



C.M.S.A.

**Club Montbéliard
Sports Aquatiques**

Pôle Associatif du Coteau Jouvent

2 rue Oehmichen

25200 MONTBELIARD

Tél : 06.27.02.88.97

E-Mail : cmsa.nageavecpalmes@gmail.com

F.F.E.S.S.M N° 25.25.0157 / Agréé Jeunesse et Sport N° 25-S-736

Le CMSA a le plaisir de vous inviter aux **Inter-Régions de Nage avec Palmes** qui se dérouleront le :

**DIMANCHE 01 FEVRIER 2026 à la piscine de Montbéliard
(18 rue Maurice RAVEL – 25200 MONTBELIARD)**

Programme de la compétition :

12h00 : Ouverture des portes

12h15 - 13h15 : Echauffement

13h30 : Début de la compétition

25AP

50SF

400SFB

100IS

100SFB

PAUSE

50SFB

200SF

200IS

100SF

200SFB

PAUSE

Relais 4X50SF Mixte

17h30 : Remise des récompenses

* Possibilité de gonflage des bouteilles d'IS.

* Licence, visite médicale et assurance à jour.

* Inscrire les officiels dans e-nap

* La date est fixée au **Vendredi 30 Janvier à 22h00** pour la fin des engagements sur le site e-nap.

* Les résultats seront affichés après la fin de chaque course, aucun résultat papier ne sera remis.

* Repas à prévoir, pas de restauration sur place.

* **Port du bonnet obligatoire.**

Comptant sur votre présence, salutations sportives.

Le C.M.S.A