

4rt MÀSTER CIUTAT DEL PRAT



MÀSTERS 1000
TROFEU ESPECIALISTA

4rt MÀSTER CIUTAT DEL PRAT

- **ORGANITZA:** CLUB NATACIÓ PRAT
- **PISCINA:** COMPLEX ESPORTIU MUNICIPAL SAGNIER
 - C/ Frederica Montseny, s/n 08820 – EL PRAT DE LLOBREGAT (BCN)
25 metres i 8 Carrers.
- **TELÈFON:** 93.478.31.76 (de 19 a 22:30 h.)
- **DATA I HORA:** 08 de Maig de 2010 – 16:00 hores.
- **E-Mail:** cnprat@hotmail.com
- **Fi inscripcions:** dilluns 3 de maig de 2010

4rt MÀSTER CIUTAT DEL PRAT

2 trofeus en 1

- **TROFEU MÀSTERS 1000**
 - Consisteix en nedar les 5 proves de 200 metres.
 - Estils / Papallona / Lliure / Esquena / Braça
- **TROFEU ESPECIALISTA**
 - Nedar les proves de 50m i 200m del mateix estil.
 - O bé, nedar les proves de 200m i 400m estils.
- **ALTRES**
 - Proves lliures a escollir del programa.

4rt MÀSTER CIUTAT DEL PRAT

Diferent, innovador, il·lusionant...

2 trofeus en 1

TROFEU MÀSTERS 1000

- 5 proves de 200 m.
- Samarreta commemorativa

Guanyador/a general ABS:

- Copa Màsters 1000
- Hotel Rural (per 2 persones)
- Super Lot d'obsequis

TROFEU ESPECIALISTA

- Proves de 50 m. i 200 m. del mateix estil
 - Proves de 200 m. estils i 400 m. Estils ind.
 - **Medalles** per categories de la competició (*)
- (*) Mirar categories de competició

4rt MÀSTER CIUTAT DEL PRAT

ALTRES RECOMPENSES

- Trofeu al nedador més veterà.
- Trofeu al club amb més participants.
- Trofeu als 3 primers clubs classificats segons puntuació de la categoria Total.

- Bossa amb obsequis a tots els nedadors.
- Samarreta commemorativa als participants del Trofeu Màsters 1000.

4rt MÀSTER CIUTAT DEL PRAT

Programa de Competició – per Proves

- | | | | | | |
|------|----------------|------|------|-------------|--------|
| 1.- | 200 ESTILS IND | MASC | 13.- | 200 ESQUENA | MASC |
| 2.- | 200 ESTILS IND | FEM | 14.- | 200 ESQUENA | FEM |
| 3.- | 50 ESQUENA | MASC | 15.- | 50 LLIURES | MASC |
| 4.- | 50 ESQUENA | FEM | 16.- | 50 LLIURES | FEM |
| 5.- | 200 PAPALLONA | MASC | 17.- | 200 BRAÇA | MASC |
| 6.- | 200 PAPALLONA | FEM | 18.- | 200 BRAÇA | FEM |
| 7.- | 50 BRAÇA | MASC | 19.- | 400 ESTILS | MASC |
| 8.- | 50 BRAÇA | FEM | 20.- | 400 ESTILS | FEM |
| 9.- | 200 LLIURES | MASC | 21.- | 25 APNEA | MASC |
| 10.- | 200 LLIURES | FEM | 22.- | 25 APNEA | FEM |
| 11.- | 50 PAPALLONA | MASC | 23.- | 4x50 ESTILS | MIXTES |
| 12.- | 50 PAPALLONA | FEM | | | |

4rt MÀSTER CIUTAT DEL PRAT

CATEGORIES DE COMPETICIÓ:

- **General (per al trofeu Màsters 1000)**
 - Totes les edats conjuntes.
- **Per Sub-Categories (per al trofeu especialista)**
 - (20 - 39 / 40 - 59 / 60 - +)
- **General (per a la classificació per clubs)**

4rt MÀSTER CIUTAT DEL PRAT

PUNTUACIÓ:

- **INDIVIDUAL:** 20, 17, 15, 13, 12, 11, 10...1 punts.
- **RELLEUS:** 40, 34, 30, 26, 24, 22, 20...2 punts.

BONUS PUNTS ADICIONALS

- **RÈCORD DEL MON IND (WR)** en categoria. **15 Punts.**
- **RÈCORD D'EUROPA IND (ER)** en categoria. **10 Punts.**
- **RÈCORD D'ESPANYA IND (RE)** en categoria. **8 Punts.**
- **RÈCORD CATALUNYA IND (RC)** en categoria. **5 Punts.**
- **RÈCORD DEL CAMPIONAT IND (CR)** en general. **3 Punts.**

4rt MÀSTER CIUTAT DEL PRAT

Per a mes informació:

- **Consulteu el reglament complet enviat al vostre club.**
- **Visiteu la pàgina web www.nataciopratt.cat a la secció Màsters.**

US ESPEREM.