

FEDERATION FRANCOPHONE BELGE DE NATATION

a.s.b.l.

Avant - Programme

À soumettre au Secrétaire du District (en quatre exemplaires)
au moins deux mois avant la fête

District : L.N.L.

Rédigé le : 09.11.2009

Club organisateur : **Embourg Natation – Masters Jean-Baptiste Evrard** affilié à la L.F.B.N.
Jour, date et heure : **Dimanche 07/03/ 2010 - 09h30**
Lieu : **Piscine communale d' Embourg**
rue : **Au Chession, 8** Fête par invitation
Code postal : **4053** Commune : **Embourg**

INSCRIPTIONS : 3€

Fête organisée sous les règlements de la Fédération Francophone Belge de Natation
Le programme sera établi en fonction des temps d'inscriptions

Inscriptions à envoyer chez Haquet Olivier jusqu' au **27 février 2010**
rue : **de l'Aunaie, 5** code postal : **4031** commune : **Angleur**
Téléphone : **0479/984.981**
Email : olihaguet@teledisnet.be – embourg@ffbn.be

N° de l'épreuve	Heure	Désignation de l'épreuve Distance, style, catégorie	Prix affectés à l'épreuve
		Ouvertures des portes – Echauffements : 08H30 Formation du jury 09h00 Courses : 09H30	
10	09h30	50 m nages libre CS	Un T shirt est offert à tous les participants
11		200 m dos CS	
12		200 m papillon CS	
Pause			
13		100 m 4 nages CS	
14		50 m dos CS	
15		200 m nage libre CS	
Après midi :			
Echauffement			
16		50 m papillon CS	
17		100 m brasse CS	
Pause			
18		100 m nage libre CS	
19		400 m 4 nages CS	
20		Relais 4X 50m nage libre dame	
21	Relais 4X 50m nage libre monsieur		
22	Relais 4X 50m nage libre mixte		

Piscine de **25 m** **5** couloirs
Pour le club
Le Secrétaire Haquet Olivier

Juge Arbitre : Denis BOUQUEGNEAU (FNCS)

Approuvé par le District de L.N.L le : 10 novembre 2009

Le président ou le secrétaire

Guy Lemaire