



**Nage-O-Max du CNMN**  
 Vendredi le 18 janvier 2019  
 Piscine Henri-Bourassa  
 16h à 21h

**Défi d'endurance sous une thématique disco !**

**Objectifs**

- **Amasser 5000\$ au profit du CNMN.**
- **Offrir aux nageurs la possibilité d'amasser des fonds.**

Le CNMN organise une levée de fonds le vendredi 18 janvier entre 16h et 21h. Lors de cette soirée de plaisir et de défi, les membres et leurs familles sont invités à participer à un défi d'endurance qui correspond à leurs niveaux. Cette levée de fonds est obligatoire pour tous les membres.

Les athlètes nageront par bloc de 15 minutes à la fois et devront faire le minimum de mètres que leur groupe comme défi. Ils pourront par la suite, nager plus de distance et amasser des fonds pour eux-mêmes. Un maximum de mètres est prévu dans chacun des groupes.

**Horaire du Nage-O-max**

16h à 18h : Groupes Performance, Benjamin, Sport-études (2x) et Junior.

18h à 20h : Tous les groupes du CNMN.

20h à 21h : Maîtres-nageurs, adultes, familles et amis.

Groupes	Défi distance minimum x groupe	Contribution minimum à amasser au profit du CNMN	Défi distance maximum	\$\$\$ au profit du nageur
<b>Mini</b>	300 m	25 \$	500 m	<b>Selon votre campagne de recrutement auprès de vos donateurs</b>
<b>Recrue</b>	1 km	35 \$	1,5 km	
<b>Novice</b>	1.5 km	35 \$	2 km	
<b>Espoir</b>	2 km	35 \$	2,5 km	
<b>Relève</b>	2.5 km	35 \$	3 km	
<b>Junior</b>	3 km	35 \$	3,5 km	
<b>Benjamin</b>	3 km	35 \$	4 km	
<b>Performance</b>	3 km	35 \$	5 km	
<b>Sport-études</b>	3 km	35 \$	5 km	
<b>Maîtres-nageurs</b>	1 km	25 \$	3 km	

Les parents ou amis du CNMN qui veulent participer à l'événement sont les bienvenus. Que ce soit seul ou en groupe, il est possible de participer au Nage-O-Max. Une décharge devra être signée pour tous les participants non-membres athlètes du CNMN. Les dons amassés dans cette catégorie vont au CNMN.

	Défi distance			Contribution
<b>Individuel</b>	1 km	2 km		25 \$
<b>En équipe de 4</b>	1 km	2 km	3 km	80 \$

