



Interrégion Sud-Ouest 2015

Championnats N3 FINA Benjamines et Seniors Challenges IRSO Benjamines et Seniors

13 et 14 juin 2015 à **MONTAUBAN** Piscine INGREGO

Juge-Arbitre : Vanessa LAMARQUE

Déléguée Comité M.P. : Christine KITEGI

Vice-Arbitre : Jacqueline LACAZE

PROGRAMME

Samedi 13 Juin 2015

- 14h Accueil Jury : Réunion pour épreuves Figures techniques imposées et Duos Techniques
- 14h45' Accueil Nageuses : accès vestiaires côté club (**Badges**)
- 15h Echauffement pour figures imposées
- 15h45' Mise en place des Jurys et des nageuses / 2 ateliers
- 16h N3 FINA Compétition Figures Techniques Imposées**
- 17h45' Echauffement SENIORS FINA Solos et Duos Techniques
- 18h15' Mise en place du jury ballets Solos et Duos
- 18h30' N3 FINA Compétition SENIORS ballets SOLOS et DUOS Techniques**
- 19h15' Fin des épreuves du jour



Interrégion Sud-Ouest 2015

Championnats N3 FINA Benjamines et Seniors Challenges IRSO Benjamines et Seniors

13 et 14 juin 2015 à **MONTAUBAN** Piscine INGREGO

Juge-Arbitre : Vanessa LAMARQUE

Déléguée Comité M.P. : Christine KITEGI

Vice-Arbitre : Jacqueline LACAZE

PROGRAMME

Dimanche 14 juin 2015

- 9h *Réunion du jury ballets Duos, Equipes*
- 9h45' Echauffement pour les duos Benjamines et Seniors Fina et duos Benjamines et Seniors Challenge.
Echauffement Solos Seniors Challenge
- 10h30' *Mise en place du jury ballets Duos / Solos*
- 10h45' IR Challenge : Compétition ballets DUOS Benjamines et Seniors.**
- 11h 05' N3 FINA : Compétition ballets DUOS Benjamines et Seniors.**
- 11h35' IR Challenge : Compétition ballets SOLOS Seniors.**
- 12h *Pause REPAS*
- 13h Echauffement pour les équipes Challenge Benjamines et Seniors
- 13h45' Echauffement pour les équipes Fina Benjamines
- 14h30' *Mise en place du jury ballets Equipes*
- 14h45' IR Challenge : Compétition ballets EQUIPES Benjamines et Seniors.**
- 15h30' N3 FINA : Compétition ballets EQUIPES Benjamines.**
- 16h15' Mise en place défilé
- 16h30' Cérémonie protocolaire de toutes les épreuves du week-end**