



Le club « **Gérardmer Nage Avec Palmes** » avec le soutien de la **ville de Gérardmer** et la **commission NAP du comité est FFESSM** organise le deuxième *Championnat des Vosges de Nage avec Palmes en eaux libres* dans le lac de Gérardmer ainsi qu'au championnat régional eaux libres

**Dimanche 19 mai 2024**

**Base nautique de Gérardmer**  
**25 faubourg de Ramberchamp 88400 GERARDMER**

**Distances :**

1 000 m bi ou sf

3 000 m bi ou sf

Compétition ouverte aux nageurs sans palmes.  
Classement par catégories

**Programme :**

- 8h 30: Accueil des nageurs, contrôles des licences et certificats médicaux, retrait des dossards
- Echauffement
- 9 h 45 briefing
- 10h : Départ commun des courses
- 12h 30: Résultats

Possibilité de pique niquer sur place

**Vêtement néoprène obligatoire en fonction de la température (cf règlement des compétitions)**

**Inscriptions sur le site** intranap avant jeudi 16 mai mai 19h.

Pour toute information :

[nap.gerardmer@gmail.com](mailto:nap.gerardmer@gmail.com)

Valérie Georgeon : 06 52 03 56 65

A très vite au bord du lac !!!!