

**GRILLE DE TEMPS CHALLENGE NEPHELIANE
SAISON 2015-2016**

BONUS ECART

| | |
|---------------------|------|
| 1 ECART AU SOL | 0,5 |
| 2 ECARTS AU SOL | 0,75 |
| LES 3 ECARTS AU SOL | 1 |

NATATION

100 mètres 4 nages BENJAMINES

| | POINT/AGE | 2004 | 2005 | 2006 | 2007 | 2008 |
|---|-----------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| écart de 5" entre chaque année d'âge | 1 | <1'50 à 1'55 | <1'55 à 2'00 | <2'00 à 2'05 | <2'05 à 2'10 | <2'10 à 2'15 |
| | 0,75 | >1'55 à 2'00 | >2'00 à 2'05 | >2'05 à 2'10 | >2'10 à 2'15 | >2'15 à 2'20 |
| | 0,5 | >2'00 à 2'05 | >2'05 à 2'10 | >2'10 à 2'15 | >2'15 à 2'20 | >2'20 à 2'25 |
| | 0,25 | >2'05 à 2'10 | >2'10 à 2'15 | >2'15 à 2'20 | >2'20 à 2'25 | >2'25 à 2'30 |
| | 0 | >2'10 | >2'15 | >2'20 | >2'25 | >2'30 |

200 mètres 4 nages ESPOIRS

| | POINT/AGE | 2001 | 2002 | 2003 | 2004 |
|---|-----------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| écart de 5" entre chaque année d'âge | 1 | <3'05 à 3'10 | <3'10 à 3'15 | >3'15 à 3'20 | <3'20 à 3'25 |
| | 0,75 | >3'10 à 3'15 | >3'15 à 3'20 | >3'20 à 3'25 | >3'25 à 3'30 |
| | 0,5 | >3'15 à 3'20 | >3'20 à 3'25 | >3'25 à 3'30 | >3'30 à 3'35 |
| | 0,25 | >3'20 à 3'25 | >3'25 à 3'30 | >3'30 à 3'35 | >3'35 à 3'40 |
| | 0 | >3'25 | >3'30 | >3'35 | >3'40 |