



Samedi 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

Samedi 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

Eric PANNAUD – 6 rue des loriots – 17610 Chaniers