

# RÈGLEMENT NATATION COURSE

---

## TABLE DE CONVERSION FFN BASSIN DE 25 M / BASSIN DE 50 M

---

Temps à ajouter à une performance effectuée en bassin de 25 m  
pour obtenir son équivalence en bassin de 50 m

*(Réalisation Patrice PROKOP / Jean-Pierre LE BIHAN)*

| Épreuve           | En secondes |
|-------------------|-------------|
| 50 m nage libre   | 0.70        |
| 100 m nage libre  | 1.60        |
| 200 m nage libre  | 3.40        |
| 400 m nage libre  | 7.50        |
| 800 m nage libre  | 16.00       |
| 1500 m nage libre | 30.00       |
| 50 m dos          | 0.60        |
| 100 m dos         | 1.50        |
| 200 m dos         | 3.20        |
| 50 m brasse       | 0.80        |
| 100 m brasse      | 2.00        |
| 200 m brasse      | 5.00        |
| 50 m papillon     | 0.60        |
| 100 m papillon    | 1.30        |
| 200 m papillon    | 2.90        |
| 200 m 4 nages     | 3.50        |
| 400 m 4 nages     | 8.00        |