



**PLONGÉE SPORTIVE en PISCINE**



Fédération française d'études et de sports sous-marins



**Les Clubs Subaquatiques d'Avranches et de Coutances,  
sous l'égide de la COPSP 50,  
vous invitent à la**

## **Rencontre de découverte de la PSP (Plongée Sportive en Piscine) 2020**



**Au Centre Aquatique Océalis de Beaumont**

**Le Jeudi 13 février 2020  
18h30-22h30**

**Démonstrations / Pratique Guidée /  
Petite Compétition entre nous pour les plus motivés  
de la PSP**

**Gratuite pour tous les licenciés FFESSM dès le niveau du plongeur d'or (ou Niveau 1)  
Visible par le public**

## Au Programme :

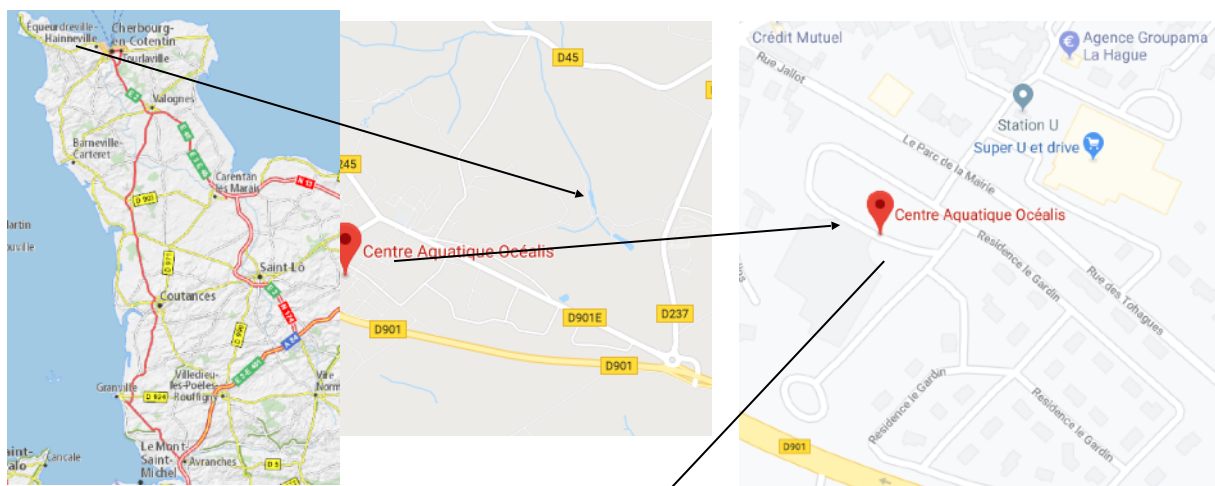
- 18h30 Accueil des clubs et licenciés au Centre Aquatique
- 19h00 Présentation de la PSP en salle avec la description de 5 épreuves,
- 20h00 Petite Démonstration par des pratiquants aguerris  
Puis 5 ateliers guidés pour vous essayer :
  - Combiné
  - 200 m Trial
  - 23 m émerSION,
  - 50m octopus bi-bouteille
  - 50m octopus mono-bouteille
- 20h45 Mini-compétition pour les volontaires sur les 5 épreuves
- 22h00 Fin de la piscine et Petit brunch partagé entre plongeurs  
(merci d'apporter une gourmandise maison à partager)

Tout le matériel de scaphandre sera fourni, le bonnet de bain n'est pas nécessaire.

Prévoir juste son maillot de bain, Palmes, Masque, Tuba, éventuellement un shorty et surtout votre bonne humeur !

Des boissons rafraichissantes seront distribuées sur place.

## Accès :



## Inscription :

Afin de prévoir la logistique, et d'organiser au mieux cette manifestation, nous vous demandons de nous donner le nombre de vos adhérents intéressés par l'évènement sous forme d'un tableau comme ci-joint :

N o m <span style="float: right;">d u</span>			
Club : .....			
.....			
Nombre de participants : .....			
NOM	PRENOM	DATE DE NAISSANCE	N° DE LICENCE

**Et nous l'envoyer impérativement avant le 10 février**  
**à [requingris@wanadoo.fr](mailto:requingris@wanadoo.fr)**

**Cette rencontre reste gratuite pour tous les manifestants...**

Espérant vous accueillir bientôt, nous restons à votre disposition pour toute demande  
d'information éventuelle  
au 06.76.81.48.17