

LA LIGUE NOUVELLE AQUITAINE DE NATATION
LE COMITÉ DE GIRONDE DE NATATION

VOUS PROPOSENT UN WEEK END DE NATATION EN EAU LIBRE

À HOSTENS
En Gironde

SAMEDI 27
DIMANCHE 28
SEPTEMBRE



SAMEDI 27 SEPTEMBRE

10 ème édition pour Osez Hostens avec de nouvelles épreuves !

Ne limitez pas vos défis, Défiez vos limites :

- Lors de votre inscription vous choisissez la boucle de 500 m ou 1000 mètres
- Vous devez réaliser cette boucle 1, 2, 3, 4 ... jusqu'à 7 fois dans un temps imparti
- Vous arrivez à nager la boucle dans les temps, l'aventure continue...
- Vous ne rentrez plus dans les temps et l'aventure se termine !

A la fin, il n'en restera qu'un.e :

- Course à élimination directe
- Tous les participants nagent 1200 mètres. Les meilleur.e.s (voir catégories) se qualifient pour le tour suivant
- Les qualifiés nagent 800 mètres et les meilleur.e.s se qualifient pour la finale
- La finale se nagera sur une épreuve de 500 mètres

10^è
ÉDITION
2 NOUVELLES
FORMULES DE COURSES

Osez Hostens

Samedi 27 septembre 2025

NATATION EN EAU LIBRE AU LAC D'HOSTENS
par le Comité Départemental de Natation de la Gironde



- Combien de boucles de 500 ou 1000m serez-vous capable de parcourir ?

- Courses à élimination : 1200 / 800 / 500 mètres

Plus d'infos : eaulibre.ffnatation33.org





DIMANCHE 28 SEPTEMBRE

La Ligue Nouvelle Aquitaine organise les Championnats de ligue de natation en eau libre.

Au programme de cette journée à Hostens :

Championnat régional Benjamins :

- Un parcours de 2500 mètres

Championnat régional juniors / seniors :

- Un parcours de 5000 mètres

Championnat régional Relais :

- 4 x 500 mètres

Règlements des
Championnats



TOUTES LES EPREUVES SONT OUVERTES AUX LICENCIES ET AU GRAND PUBLIC



**28/9
2025**

CHAMPIONNAT DE LIGUE NATATION EN EAU LIBRE

HOSTENS (33) - lac de Lamothe

Benjamins : 2500m

Juniors : 5000m

Relais 4x500m

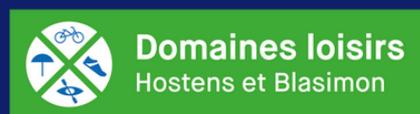
**Toutes les épreuves ouvertes
aux licenciés et au grand public**

**Inscriptions
renseignements**





LES PARTENAIRES



nümorning.



RETROUVEZ NOUS SUR NOS RESEAUX SOCIAUX



@osez_la_natation_en_eau_libre



@osez la natation en eau libre



@ffnatationlna



@Ligue Nouvelle-Aquitaine de natation