



COUPE DE BELGIQUE OPEN
Longue distance 2016



Organisé par l'Aquani-Nivelles, le dimanche 25 septembre 2016 au centre ADEPS de la Marlette (Seneffe) en partenariat avec la LIFRAS et la BEFOS-FEBRAS.

● Nous vous proposons un barbecue et un bar pour une journée ensemble.

Programme :

- **10h00-11h30** : accueil, inscription et contrôle matériel.
- **12h00** : briefing.
- **12h30** : départ de la course **1000m** : promotion pour jeunes, plongeurs ou débutants (en ordre de licence fédérale).
- **13h30** : départ de la course **4000m.**
- **16h00** : remise de prix.

Modalités :

- Règlement CMAS.
- Frais de participation par nageur : 7 €
- Etre en ordre de cotisation (fédérale) et certificat médical

▶ Inscriptions souhaitées au plus tard pour le 20/09/2016

- Nom, prénom, date de naissance et distance (phea18@hotmail.com)

Lieu : Centre ADEPS de la MARLETTE - rue de la marlette 3 à 7180 Seneffe.

(Autoroute E19 sortie 20, direction Seneffe, longer le canal à votre droite, troisième rond-point, direction ADEPS- LA MARLETTE).

Informations supplémentaires :

- Eric André : phea18@hotmail.com : +32 476/56.66.70
- Dominique André : dominique.andre2811@gmail.com : +32 477/47.69.92