

Compétition catégorie Avenir

Lieu : Piscine Avignon Stuart Mill (Chemin de Mal peigné, Avignon)

Entraîneur : Greg (Tél : 07 60 80 12 89) entraîneuradjoint@encarpentras.fr

Repas : à la charge des familles (Flunch Auchan le Pontet ou pique-nique ou retour maison)

Rendez – Vous : **Dimanche matin : 8h55** -Dimanche Après-midi : **13h55**
(à la piscine d' Avignon)

Engagements:

Noms		Dimanche matin	Dimanche après-midi
Andre Laurine	2008	50 DOS - 200 NL	50 PAP
Harbi daoud	2008	50 DOS - 200 NL	50 PAP
Dubois Evans	2008	50 DOS - 200 NL	50 BR
Dechezlepretre Jules	2007	50 DOS - 200 NL	50 PAP
Dury Arthur	2007	50 DOS - 200 NL	50 PAP
Mertens Jules	2007	50 DOS - 200 NL	50 PAP
Muller Yanis	2007	50 DOS - 200 NL	50 BR - 50 PAP

Noms		Dimanche matin	Dimanche après-midi
De Mello Cassie	2007	100 NL - 100 DOS	100 BR - 400 NL
Habi Yaakoub	2006	100 NL - 100 DOS	100 PAP - 400 NL
Jespierre Maelyss	2007	100 NL - 100 DOS	100 BR - 400 NL
Jourdan Morgan	2006	100 NL - 100 DOS	100 PAP - 400 NL
Rincon Gimenez Antoine	2006	100 NL - 100 DOS	100 PAP - 400 NL
Rivallin Raphael	2006	100 NL - 100 DOS	100 PAP - 400 NL
Sdiri Medhi	2006	100 NL - 100 DOS	100 PAP - 400 NL

Programme

Pass'Compétition : Paloma Lassoujade-Gabet / Gautier Nakajima Moé

Dimanche matin : Echauffement 8H

50 NL D/M – 100 NL D/M – 50 DOS D/M – 100 DOS D/M – 200 NL D/M

Dimanche après-midi : Echauffement 14H

Test ENF 3 « Pass'Compétition » natation course :

50 BR D/M – 100 BR D/M - 50 PAP D/M – 100 PAP D/M – 400 NL D/M