drapeaux, présentation et mise en place du jury.  
15h30 Finales B début des épreuves.  
16h25 Evacuation du bassin.  
16h30 Tournoi de vitesse.  
17h00 Finales A.  
18h20 Finales du tournoi de vitesse.  
19h15 Fin des épreuves.  
19h30 Remise des records du Meeting et Mare Nostrum.  
20h00 Fermeture des tribunes, vestiaires, bassin au public et aux nageurs.

## LUNDI 23 MAI

Pour toutes questions concernant votre départ de Monaco,  
le bureau d'accueil de la piscine sera à votre disposition aux horaires suivants :

**07h00 - 12h30 / 14h00 - 19h00**

**Tél : +377 9205 4059**

# RÉUNION TECHNIQUE

VENDREDI 20 MAI À 18H30

## À L' ATTENTION DES CHEFS DE DÉLÉGATIONS ET DES ENTRAÎNEURS

La réunion technique des chefs de délégations et des entraîneurs, organisée par la Fédération Monégasque de Natation, est fixée au Vendredi 20 Mai à 18h30 en «salle A2» du Stade Louis II. Elle se déroulera sous le contrôle de M. Alain PRIET, Juge Arbitre FINA.

**1) Règlement** : tous les participants doivent connaître et appliquer les règles de la FINA.

**2) Forfaits** : il existe dans vos dossiers une feuille de forfait. Ces feuilles seront remises au Juge Arbitre, dans la corbeille marquée «Forfait» sous la régie au plus tard :

- Vendredi 18h30 pour les épreuves du samedi matin,
- Samedi 18h30 pour celles du dimanche matin,
- Pour les Finales, le plus rapidement possible ou au plus tard 30 minutes après l'annonce des qualifiés par le speaker.

**3) L'échauffement** : il est autorisé dans le bassin de compétition jusqu'à 10 minutes avant le début de chaque session. Seuls les finalistes du jour peuvent s'échauffer dans le bassin avant les finales de l'après-midi.

**4) Chambre d'appel** : avant chaque course, série ou finale, les participants doivent se présenter à la chambre d'appel 15 minutes avant le départ.

**5) Présentation des participants** : lors des finales, le nom de chaque participant sera annoncé lorsqu'ils seront en place derrière les plots de départ. A l'appel de leur nom, ils sont priés de se tenir près du plot de départ et de saluer le public.

**6) Protection des équipements** : les participants ne doivent enduire de produits adhésifs ni leurs pieds ni les plots. A la fin de la course, les concurrents doivent sortir de l'eau par les échelles situées sur les côtés du bassin de compétition.

**7) Départ** : il sera donné en anglais : « Take your marks».

**8) Programme des courses / Résultats** : les résultats seront affichés au fur et à mesure du déroulement des épreuves :

- Corridor intérieur du Stade Louis II,
- À proximité immédiate des Chambres d'Appel,
- À la sortie des vestiaires,

En début de session, chaque Chef de Délégation ou Manager ou Entraîneur en Chef pourra obtenir, sur présentation de son laissez-passer, la liste des engagés et les résultats de la session précédente dans la boîte aux lettres située à « l'Accueil Bassin», à la sortie des pédiluves.

### **9) Tournoi de vitesse :**

1<sup>er</sup> tour : qualification des 16 meilleurs nageurs pour le tour suivant.

1/8 de finale : 2 séries de 8 nageurs, les 8 meilleurs passent au tour suivant.

1/4 de finale : 1 série de 8 nageurs, les 4 meilleurs passent au tour suivant.

1/2 finale : 1 série de 4 nageurs, les deux meilleurs sont qualifiés pour la finale.

Finale / DUEL : 1 série de 2 nageurs.

**10) Finales B** : ne sera nagée une finale B que s'il y a 4 nageurs au minimum.

**11) 400m nage libre et 4 nages** se nageront selon la formule du classement au temps. Les huit meilleurs temps d'engagements nageront l'après-midi, les moins bons temps le matin. Attention, les engagements de dernière minute peuvent remettre en cause la participation à la meilleure série de l'après-midi.

**12) Remises de récompenses** : à l'issue de chaque finale, les trois premiers recevront une médaille. Ils sont tenus de rester quelques minutes près du plot 8 à côté du bureau du Juge Arbitre.

Podiums du tournoi de vitesse : uniquement pour les deux finalistes.

**13) Remises des primes** : Les enveloppes, pour les Finales A et Tournoi de Vitesse, seront données EN MAIN PROPRE au «point finance» situé sous le tableau de chronométrage électronique, à côté du podium. **Les primes de record du Meeting et du Mare Nostrum seront remises à la fin de chaque journée de compétition, directement à la piscine. Les nageurs ne pourront pas se faire représenter par un membre tiers.**

La remise du Trophée Mare Nostrum 2022 se fera en main propre lors du Meeting de Canet-en-Roussillon. Les nageurs ne pourront pas se faire représenter, sinon la prime sera conservée par les organisateurs du Mare Nostrum.

**14) Contrôle antidopage** : concernant les contrôles antidopage, les règles appliquées seront celles de la FINA.

Les chefs de délégation qui le désirent pourront faire exécuter des contrôles antidopage à leur frais : 440€ par test.

### **15) Jury d'appel :**

a) Coordinateur : M. Guillaume DAZUN

b) Directeur Technique : M. Michel POU

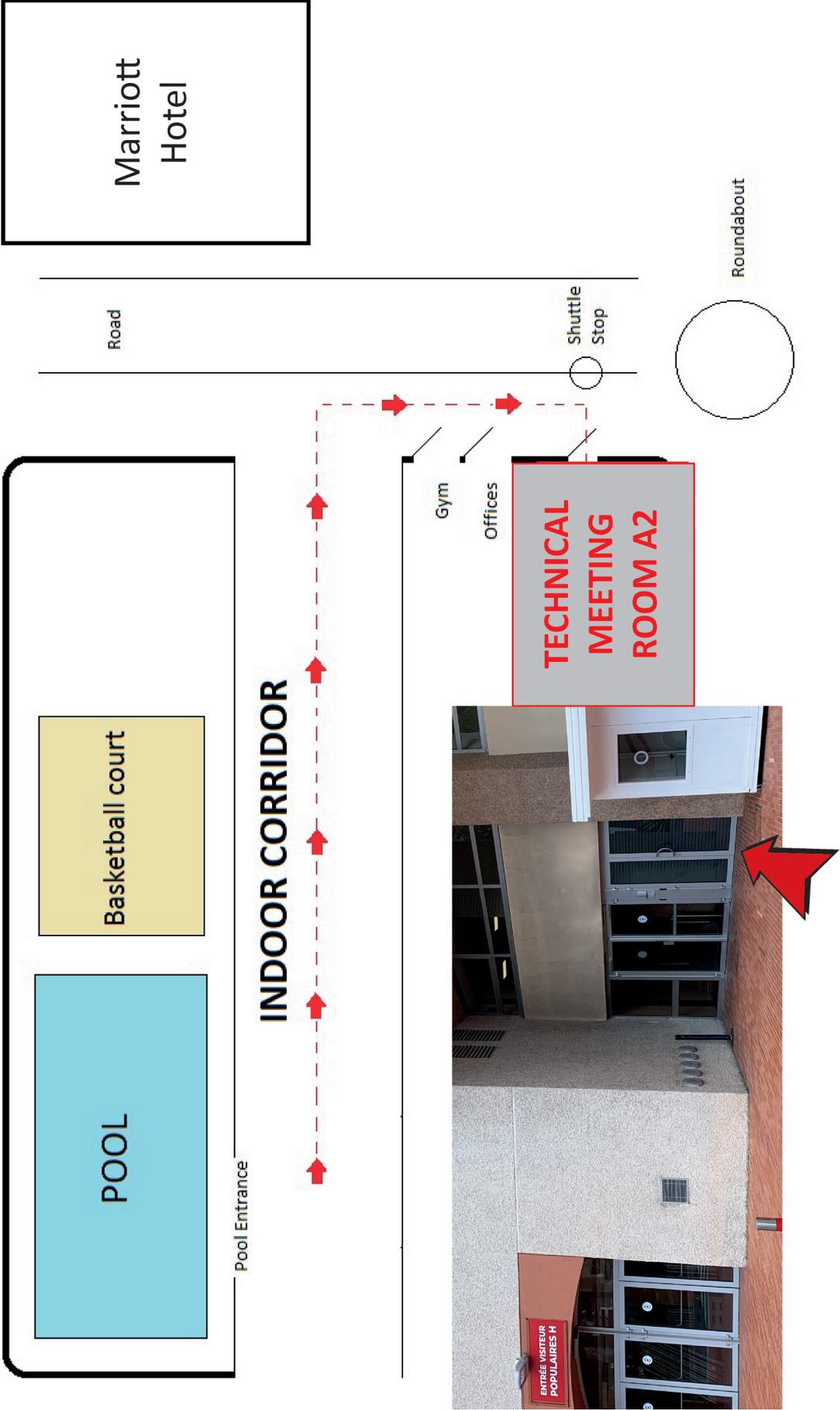
c) Un représentant du meeting de Monaco

**16) Responsabilité des Officiels** : c'est aux Chefs de Délégation, aux Managers et aux Entraîneurs de s'assurer que les informations et instructions de ce mémoire, soient connues de tous les participants, de façon à ce qu'ils les respectent et évitent toute infraction.

**Le Juge Arbitre**

# LOCALISATION DE LA RÉUNION TECHNIQUE

## STADE LOUIS II



# INFORMATIONS DIVERSES

## INFORMATIONS TECHNIQUES

• **Bureau du Juge Arbitre** : pendant la compétition, le bureau du Juge Arbitre se trouvera à la sortie des vestiaires (voir page suivante sur le plan : numéro 3)

• **Bureau Technique** : Michel POU, le directeur technique, se trouvera autour du bassin.

## INFORMATIONS GÉNÉRALES

### **Boîtes aux lettres**

Les boîtes aux lettres se trouvent à «l'Accueil Bassin», à la sortie des vestiaires. Vous y trouverez : des programmes, des résultats, des informations relatives aux transports, des demandes d'interviews, ...

### **Hygiène**

L'accès aux vestiaires et aux plages ne peut se faire que pieds nus, en chaussures de piscine ou avec des surchaussures prêtées. Afin d'éviter tout échange ou disparition, le Comité d'Organisation met à la disposition des participants une consigne à chaussures.

### **Laissez-passer**

Il est personnel et doit être montré pour accéder aux installations.

### **Kinésithérapeute/ Ostéopathe**

Durant la compétition, et pendant les heures d'ouverture de la piscine, un kinésithérapeute/ ostéopathe sera présent sur place dans l'espace dédié (voir page suivante sur le plan).

### **Presse**

Les rendez-vous fixés pour les interviews vous seront communiqués au bord du bassin et auront lieu dans la Salle de Presse.

### **Service Médical**

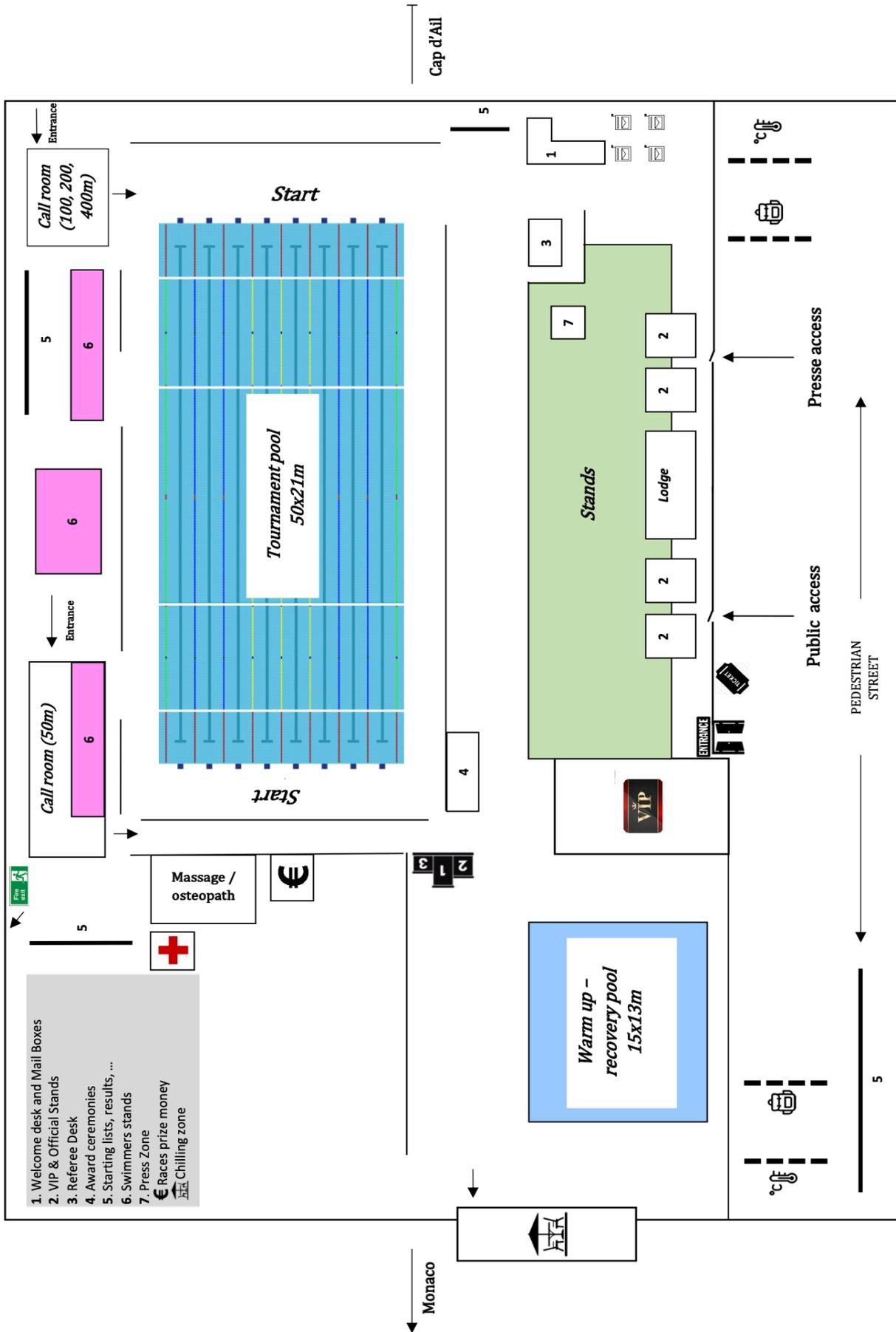
Durant les compétitions, un médecin, une infirmière, un ostéopathe et un poste de secours sont à votre service.

## LAISSEZ-PASSER

La couleur de votre laissez-passer précise vos limites de circulation dans le stade.

Couleur	Qui	Vestiaires	Bassins	Zone presse	Réunion technique	Bureaux C.O.	Tribunes nageurs	Cérémonie remise prix	Espace VIP	Tribune presse	Tribunes publiques
Blanc	VIP							X	X		X
Jaune	Nageurs	X	X				X	X		X	
Jaune rayé	Enfants	X	X					X			
Bleu	C.O.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Bleu rayé	Medical	X	X								
Beige	Juges	X	X		X						
Vert	Presse			X			X			X	X
Rose	Coach	X	X		X			X		X	
Rouge	Contrôleurs	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

# PLAN PISCINE DU STADE LOUIS II



- 1. Welcome desk and Mail Boxes
  - 2. VIP & Official Stands
  - 3. Referee Desk
  - 4. Award ceremonies
  - 5. Starting lists, results, ...
  - 6. Swimmers stands
  - 7. Press Zone
- € Races prize money  
 Chilling zone

# DOTATIONS

## RÈGLEMENT

### Record du Monde

La Fédération Monégasque de Natation offre une prime exceptionnelle de 15.000,00€ (records d'Europe, du Mare Nostrum et du Meeting inclus) pour le premier Record du Monde, homologué par la FINA, battu en Finale A du Meeting International de Natation de Monte-Carlo ou dès les demi-finales du Tournoi International de Vitesse.

### Record d'Europe

La prime pour un record d'Europe est de 3.000,00€ (Records du Mare Nostrum et du Meeting inclus).

### Autres prix

Record(s) Mare Nostrum 750 €

#### IMPORTANT

Quand un record Mare Nostrum est battu à Monaco, le nageur cumule les primes du record Mare Nostrum et du record Meeting (750 € + 600€)

Record(s) du Meeting 600 €

Courses (22 courses) (100m, 200m, 400m )	1 <sup>st</sup>	350 €
	2 <sup>nd</sup>	200 €
	3 <sup>rd</sup>	100 €

Tournoi de Vitesse (8 courses) (50m)	1 <sup>st</sup>	600 €
	2 <sup>nd</sup>	300 €

#### IMPORTANT

En cas d'égalité de temps, toutes les primes de records et de courses seront partagées à parts égales entre les ex aequo.

### Distribution des Primes

**Les Primes pour les Records du Meeting, les Records du Mare Nostrum, ainsi que les Primes du Trophée Mare Nostrum seront remises après chaque journée de compétition, directement à la piscine.**

**TOTAL EN JEU À MONACO : 50.000,00€**

#### IMPORTANT

Tous les records égalés ne sont pas payés.

# RÈGLES DU TOURNOI DE VITESSE

En 2 jours, les nageurs peuvent participer à 5 courses, des séries aux finales.  
Quelles que soient les inscriptions, chaque étape doit être nagée jusqu'à l'élimination.

**SATURDAY MORNING**

**HEATS**

**SATURDAY AFTERNOON**

**1/8 FINALS**

**16 BEST TIMES**

**1/4 FINALS**

**8 BEST TIMES**

**SUNDAY AFTERNOON**

**1/2 FINALS**

**4 BEST TIMES**



**FINAL**

**2 SWIMMERS DUAL**



# 28<sup>TH</sup> MARE NOSTRUM TROPHY®



Il existe deux classements individuels établis par addition du meilleur score du tableau de cotation, réalisé lors d'une finale à chaque meeting de la tournée Mare Nostrum (Barcelone - Canet - Monaco).

À l'occasion de chacun des trois meetings, sera retenue pour chaque nageur(se) la meilleure performance à la table de cotation FINA, sans considération de style ou de distance, réalisée :

- soit lors d'une finale A.
- soit à partir des 1/4 de finales pour le tournoi de vitesse.
- soit parmi les 8 meilleurs chronos pour les épreuves de 400m.

# HEBERGEMENT, RESTAURATION & TRANSPORT

## HEBERGEMENT

### HÔTELS OFFICIELS

COLUMBUS 23 Avenue des Papalins	+377 92 05 90 00
MARRIOTT Port de Cap d'Ail	+33 4 92 10 67 67
NOVOTEL 16, bd Princesse Charlotte	+377 99 99 83 00
MIRAMAR 126 av du Trois Septembre	+33 4 93 78 06 60

## RESTAURATION

	Petit-déjeuner	Déjeuner	Dîner
<b>Mercredi 18/05</b>		12h00 - 14h30	19h30 - 22h00
<b>Jeudi 19/05</b>	6h30 - 9h00	12h00 - 14h30	19h30 - 22h00
<b>Vendredi 20/05</b>	6h30 - 9h00	12h00 - 14h30	19h30 - 22h00
<b>Samedi 21/05</b>	6h30 - 9h00	12h00 - 14h30	19h30 - 22h00
<b>Dimanche 22/05</b>	6h30 - 9h00	12h00 - 14h30	19h30 - 22h00
<b>Lundi 23/05</b>	6h00 - 9h00	12h00 - 14h30	/

## TRANSPORTS

**Cette année, le voyage entre Monaco et Barcelone, pour la deuxième étape de la compétition, se fera uniquement en avion.**

**Important :** Merci de vérifier le tableau des départs pour confirmer votre trajet en bus entre votre hôtel et l'aéroport.

Rendez-vous à l'accueil de l'hôtel à 6h45.

Départ de l'hôtel à 7h00.

# COMITÉ D'ORGANISATION

## INFORMATIONS GÉNÉRALES

### FÉDÉRATION MONÉGASQUE DE NATATION

STADE LOUIS II - 7, Avenue des Castelans - 98000 MONACO

Mail : [fedmonat@monaco.mc](mailto:fedmonat@monaco.mc)

Site web : [www.montecarlo-swimming.org](http://www.montecarlo-swimming.org)

### POSTES INTERNES

Standard +377 9205 4099

Accueil Bassin	4540
Accueil Sportif - Bureau MNS	4211
Bureau du Comité d'Organisation	4134/4341/4099
Bureau Juge Arbitre	4399
Securité : M. ONCINA Gilles	4339
Transport : M. DESPRAT Damien	4133/4128

### POSTES EXTERNES

Hôpital	718
Police	+377 93 15 30 85
Poste de Police	717
Pompiers	+377 97 98 99 00

### MARE NOSTRUM TOUR 2022

**Barcelone** : 25 & 26 MAI

Adolf AYZA

+34 93 345 67 89

CN Sant Andreu

[ciutatdebarcelona@cnsantandreu.com](mailto:ciutatdebarcelona@cnsantandreu.com)

**Canet 66 Natation** : 28 & 29 MAI

Stéphanie BONNET

+33 4 68 73 54 03

[canet66natation@gmail.com](mailto:canet66natation@gmail.com)

### RESTAURATION POUR LE C.O.

Barbagiuani	+377 92 05 39 83
Club Bouliste	+377 92 05 92 17





# DEMANDE DE CONTRÔLE ANTIDOPAGE

FÉDÉRATION ou CLUB :

.....

Demande un contrôle antidopage sur le nageur .....

Le contrôle sera effectué par un médecin agréé du Comité Monégasque Antidopage. La fédération ou le club s'engage à rembourser les frais de l'analyse d'urine qui sont de 440€, sur présentation de la facture.

Monaco, ...../...../.....

M., Mme : .....

Fonction : .....

Signature :



**CONTRÔLE DE DOPAGE**  
**AUTORISATION PARENTALE**

Je soussigné (Prénom et NOM) : .....

Père      Mère      Titulaire de l'autorisation parentale      Tuteur

de l'enfant (Prénom et NOM): .....

Autorise tout prélèvement, et notamment ceux nécessitant une technique invasive (ex. prélèvement sanguin), pour le cas où mon enfant aurait à se soumettre à un contrôle de dopage durant l'année en cours.

L'absence d'autorisation parentale est considérée comme un refus de se soumettre aux mesures de contrôle.

Fait à....., le.....

Signature



CONTESTATION

<b>FÉDÉRATION ou CLUB :</b>  .....
--

CONTESTATION :.....  
.....  
.....  
.....

Monaco, le....., à.....h  
The Team Leader, .....

REPONSE :.....  
.....  
.....  
.....

Monaco, le....., à.....h  
Le Juge Arbitre, .....

Monsieur Alain PRIET

RECOURS AU JURY D'APPEL :.....  
.....  
.....  
.....

Monaco, le....., à.....h  
The Team Leader, .....

REPONSE :.....  
.....  
.....  
.....

Monaco, le....., à.....h  
Pour la Fédération Monégasque de Natation, Le Directeur Technique, Michel POU



**ENGAGEMENTS DE DERNIERES MINUTES DAMES ET MESSIEURS**  
**LAST MINUTE ENTRIES WOMEN AND MEN**

**FEDERATION OR TEAM CLUB :**

.....

Exemple / Example

Nom / <i>Surname</i>				Prénom / <i>First name</i>					Sexe / <i>Gender</i>		
									Homme <i>Man</i>	Femme <i>Woman</i>	
Distance				Nage / <i>Stroke</i>					Temps d'engagement <i>Entry Time</i>		
50	100	200	400	FLY	BK	BR	FR	IM		24.	90
50	100	200	400	FLY	BK	BR	FR	IM	4 :	34.	12
X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

Nom / <i>Surname</i>				Prénom / <i>First name</i>					Sexe / <i>Gender</i>		
									Homme <i>Man</i>	Femme <i>Woman</i>	
Distance				Nage / <i>Stroke</i>					Temps d'engagement <i>Entry Time</i>		
50	100	200	400	FLY	BK	BR	FR	IM	:	.	
50	100	200	400	FLY	BK	BR	FR	IM	:	.	
50	100	200	400	FLY	BK	BR	FR	IM	:	.	
50	100	200	400	FLY	BK	BR	FR	IM	:	.	
50	100	200	400	FLY	BK	BR	FR	IM	:	.	
50	100	200	400	FLY	BK	BR	FR	IM	:	.	
50	100	200	400	FLY	BK	BR	FR	IM	:	.	

**FLY** : Papillon / *Butterfly* - **BK** : Dos / *Backstroke* - **BR** : Brasse / *Breastroke* - **FR** : Nage Libre / *Freestyle* - **IM** : 4 nages / *Medley*

A remplir en lettres d'imprimerie, temps d'engagement en bassin de 50 mètres.

*All informations must be typewritten. All entry times must have been done in a 50 meters pool.*

Nom / *Name* :  
 Jour / *Date* :  
 Heure / *Time* :  
 Signature :



**FORFAIT SERIES**  
**HEATS WITHDRAWAL**

**FEDERATION OR TEAM CLUB :**

.....

Nous vous demandons de signaler de toute urgence les forfaits de votre Délégation.  
*Please inform us urgently of your Delegation's withdrawals.*

Nom / Surname	Prénom / First name			Sexe / Gender	
XXXX	XXXXX			Homme <i>Man</i>	Femme <i>Woman</i>
Distance			Nage / Stroke		
50	100	200		Papillon / Butterfly	
50	100	200		Dos / Backstroke	

Nom / Surname	Prénom / First name			Sexe / Gender	
				Homme <i>Man</i>	Femme <i>Woman</i>
Distance			Nage / Stroke		
50	100	200		Papillon / Butterfly	
50	100	200		Dos / Backstroke	
50	100	200		Brasse / Breaststroke	
50	100	200	400	Nage Libre / Freestyle	
		200	400	4 Nages / Medley	

Cette feuille est à remettre au Juge Arbitre, dans la corbeille marquée "Forfait" sous la Régie.

Au plus tard :

- Vendredi 18h30 pour les épreuves du Samedi matin ;
- Samedi 18h30 pour celles du Dimanche matin.

*This paper must be submitted, dully filled, in the "Forfait/Withdrawal" basket under the Race Direction:*

*At the latest:*

- Friday 6:30 p.m. for Saturday morning events ;
- Saturday 6:30 p.m. for Sunday morning events.

Nom / Name :  
Jour / Date :  
Heure / Time :  
Signature :



**FORFAIT SERIES**  
**HEATS WITHDRAWAL**

**FEDERATION OR TEAM CLUB :**

.....

Nous vous demandons de signaler de toute urgence les forfaits de votre Délégation.  
*Please inform us urgently of your Delegation's withdrawals.*

Nom / Surname	Prénom / First name			Sexe / Gender	
XXXX	XXXXX			Homme <i>Man</i>	Femme <i>Woman</i>
Distance			Nage / Stroke		
50	100	200		Papillon / Butterfly	
50	100	200		Dos / Backstroke	

Nom / Surname			Prénom / First name			Sexe / Gender	
						Homme <i>Man</i>	Femme <i>Woman</i>
Distance				Nage / Stroke			
50	100	200		Papillon / Butterfly			
50	100	200		Dos / Backstroke			
50	100	200		Brasse / Breaststroke			
50	100	200	400	Nage Libre / Freestyle			
		200	400	4 Nages / Medley			

Cette feuille est à remettre au Juge Arbitre, dans la corbeille marquée "Forfait" sous la Régie.

Au plus tard :

- Vendredi 18h30 pour les épreuves du Samedi matin ;
- Samedi 18h30 pour celles du Dimanche matin.

*This paper must be submitted, dully filled, in the "Forfait/Withdrawal" basket under the Race Direction:*

*At the latest:*

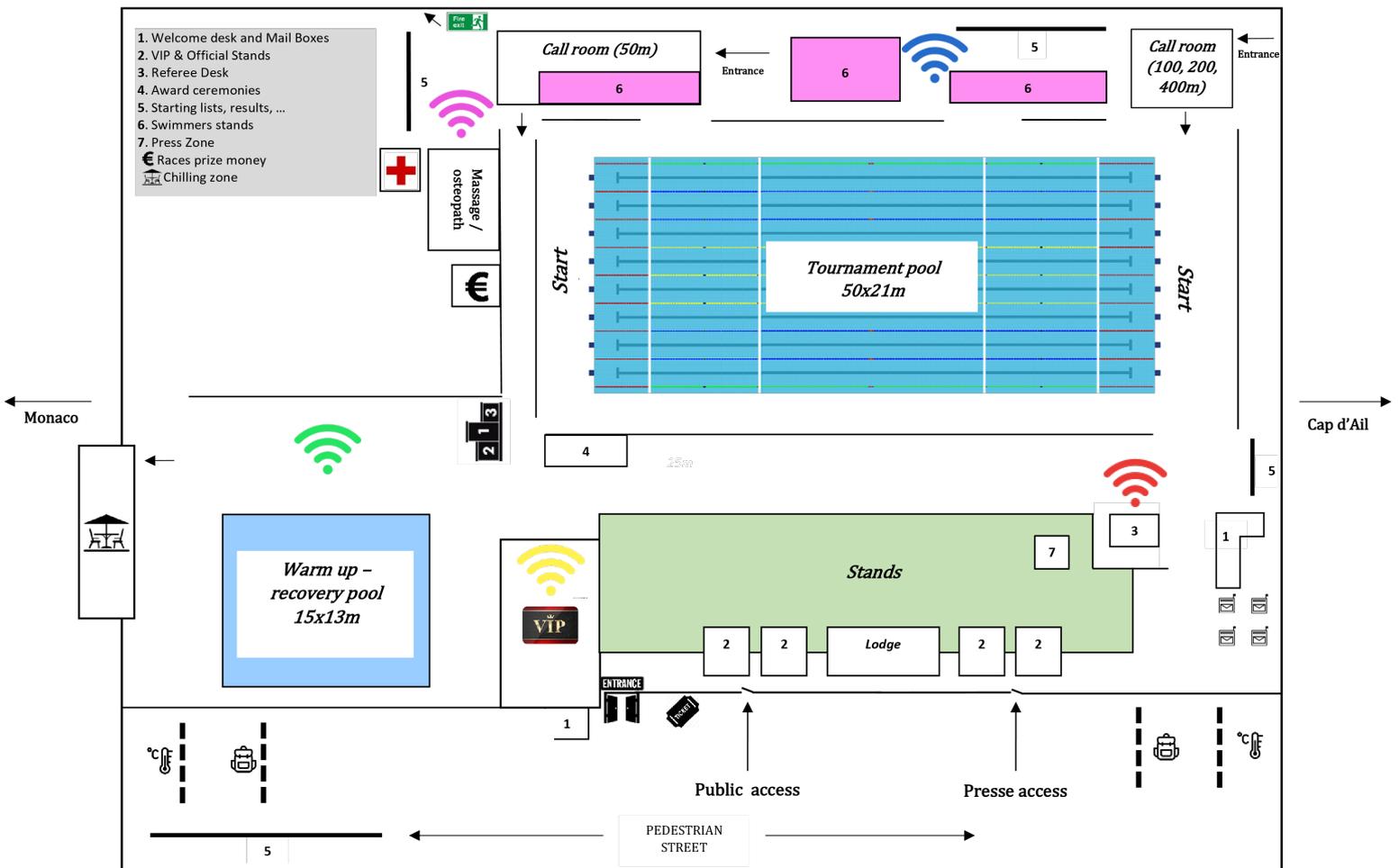
- Friday 6:30 p.m. for Saturday morning events ;
- Saturday 6:30 p.m. for Sunday morning events.

Nom / Name :  
Jour / Date :  
Heure / Time :  
Signature :

# ZONE WIFI

-  MARE NOSTRUM 1
-  MARE NOSTRUM 2
-  MARE NOSTRUM 3
-  MARE NOSTRUM 4
-  MARE NOSTRUM 5

Mot de passe:  
monaco2022



# RETROUVEZ NOUS SUR

## NOS SITES INTERNET :



[www.montecarlo-swimming.org](http://www.montecarlo-swimming.org)



[www.marenostrumswimming.com](http://www.marenostrumswimming.com)

## NOS RÉSEAUX SOCIAUX :



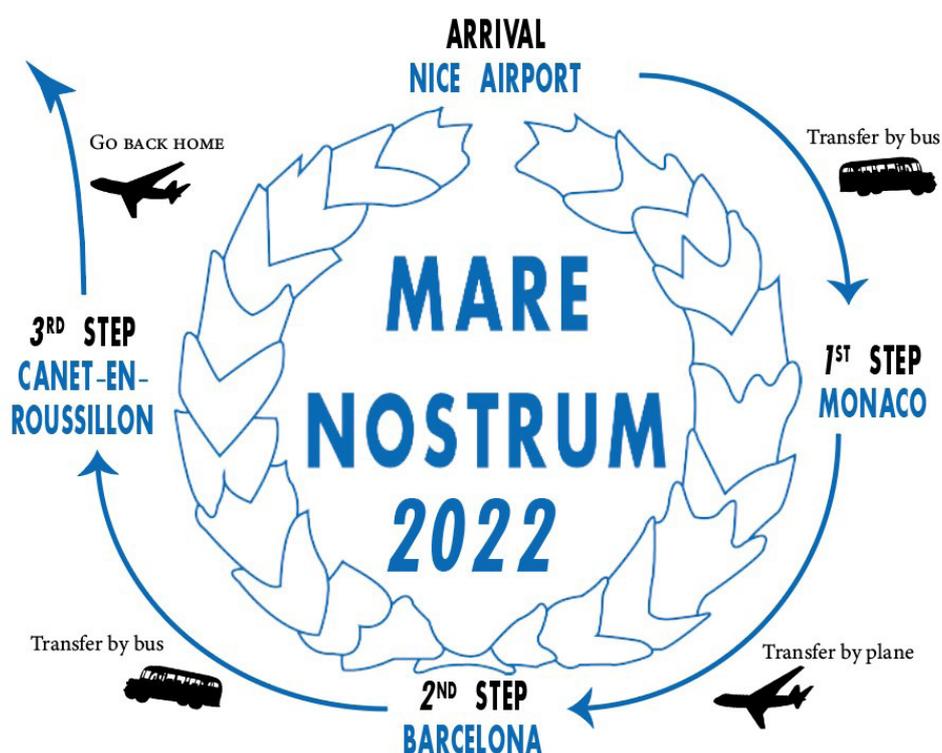
@Marenostrumswimtour



@Marenostrumswimtour



@Marenostrumswim



NOUS VOUS SOUHAITONS UN BON  
SÉJOUR À MONACO !

