



SUBAQUATIQUE CLUB LUNELLOIS **AQUAPALMES**
Complexe sportif, Chemin des Bœufs – 34400 LUNEL
<http://www.aquapalmes.free.fr>

Présidente : Michèle Rauzier - 04.67.83.16.69
Secrétaire : Sophie Denis - 04.99.63.03.07
✉ aquapalmes@gmail.com

Le 6^e Critérium des Jeunes organisé par le SCL AQUAPALMES se déroulera selon les règles de la FFESSM

Dimanche 6 Avril 2008 à la piscine AQUALUNA

Chemin des Bœufs – 34400 Lunel
(Bassin de 25 mètres, 6 couloirs)

Compétition pour les catégories : Poussins, Benjamins, Minimes. Engagement possible pour les autres catégories.

Matin : Ouverture des portes à 8h30 – Echauffement jusqu'à 9h30

Programme :

- | | |
|-------------------------|-------------------------------|
| 400 m Surface ou 400 IS | - Toutes catégories |
| 50 m Surface Bipalmes | - Toutes catégories |
| 50 m Surface Monopalme | - Toutes catégories |
| 25 m Apnée | - Benjamins Filles et Garçons |
| 25m Surface | - Poussins Filles et Garçons |
| 50 m Apnée | - Minimes Filles et Garçons |

Après-midi : Ouverture des portes à 13h30 – Echauffement jusqu'à 14h30

Programme :

- | | |
|-------------------------|------------------------------|
| 200 m Surface Bipalmes | - Toutes catégories |
| 200 m Surface Monopalme | - Toutes catégories |
| 100 m Surface Bipalmes | - Toutes catégories |
| 100 m Surface Monopalme | - Toutes catégories |
| 100 m IS | - Toutes catégories |
| Relais 4 x 50 m | - Poussins Filles et Garçons |
| Relais 4 x 100 m | - Autres catégories |

Les **engagements** doivent parvenir par internet : E-NAP et par e-mail sur feuille d'engagement récapitulative ci-jointe à Christiane KOSTRZEWA (ecnpm@9online.fr) **au plus tard le 3 avril 2008 à minuit.**

Classement sur les 2 meilleures courses de chaque nageur des catégories : PG/PF – BG/BF – MG/MF

Les 3 premiers de chaque catégorie ainsi que le plus jeune nageur recevront une coupe.

Droits d'engagement : 1 € par nageur

Pensez à vous munir d'une pièce de 2 € pour la consigne vestiaire et n'oubliez pas votre bonnet de bain, obligatoire dans ce bassin.

**La Présidente,
Michèle RAUZIER**

(Possibilité de prendre un repas en réservant directement à la cafétéria Aqualuna au 04.67.83.93.97)

