

Journées Techniques d'Hiver I.R.S.O.
Samedi 23 et dimanche 24 janvier 2010
BORDEAUX, Piscine municipale Galin (rue Galin)

(PERFORMANCE Juniors et Seniors / FINA Espoirs, Juniors et Seniors)

PROGRAMME DE LA COMPETITION

Samedi 23 janvier

De 10h à 12h30 : Réunion des jurys / Formation sur les nouvelles figures FINA jugées le week end. Adresse : ESPACE SOCIAL, Boulevard du Haut Livrac (à l'angle de l'avenue St Exupéry) à PESSAC ---> c'est juste à côté de la piscine Caneton

13h15 Ouverture de la piscine *(il ne sera pas possible d'accéder à l'établissement avant, même pour le pique nique)*

Entraînement figures imposées espoirs et éléments techniques seniors

14h20 Réunion du jury

14h30 Compétition des éléments techniques seniors (2 jurys - 5 nageuses), puis compétition des figures imposées espoirs (2 jurys - 22 nageuses)

16h30 Résultats et remise des récompenses

16h50 Entraînement des solos espoirs, juniors et seniors

17h35 Réunion du jury

17h45 Compétition Solos (13 solos)

18h15 Résultats et remise des récompenses

18h30 Fin de la compétition *(le bassin doit être libéré pour un match de water polo)*

Dimanche 24 janvier

9h Ouverture piscine / Entraînement figures imposées juniors

10h Réunion du jury

10h15 Compétition des figures imposées juniors (2 jurys - 82 nageuses)

13h Entraînement des duos espoirs, juniors et seniors

13h45 Réunion du jury

14h Compétition Duos (11 duos)

14h45 Résultats et remises des récompenses

15h Fin de la compétition