



FFESSM n° 0233053

Dimanche 02 Mai 2010

Compétition de Nage Avec Palmes



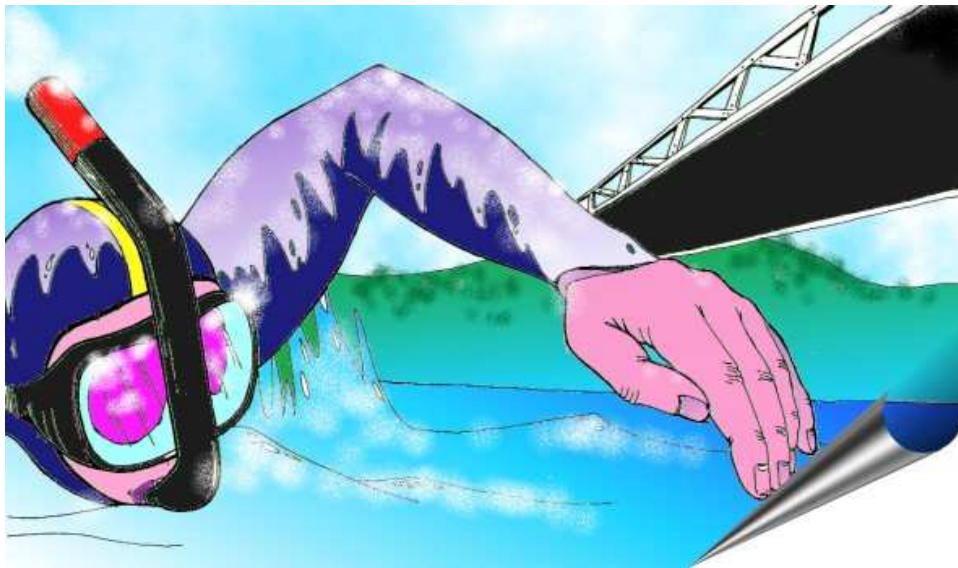
FFESSM n° 0233053

Le Challenge des deux rives

PODENSAC-PORTETS

organisé par le S.A.C.S.O.

12^{ème} Edition



Inscriptions à partir de 09h00 à la salle polyvalente, rue de la Bonneterie
33640 Portets.

2 distances sont proposées : 10 kms (Licence FFESSM avec assurance compétition + certificat médical obligatoires) et 2kms (distance Loisirs et découverte de l'activité Nage Avec Palmes, certificat médical de non contre-indication à la Nage avec Palmes à présenter)

Nombreuses récompenses.

Contacts : Denis BARROUIL, 06 82 58 37 52 (portable) , 05 56 40 45 31 (service Nautique) et Roger SONNET 06 09 73 05 76

Après la compétition, douches chaudes et collation suivi d'un repas.

Les frais d'inscriptions par nageurs s'élèvent à 5 euros. (repas+Inscriptions),

Pour les accompagnants, prix du repas 5 euros.

Participation des Municipalités de Portets, Podensac, Pessac...



CHALLENGE DES DEUX RIVES

(POD)

ENSAC----PORTETS)

Chères Amies et chers amis,

Le SACSO vous invite à la 12^{ème} édition du **Challenge des Deux Rives**, qui vous permettra de rallier PODENSAC à PORTETS sur la Garonne, le **Dimanche 02 MAI 2010**. Cette traversée de Nage avec Palmes est placée sous la responsabilité du Sub- Aquatique- Club- du Sud- Ouest (**SACSO**).

Les flotteurs sont bien sur admis et il y aura un classement distinct, entre les nageurs sans appuis et les nageurs avec appuis sur la distance des 10 kms.

2 distances vous sont proposées :

- 10 Kms : **Licence FFESSM avec assurance compétition + certificat médical obligatoires**
- 2 Kms: **Distance « Loisirs et découverte » de l'activité Nage avec Palmes**
- Certificat médical de non contre-indication à la nage avec palmes obligatoire.**

Les frais de participations par nageur s'élèvent à 5 Euros (Repas +inscriptions)
Pour les accompagnants, prix du repas 5 euros.

Organisation de la journée :

09H00 : Inscriptions à la Salle polyvalente, rue de la bonneterie, 33640 PORTETS.

11H00 : Briefing.

11H30 : Départ en bus de Portets vers Podensac (Chantier Naval des Tuilières).Nageurs équipés pour les 10 kms.

12H00 : Départ des 10kms. Podensac -Portets.

12H45 : Départ des 2 kms.Langoiran-Portets. (Nageurs amenés à Langoiran en mini bus)

13H00 : Arrivée prévue au Port Halte Nautique de Portets, pour les 10 et 2 kms.

Boissons, Douches pour les Nageurs, suivi d'un repas pour tous.

16H00 : Remise des prix, qui clôturera cette 12^{ème} Edition.

Le Challenge des Deux Rives sera remporté par le Club ayant obtenu le plus de points sur la distance des 10 kms.

Ce Challenge sera remis en jeu chaque année.

De nombreuses récompenses seront distribuées aux participants.



Pour tous renseignements complémentaires, veuillez contacter :

Denis Barrouil

06.82.58.37.52 Portable

05.56.40.45.31 Travail. Service Intervention Nautique de

Bordeaux

L'organisateur se réserve le droit de modifier les horaires de départ de la course de quelques minutes le jour de l'épreuve, en fonction des conditions climatiques jouant sur les marées. La présence des nageurs lors du briefing est indispensable.

