

TOUS LES DEPARTS ONT LIEU DANS L'EAU A 50m DU BORD !

— 150m – Ecoliers (10-13 ans) et Fun Races: les nageurs laissent les bouées à leur droite

— 250m – Youth League : les nageurs laissent les bouées à leur droite

— 400m – National League et Short distance: les nageurs laissent les bouées à leur droite

— 750m – Sprint distance : les nageurs laissent les bouées à leur droite

ZONE D'ECHAUFFEMENT  
Merci de ne pas vous  
échauffer sur le parcours

