



Compétition de Nage avec Palmes

Le Club des Palmes Barisiennes de Bar le duc en collaboration avec la Commission de Nage avec Palmes du Grand EST vous accueille

Le dimanche 17 mars 2024

Pour une compétition interclub de **NAGE AVEC PALMES**

CENTRE NAUTIQUE DE BAR LE DUC

34 Rue de la Piscine, 55000 Bar-le-Duc

Programme de la compétition :

- Ouverture des portes à 13H00
- Accès bassin à 13h15
- Echauffement de 13h30 à 14h00

25 AP
100 BI
800 SURFACE
200 IS
50 BI

PAUSE

25 SURFACE
400 SURFACE
400 BI
100 IS
200 SURFACE

RELAIS 4X50 MIXTE

REMISE DES PRIX

- Ne pas oublier de se munir de la licence, visite médicale et Assurance à jour ainsi que du certificat TIV à jour également en cas de besoin de gonflage pour les bouteilles d'immersion.
- La date d'enregistrement des engagements est prévue jusqu'au vendredi 15 mars 2024 à 22h00 sur le site e-nap: <https://nap.ffesm.fr/>.
(Prévoir un officiel pour 8 compétiteurs).

Pour toute informations complémentaires, vous pouvez m'appeler au 06 64 27 97 93

Le Président des Palmes Barisiennes : Hornut Gérald