



SUBAQUATIQUE CLUB LUNELLOIS AQUAPALMES
Complexe sportif, 451 avenue Louis Médard - 34400 LUNEL

Contacts

Présidente : Michèle RAUZIER - 04.67.83.16.69 – 06 63 03 71 18

Secrétaire : Dominique VAN ISEGHEM - 06.03.92.49.53

Trésorier : Edith VAN ISEGHEM : 06 52 04 30 35

Entraîneur : Christiane KOSTRZEWA : 06 64 21 64 52

□ aquapalmes@gmail.com - Site : <http://aquapalmes.fr>

SIREN 447 568 643 00012 APE 926C

Le Subaquatique Club Lunellois Aquapalmes organise

le **Dimanche 06 novembre 2016**

La 1ère manche du Championnat départemental de l'Hérault - Interclubs open.

Lieu: Piscine Aqualuna – 451 Avenue Louis Médard – 34400 Lunel
Bassin de 25 Mètres de 6 couloirs

Horaires: 13h00 : Ouverture des portes
13h15 à 15h00 : Echauffement & passage Pass'Compétions
15h00 : Début des épreuves

Programme toutes catégories : 50 bipalmes.
800 SF suivie d'une pause
25 SF bipalmes
100 bipalmes suivie d'une pause
4x50SF bipalmes.

Cette première compétition est à réaliser uniquement en bipalmes pour toutes les catégories

Les engagements des nageurs et des officiels doivent parvenir :

avant le Jeudi 03 Novembre 2016 – 12 heures, sur E Nap

Ou à : **Christiane KOSTRZEWA**
821, rue Paul Cézanne - 34670 BAILLARGUES
par email : ecnpm@hotmail.fr

Aucun engagement ne sera pris le jour de la compétition

Pour tous renseignements s'adresser au : 04 67 72 35 39 – 06 64 21 64 52

Dans l'attente de vous retrouver, veuillez agréer, chers(es) amis(es), nos salutations sportives.

La Présidente
Michèle RAUZIER