

22^{ème} Descente de la Seudre Organisée par le ROC Plongée

Nage avec palmes Dimanche 25 mars 2018

- **Rendez-vous: 9H30** au Gymnase du Groupe Scolaire Jules Ravet,
4 rue Jules Ravet,
17600 Saujon
(Le gymnase est situé à côté du collège, près de la place Richelieu)
- **Inscription:** Sur place, présenter la licence fédérale, participation au frais (5 euros)

Les vestiaires du gymnase sont à notre disposition pour nous changer avec la possibilité de prendre une douche chaude à l'arrivée.

- **Départ à 10H:** Distance, environ 2km
- **Catégories:** classement distinct Hommes/Femmes
Jeunes : - 18 ans
Espoirs : 18 à 40 ans
Seniors : 40 à 60 ans
Vétérans : + de 60 ans
Monopalme



- **Fin de course vers 12H:** Chocolat chaud, viennoiseries à l'arrivée.
Proclamation des résultats, remise des brevets et apéritif au gymnase.
Un cadeau souvenir sera remis à chaque participant.

PS : A l'issue de l'épreuve, possibilité de prendre un repas en commun au restaurant (prix: entre 15 et 20 euros environ) sur le port de Ribérou. Merci de prévenir jeudi 22 mars dernier délai.

Contacts : Vanessa Morin : morin.vanessa17@laposte.net

Fabien Goulevant : fabien.goulevant@neuf.fr