

10-12 MARS 2023

D'COQUE
LUXEMBOURG

54IÈME
CIJ MEET

INFO / INSCRIPTIONS

WWW.SWIMMING.LU

CIJ@SWIMMING.LU



PROGRAMME CIJ MEET

VENDREDI 10 MARS 2023

Echauffement 16.00 - Début des séries 17.00

- (3 séries) 800m Nage libre Dames
- (3 séries) 1500m Nage libre Garçons
- 400m 4 Nages Dames & Messieurs
- 50m Dos Dames & Messieurs
- 50m Papillon Dames & Messieurs
- 50m Nage Libre Dames & Messieurs
- 50m Brasse Dames & Messieurs

SAMEDI 11 MARS 2023

Echauffement 7.30 - Début des séries 8.30

- 400m Nage libre Dames & Messieurs
- 100m Brasse Dames & Messieurs
- 200m Dos Dames & Messieurs
- 200m Papillon Dames & Messieurs
- 100m Nage libre Dames & Messieurs

Echauffement 14.30 - Début 15.30

- 1/2 Finale 50 Dos Dames & Messieurs
- 1/2 Finale 50 Papillon Dames & Messieurs
- Finale (catégorie unique, finale A) 400m Nage libre Dames & Messieurs
- Finales (catégories 4 à 1) 100 Brasse Dames & Messieurs
- Finales (catégories 4 à 1) 200m Dos Dames & Messieurs
- Finales (catégories 4 à 1) 200m Papillon Dames & Messieurs
- Finales (catégories 4 à 1) 100m Nage libre Dames & Messieurs
- Finales (catégorie unique, finale A) 400m 4 Nages Dames & Messieurs
- Finales (catégorie unique) 50m Dos Dames & Messieurs
- Finales (catégorie unique) 50m Papillon Dames & Messieurs
- Finale directe (catégorie unique) 4x50m Nage libre Relais mixtes

CATEGORIES D'AGE

Filles	Garçons
Catégorie 1: 2006 et plus âgées	Catégorie 1: 2005 et plus âgés
Catégorie 2: 2007/2008	Catégorie 2: 2006/2007
Catégorie 3: 2009/2010	Catégorie 3: 2008/2009
Catégorie 4: 2011 et plus jeunes	Catégorie 4: 2010 et plus jeunes

DIMANCHE 12 MARS 2023

Echauffement 7.30 - Début séries 8.30

- 200m Nage libre Dames & Messieurs
- 200m Brasse Dames & Messieurs
- 100m Dos Dames & Messieurs
- 100m Papillon Dames & Messieurs
- 200m 4 Nages Dames & Messieurs

Echauffement 13.00 - Début 14.00

- 1/2 Finale 50 Nage Libre Dames & Messieurs
- 1/2 Finale 50 Brasse Dames & Messieurs
- Finales (catégories 4 à 1) 200m Nage libre Dames & Messieurs
- Finales (catégories 4 à 1) 200 Brasse Dames & Messieurs
- Finales (catégories 4 à 1) 100 Dos Dames & Messieurs
- Finales (catégories 4 à 1) 100m Papillon Dames & Messieurs
- Finales (catégories 4 à 1) 200m 4 Nages Dames & Messieurs
- Finale (catégorie unique) 50m Nage Libre Dames & Messieurs
- Finale (catégorie unique) 50m Brasse Dames & Messieurs
- Finale directe (catégorie unique) 4x50m 4 Nages Relais mixtes

TEMPS LIMITES

Filles				Course	Garçons			
06 et plus âgées	07-08	09-10	11 et plus jeunes		05 et plus âgées	06-07	08-09	10 et plus jeunes
30*13 (Open)				50 NL	27*11 (Open)			
1'04*16	1'07*35	1'11*87	1'20*32	100 NL	57*93	59*90	1'04*60	01'11*57
2'19*07	2'25*92	2'32*69	2'50*69	200 NL	2'05*56	2'11*10	2'22*25	2'33*72
5'12*08 (Open)				400 NL	4'47*18 (Open)			
10'14*42 (Open)				800 NL	N.A			
N.A				1500NL	18'10*87 (Open)			
34*95 (Open)				50 dos	31*43 (Open)			
1'13*54	1'16*86	1'22*00	1'32*68	100 dos	1'04*66	1'07*50	1'14*23	1'22*85
2'37*24	2'44*32	2'55*33	3'15*88	200 dos	2'21*46	2'26*33	2'42*01	2'54*64
38*61 (Open)				50 brasse	34*50 (Open)			
1'22*25	1'26*29	1'32*07	1'42*28	100 brasse	1'12*67	1'16*46	1'25*18	1'33*94
2'55*45	3'04*82	3'17*20	3'32*20	200 brasse	2'38*75	2'45*94	2'59*21	3'15*99
32*50 (Open)				50 papillon	29*54 (Open)			
1'11*29	1'14*35	1'20*33	1'29*30	100 papillon	1'02*91	1'05*89	1'13*28	1'19*90
2'36*70	2'48*47	3'00*42	3'15*40	200 papillon	2'20*83	2'27*12	2'46*19	2'58*34
2'40*34	2'47*81	2'57*05	3'17*05	200 4 Nages	2'22*53	2'28*96	2'40*21	2'59*89
5'43*54 (Open)				400 4 Nages	5'14*20 (Open)			