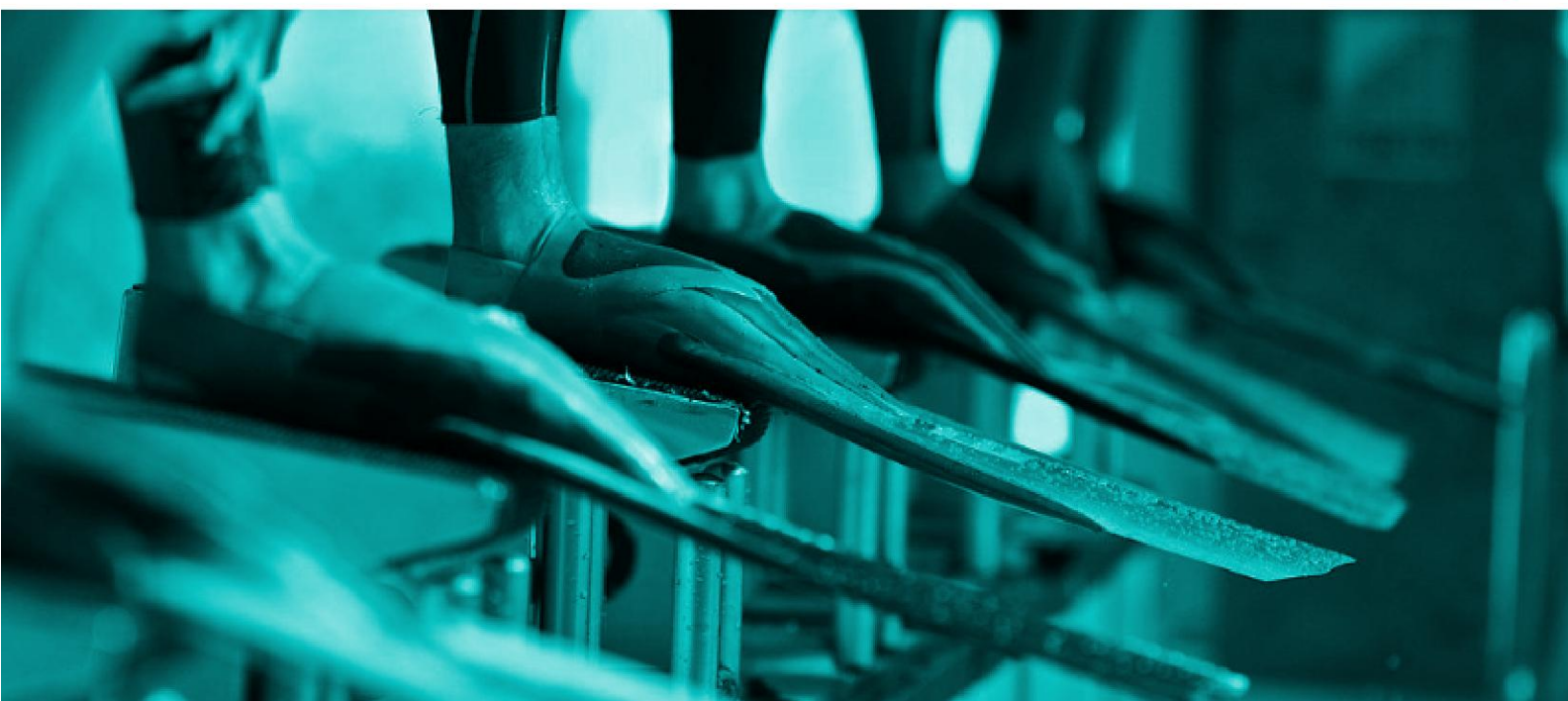




Nage Avec Palmes

Rencontre de Bordeaux



Le Bordeaux Palmes Aventure vous invite
Dimanche 8 décembre 2024
à la Piscine Galin

Programme : 25AP / 50SF / 100SF / 400SF / Relais 4x100SF
Plus d'informations sur www.bordeaux-palmes-aventure.fr
Contact : 06 12 31 65 27



1. Présentation de la rencontre

La rencontre de Nage Avec Palmes de Bordeaux est organisée le dimanche 8 décembre 2024 par le Bordeaux Palmes Aventure à la piscine Galin. Elle est ouverte au public.

Cette rencontre se déroule selon le règlement de la commission nationale de Nage Avec Palmes de la FFESSM. Elle est inscrite au calendrier officiel de la FFESSM.

2. Equipement

- Piscine : Galin - 80 rue Galin - 33100 Bordeaux
- Bassin : 25 mètres
- Lignes d'eau : 6 couloirs
- Type de chronométrage : manuel

3. Contact

Romain FEVRIER : 06 12 31 65 27

Christian BOUSQUET : 06 09 72 73 35

Mail : bordeauxpalmesaventure@gmail.com

4. Programme

- 13h à 14h : Accueil et vérification des inscriptions
- 13h30 à 14h30 : Echauffement
- 14h30 : Premier départ
 - 25 Apnée
 - 50 Surface
 - 50 Bipalmes
 - 100 Surface
 - 100 Bipalmes
 - 400 Surface
 - Relais 4x100
- 18h : Résultats

5. Inscriptions

- Inscriptions via E-Nap pour les licenciés FFESSM :
 - Chef d'équipe
 - Juges
 - Nageurs
 - Relais
- Documents obligatoires :
 - Licence fédérale
 - Certificat médical
 - Attestation d'assurance Loisir 1
 - Autorisation parentale pour les nageurs mineurs
- Tarif : 8€ par nageur. A régler sur place.

6. Chronométrage et classement

Les classements sont déterminés par le nombre de points obtenus par les tables fédérales en fonction du chronométrage, soit :

- En course individuelle : points marqués par le nageur suivant la table de cotation de sa catégorie.
- En relais : points marqués par l'équipe selon la table de cotation de la catégorie la plus défavorable.

Le classement général par catégories se fait en additionnant les points des DEUX meilleures courses individuelles HORS relais.

Classement club : prise en compte des points (y compris Relais) des nageurs représentant le même club.

Le Club totalisant le plus de points sera déclaré Club Champion

7. Ravitaillement

- Un point de ravitaillement vous sera proposé tout au long de la rencontre (fruits, barres de céréales, fruits secs,...)
- Dans une démarche éco-responsable, merci de vous munir de verres ou de gourdes. Aucun récipient à usage unique ne sera proposé