

Dimanche 13 Juillet 2014

Plage de Dieppe

Front de mer, face piscine des Bains, Casino

Conditions de mer :

Température de l'eau minimale 15°

Force maxi du vent : 4

Inscriptions sur place : Obligatoires

Engagements : 5€ la course, ravitaillement compris

Règlements particuliers :

Pour la course de la Dieppoise,

- Age minimum : 14 ans (2000)

Pour les - de 18 ans (97 et +), autorisation parentale obligatoire + signature d'une décharge de responsabilité (*sur place*)

Pour les 18 ans et + (96 et -), signature d'une décharge de responsabilité (*sur place*)

- Tout matériel (*palmes, tubas, plaquettes, planches, ...*) autorisé.

• 3 départs :

1^{er} course avec palmes / Planches / Plaquettes / Tubas ...

2^{ème} course, Nage Libre

3^{ème} course, le pass'compétition eau libre (FFN), être titulaire des du sauv'nage et du pass'sport de l'eau, née en 2005 et avant, licencié à la FFN / FFTri

- **Récompenses** : Pas de podium !!! un diplôme et lot de participation pour tous les concurrents

- Catégories d'âges : pas de catégorie

Pour la course des Harengs :

- Licence FFN / FFTri ou certifi médical + brevet de 500 m obligatoire

- Tous concurrents souhaitant nager en combi néoprène ne sera pas classé mais pourra prendre part à l'épreuve. Palmes, Plaquette, tubas interdits !!

- **Récompenses** : les 3 premiers Dames & Messieurs par catégorie seront récompensés par les organisateurs.

- Catégories d'âges :

Minimes (99/2000) ; Cadets (97/98)

Jun/ Sen (96 à 83) ; vétérans (30 ans et +)

INSCRIPTION AU PC CMND : de 10h30 à 11h00

LA DIEPOISE : 500m PLAGE DE DIEPPE

- Briefing de la course 11h00

- Départ des courses 11h15

- Arrivée de la course 12h00



LA COURSE DES HARENGS : 2000m PLAGE DE DIEPPE

- Briefing de la course 12h00

- Départ de la course 12h15

- Arrivée de la course 13h00

- + Podiums



Fiche d'inscription :

(à remplir et remettre au PC le jour de la manifestation)

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse complète :

Courses

☐ **LA DIEPOISE**

Entourer votre course

Combinaison

Avec palmes, Masques...

Nage Libre

Pass'compétition (réservée FFN, FFTri)*

☐ **LA COURSE DES HARENGS**

Numéro licence FFN ou FFTri :

Infos

- Pour "la Dieppoise" signature d'une décharge de responsabilité obligatoire ainsi que d'une autorisation parentale pour les mineurs.

- Pour la course des harengs : FFN ou FFTri présentation d'un justificatif de licence 2013/2014 OU certificat médical + brevet de 500m

Signatures

La nageur :

Le représentant légal :
(pour les mineurs)