

**Dimanche 15
Décembre 2019**

**5 KILOMETRES
INDOOR**

**Villenave d'Ornon
50m x 8 couloirs**

CATEGORIES

Jeunes (2007/2008/2009)
Juniors 1 (2005 / 2006)
Juniors 2 (2003 / 2004)
Juniors 3 (2001 / 2002)
Seniors (2000 et avant)

HORAIRES

 Les horaires sont susceptibles de changer selon le nombre d'engagements

Ouverture des portes à 12h30
Evacuation du bassin à 13h25
Début à 13h30

PROGRAMME

5 Kilomètres

REGLEMENT

Se référer au programme régional page 21
Le nombre de séries est limité à 3
Le nombre de nageurs sera donc limité à 48 nageurs
Des séries mixtes pourront être organisées afin de faciliter l'organisation
Pas de ravitaillement pendant la course
Tout nageur n'ayant pas terminé la distance de 5kms au bout d'1h30 devra sortir de l'eau
Les forfaits doivent être réalisés au moins 30 minutes avant le début de la compétition. Tout forfait intervenant après sera facturé.
Les clubs participants devront présenter 2 officiels au minimum

TARIF

10 € par engagement pour les clubs hors Gironde

RECOMPENSES :

Podium aux 3 premières filles et 3 premiers garçons toutes catégories

ENGAGEMENTS :

Les engagements se font exclusivement en ligne par Extranat. La date limite pour cette compétition est fixée au **mercredi 12 Décembre (23h59)**. Tout engagement après cette date sera facturé 10€ par épreuve.

COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux

05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / contact@ffnatation33.org

<http://gironde.ffnatation.org>