

PARCOURS SWORD COLD SWIMMING



50 M RELAIS : Bouée de départ ---- bouée de 25m aller /retour

100 M : Bouée de départ ---- bouée de 50m aller /retour

200 M : Bouée de départ ---- bouée 3 aller /retour

500 M : Bouée de départ ----1 tour

1000 M : Bouée de départ ----2 tours