

Piscine communautaire
de St Romain de Colbosc

DIMANCHE
5 DECEMBRE 2010

Accès aux bassins
à 14 hrs

LES EPREUVES :
dés 14hrs45

Les 50m :
papillon/dos

Les 100m :
brasse/nage libre/4 ngs

le 200 nage libre

et le 4X50 nage libre
Dames /Messieurs/mixte

LES RECOMPENSES:

Un podium par catégorie
au cumul des nages
(3 maxi)



Bassin de 25 m,
5 couloirs

LES ENGAGEMENTS :
Avant le
samedi 20 novembre
format Nat2i à

cnsr@orange.fr

LE TARIF des EPREUVES:
Individuelle : 3€
Relais : 6€

Chèque à l'ordre du :
CNSSR

ADRESSE D'ENVOIS :
CNSSR

Piscine communautaire
Avenue du Général De Gaulle
76430 St Romain de C.

PLUS D'INFOS :
Robin Delahaye(MNS)
rob.delahaye@free.fr

Un cadeau pour chaque participant,
Et un buffet « ravitaillement » sont offerts par les Maîtres du CNSSR