

**A TOUS LES REPRESENTANTS DES CLUBS  
ET TOUS LES SPORTIFS**

Le CODEP54 FFESSM en collaboration avec la Commission Nage avec Palmes du GRAND EST seraient heureux de vous accueillir pour leur compétition départementale 54 et meeting HANDISUB de NAGE AVEC PALMES en PISCINE qui va se dérouler :

Dimanche 18 Février 2024, au centre aquatique OVIVE  
Avenue du 15<sup>ème</sup> génie – 54 200 Ecrouves

Programme de la compétition :

- 13h00 : ouverture des portes
- 13h15 à 13h55 : Echauffement

Session 1 de 14h00 à 16h30 :

25mAP – F/H  
200m BI – F/H  
800 SF – F/H  
100m Bi – F/H  
200m IS – F/H  
50m SF – F/H

- 16h30 à 16h45 PAUSE

Session 2 de 16h45 à 18h15 :

400m SF – F/H  
100m IS – F/H  
100m SF – F/H  
50m Bi – F/H  
4x50 mixte

~~(Possibilité de nager seulement l'une de ces courses, les nageurs seront regroupés dans les même séries).~~

- Puis Remise des Récompenses.
- 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 16 février 2024 à 22h00 sur le site e-nap: <https://nap.ffessm.fr/>. (Prévoir un officiel pour 8 compétiteurs).
- Repas à prévoir en dehors des locaux de la piscine.

Nous espérons vous rencontrer très prochainement à TOUL et vous prions de recevoir notre considération respectueuse.

Michel TRITZ  
Le CODEP54 FFESSM

Olivier FLEURET  
Commission NAP CoDeP54FFESSM

Le 03/01/2024



**Nage avec Palmes**