

Dimanche 4 Mai 2019

COMPETITION DE NAGE AVEC PALMES

CHALLENGE François 1^{er}



COGNAC

Inscription à **partir de 8h30**, Base Plein Air André Mermet, Allée basse du parc, 16100 Cognac

2 distances sont proposées :

6km (Challenge François 1^{er}) et **2km** (Loisir Open, Petit gravier)

A fournir, Licence FFESSM 2019 (pour les 6km) et certificat médical

Port d'un vêtement néoprène obligatoire, flotteur autorisé

Contact – 06.08.01.41.75 – Eric.pannaud@orange.fr

Après la compétition, douches chaudes et collation - Inscription par nageur : 10 euros –Participation Accompagnant au repas 10 euros

Dimanche 4 Mai 2019

COMPETITION DE NAGE AVEC PALMES

CHALLENGE François 1^{er}



COGNAC

INSCRIPTION COMPETITION

EPREUVE

<input type="checkbox"/>	CHALLENGE FRANCOIS 1 ^{er} (6km)
<input type="checkbox"/>	PETIT GRAVIER (2km)

Cocher la Case correspondante

Chaque compétiteur devra fournir sa LICENCE 2019 FFESSM + certificat médical de non contre-indication à la nage avec palmes en compétition pour l'inscription au challenge François 1^{er} (6km) ou devra fournir un certificat de non contre-indication à la nage avec palme pour l'inscription à la course du petit gravier (2km)

NOM	Prénom	Date Naissance	No de LICENCE 2019
Adresse Mail		No Téléphone	Club et Région

Ci-joint les frais d'inscription de 10 euros à l'ordre du CODEP FFESSM CHARENTE (10 euros de participation au repas par accompagnant)

Fiche à renvoyer (avec règlement) à