

Dimanche matin

Ouverture de la piscine à 8h30 Début de la compétition à 9h30

<u>Séries</u> 800 m NL 50 m Brasse 50 m Dos

400 m 4N

Dimanche après-midi

Ouverture de la piscine à 13h30 Début de la compétition à 14h30

Séries

400 m NL 100 m 4N 50 m NL 50 m Papillon

Relais mixtes

4 x 50 Nage Libre

Engagements

3,5 euros par épreuve 4 euros par relais

Récompenses aux trois premiers de chaque catégorie selon le total de points réalisé sur ses trois meilleures courses.

Engagements à adresser avant le dimanche 8 février par ExtraNat Contact : Sabrina Duboc sduboc@sfr.fr









Une surprise et un goûter offerts
and an product and games and the