



## VILLEMOMBLE SPORT NATATION

22, route de Noisy – 93250 VILLEMOMBLE ☎ 01 48 55 48 34/0664521995

Site web : [vsnat93.free.fr](http://vsnat93.free.fr)

[vsnatation93@aol.com](mailto:vsnatation93@aol.com)

### 'SE REMAÎTRE A L'EAU' - vendredi 20 /11/2015

Programme : *Echauffement* 19h30, 1ère course 20h15.

(Epreuves nagées en bassin de 25 mètres-5 lignes d'eau).

50m Papillon Dames & Messieurs.  
50m Dos crawlé Dames & Messieurs.  
50m Brasse Dames & Messieurs.  
50m Nage libre Dames & messieurs.  
100 m 4Nages Dames & Messieurs.  
Relais Mixte : 4x25m 4 Nages (2 Dames & 2 Messieurs).

Classement par catégorie (épreuves individuelles):

C0 : 18/ 24 ans : C5 : 45 /49 ans C10 : 70 /74 ans C15 :95 et après  
C1 : 25 /29 ans : C6 : 50 /54 ans C11 : 75 ans / 79 ans  
C2 : 30 /34 ans : C7: 55/ 59 ans C12 : 80 /84 ans  
C3 : 35 /39 ans : C8 : 60 / 64 ans C13 : 85/89 ans  
C4 : 40 /44 ans : C9 : 65/ 69 ans C14 :90 ans /94 ans

**Règlement** : Peuvent participer tous les nageurs régulièrement licenciés à la F.F.N. De 25 ans, ainsi que les nageurs de 18 révolus à 24 ans ne participant à aucune compétition inscrite au programme départemental, régional et/ou fédéral. Un nageur ne pourra participer qu'à 2 épreuves individuelles au maximum et au relais. Relais mixte : (2 Dames et 2 Messieurs) classement toutes catégories.

**Engagements** : à partir du lundi 16/11/2015, par extranat  
Piscine de VilleMOMBLE : 22, route de Noisy, VilleMOMBLE 93250.

**Buffet** : Médiathèque « Robert Calmégane » : Prix : 15 € (remise des récompenses).  
(Réservation : liste par club au moment des engagements une semaine avant la compétition :

**Récompenses** : épreuves individuelles : une médaille aux trois premiers dans chaque épreuve et dans chacune des catégories Dames et messieurs.

Relais : les 3 premières équipes recevront une coupe.

**Officiels et renseignements** : Merci de bien vouloir fournir 1 officiel par club pour faciliter le bon déroulement de cette rencontre sportive.

( Belgacem Oizane :0664521995 ) .

**REMISE DES RECOMPENSES ( à partir de 22 heures) .**

**MEDIATHEQUE ROBERT CALMEJANE :**

**Salle Chatrian au 1<sup>er</sup> étage  
118 /120 Grande Rue  
93250 Villemomble**

**(Située en direction de la gare de Gagny au départ de la piscine trottoir de droite à 1500 mètres).**

**MENU ....**

**Apéritif :** le cocktail maison (avec ou sans alcool)

**Entrée par personne:** Nem (2 pièces/per) et beignet de poisson (2 pièces/per) et maki saumon (2 pièces/per).

**Plat (4 plats différents à partagés) :** canard aux champignons noirs

Bœuf aux oignons

Poulet aux basilic et piments frais

Poisson à la sauce aigre douce

**Accompagnement :** Riz cantonné (sans porc) et nouilles sautées aux légumes (moitié-moitié).

**Boisson :** soit rosé ou rouge (4pers/bouteille) ou coca 1,5L (4per/bout) ou eau minérale.

**Réservation par email à :** [vsnatation93@aol.com](mailto:vsnatation93@aol.com) avant le 16/11/2015

**Règlement par chèque à:** l'ordre de VSN et par courrier **Jusqu'au 16 novembre 2015**

**À adresser :**

A Villemomble Sport Natation : **(la facture sera établie au nom du club).**

Piscine de Villemomble 22 route de Noisy  
93250 Villemomble.