



**COMITE D'AQUITAINE**  
**PROGRAMME COMPETITION**  
**N3 Performance Juniors / Séniors**  
**Coupe Promotion Interrégionale**

**25 et 26 mai 2013**

**Samedi 25 mai**  
**Piscine Grand Parc**  
**60 cours de Luze 33000 Bordeaux**

17h Réunion des juges à la piscine

17h50 Ouverture de la piscine

18h00 - 18h45 Echauffement des nageuses

19H00 Compétition figures imposées 2 Ateliers

21H00 Fin de la compétition



Dimanche 26 mai  
Piscine Tissot  
46 rue Léon Blum 33000 Bordeaux

Ouverture de la piscine à 9h15

9h30-10h15 Réunion des juges

**9h30-10h15 Echauffement TT cat**

10h30 **Compétition des Ballets combinés TT Cat**

- 6 ballets

**11h00 - 11h45 Echauffement Coupe Promotion**

12h00 **Compétition Coupe Promotion**

- 1 duo libre
- 2 ballets combinés

**12h30 Défilé des nageuses – Remise des récompenses Ballets TT Catégories et Coupe Promotion**

12h30 – 13h30 Pause Repas

**13h30-14h15 Echauffement Ballet Junior**

14h30 **Compétition Ballet d'équipe**

- 5 Ballets

**15h00- 15h45 Echauffement Solos Juniors / Séniors**

**16h00 Compétition Solos**

- 1 Séniors
- 3 Juniors

**16h15-17h00 Echauffement Duos Juniors / Séniors**

**17h15 Compétition Duos**

- 4 Juniors
- 3 Séniors

**17h30 Défilé des nageuses – Remise des récompenses Figures Imposées / Equipes / Solos /Duos**