

## **Compétition d'animation de Noel**

Dimanche 22 décembre 2024 à Troyes, piscine des chartreux (CD10)

*OP : 13h30 DE : 14h30*

25 brasse avenir	Pause 15 minutes
4 x 100 nage libre D et M	25 crawl avenir
50 dos-brasse avenir	4x50 nage libre mixte
4x50 4 nages mixte	50 brasse-crawl avenir
100 4 nages avenir	4x100 4 nages D et M <i>Chaque nageur fait un 100 4 nages</i>

Pas de récompense /Goûter et boissons