

Natation Synchronisée Comité Midi-Pyrénées Natation

Compétition du SOCLE
28 et 29 Mars 2009
COLOMIERS
Espace Nautique Jean Vauchère - Place des fêtes

Samedi 28 mars 2009 :

Cycle 1 Programme ACQUISITION

Salle de danse Maison des SPORTS 2, rue Abel Boyer COLOMIERS (entrée n°3)

9h00 : Entraînement Danse

9h30 : Réunion du jury

9h45 : Compétition Danse Acquisition

13h30 : Entraînement Technique

14h00 : Réunion des jurys

14h15 : Compétition Technique Acquisition

15h30 : Entraînement Propulsion Technique et Ballet

16h00 : Réunion des jurys

16h15 : Compétition Propulsions Acquisition (passage par 2 nageuses)

18h15 : Réunion des jurys

18h30 : Compétition Improvisation Acquisition

19h45 : Remise des récompenses

Natation Synchronisée Comité Midi-Pyrénées Natation

Compétition du SOCLE
28 et 29 Mars 2009
COLOMIERS
Espace Nautique Jean Vauchère - Place des fêtes

Dimanche 29 mars 2009

Cycle 2 Programmes DEVELOPPEMENT et FORMATION

DANSE : gymnase VOLTAIRE Colomiers (à côté de l'espace nautique)

	<u>DEVELOPPEMENT</u>		<u>FORMATION</u>
9h00	Entraînement Technique	9h00	Echauffement Danse
9h30	Réunion des jurys	9h45	Réunion du jury
9h45	Compétition Technique	10h00	Compétition Danse
11h00	Entraînement Propulsion	11h00	Repas
11h30	Réunion des jurys		
11h45	Compétition propulsions Techniques		
12h15	Compétition propulsions Ballet		
13h00	Repas	13h00	Entraînement Propulsion
		13h30	Réunion du Jury
		13h45	Compétition Propulsions Ballet
14h00	Entraînement Danse		
14h45	Réunion du jury	14h45	Entraînement Technique
15h00	Compétition Danse	15h15	Réunion du jury
		15h30	Compétition Technique
16h45	Réunion des jurys		
17h00	Compétition Improvisation		
17h30	Remise des récompenses	17h30	Remise des récompenses
