



COMITÉ
RÉGIONAL DE
MIDI-PYRÉNÉES
NATATION
SYNCHRONISÉE

Compétition régionale SYNCHRONAT

Samedi 28 mars 2015 à MONTAUBAN

Piscine INGREGO et Gymnase Ingres 261, Boulevard Montauriol



NATATION
SYNCHRONISÉE

Juge- Arbitre : Anne LACAZE

Déléguée Comité : Stéphanie FEUILLERAT

PROGRAMME

12h 00 : Ouverture des portes du Gymnase Ingres

12h 15 : Réunion du jury tous niveaux

12h 30 : *Echauffement pour parcours à sec synchro découverte et synchro Argent et Or*

13h 00 : Passage en musique

13h 15 : Mise en place des jurys parcours découverte

13h30 : Epreuve PARCOURS à sec du Synchronat Découverte

13h 45 : Mise en place du jury synchro Argent et Or

14h00 : Epreuve PARCOURS à sec des Synchronat Argent et Or

14h45 : *Défilé des nageuses et proclamation des Résultats*

15h 00: Réunion des Jurys des épreuves dans l'eau

16h 30: *Echauffement pour toutes épreuves Découverte, Argent, Or*

17h 00 : Mise en place des Jurys épreuves Découverte (2 jurys) et des nageuses

17h15 : Epreuves du Synchronat DECOUVERTE Propulsions ballet et technique / Figures techniques
Entraînements Argent et Or lignes 3.4.5.6

17h45 : Epreuves des Synchronat ARGENT et OR

Propulsions ballet et technique / Figures techniques

18h15 : *Défilé des nageuses et proclamation des Résultats*



COMITÉ
RÉGIONAL DE
MIDI-PYRÉNÉES
NATATION
SYNCHRONISÉE

Championnat régional ESPOIRS et Benjamines (solos)

28 et 29 mars 2015 à MONTAUBAN

Piscine INGREGO



NATATION
SYNCHRONISÉE

Juge- Arbitre : ANNE LACAZE

Déléguée Comité : Christine KITEGI

Programme Samedi 28 mars 2015

14h30 : Réunion des jurys solos et duos (salle niveau 1)

14h45 : Accès Collectifs

15h00 : *Entraînements SOLOS*

15h30 : *Mise en place jury SOLOS*

15H45 : **Compétition SOLOS Benjamines et Espoirs**

18h00 : *Entraînements DUOS (lignes 5.6.7.8)*

18h30 : *mise en place jury DUOS*

18H45 : **Compétition DUOS**

19h15 : Fin des épreuves du jour

Programme Dimanche 29 mars 2015

8h30 : Ouverture piscine et Réunion du jury des figures imposées (salle niveau 1)

9h00 : Entraînements figures imposées Benjamines et Espoirs

9h45 : *mise en place jurys*

10h00 : **Compétition Figures Imposées Benjamines**

10h15 : **Compétition Figures Imposées Espoirs**

12h30 : Pause REPAS

13h30 : Entraînement Equipe

14h15 : Passage en musique

14h30 : Réunion de juges Equipes

15h00 : **Compétition ballets d'EQUIPES**

16h00 : **Défilé et cérémonie protocolaire**