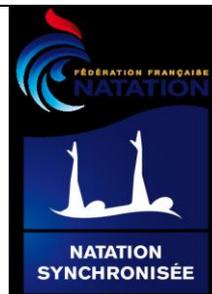




# Compétition de SYNCHRONAT

## Dimanche 7 Décembre 2014

### CAHORS



Juge-Arbitre : C. LAPORTE

Déléguée Comité : C. KITEGI

## PROGRAMME

9h Ouverture **Piscine DIVONEO** 150, rue de la Guinguette

9h **Réunion du JURY synchro découvert, argent et or**

9h40 *Echauffement toutes épreuves synchro d'argent et or*

10h10 *Mise en place des nageuses*

**10h20' Compétition Figures Techniques synchro d'argent**

**10h30 Compétition Propulsion Technique synchro d'argent par 2**

**10h40' Compétition Propulsion Ballet synchro d'argent**

**11h10' Compétition Propulsion Ballet synchro d'or**

**11h30 *Communication des Résultats***

11h20' *Echauffement toutes épreuves découverte*

11h50 *Mise en place des nageuses*

**12h00 Compétition Figures Techniques découverte**

**12h30 Compétition Propulsion Technique découverte**

**12h35 Compétition Propulsion Ballet découverte**

**13h30 *Communication des Résultats***

Pause Repas

15h Ouverture **Gymnase Zacharie Lafage** rue Victor Hugo

15h00 *Echauffement parcours au sol journées découvertes, synchro d'argent et or*

15h30 *Répétition en musique*

15h45 *Mise en place des nageuses*

15h45' **Réunion du JURY**

**16h Compétition Parcours au sol Découverte**

**16h35 Compétition Parcours au sol Synchro d'argent**

**17h05 Compétition Parcours au sol Synchro d'or**

**17h15 *Communication des Résultats***