

Samedi 24 Novembre 2012

- 14h Préparation impro (1^{er} étage de la piscine)
- 14h45 **Réunion du JURY**
- 15h **Improvisation (29 N)**
- 15h30 Echauffement nageuses pour propulsions techniques, propulsions ballets et pass'compétition
- 16h Mise en place du jury et des nageuses
- 16h15 Propulsion technique (23 N)**
- 16h30 Propulsion Ballet (10 N) et Pass'compétition (19 N)**
- 17h Echauffement nageuses pour épreuve Technique
- 17h30 Mise en place des nageuses
- 17h45 Epreuve Figures Techniques (25 N)**
- 18h45' **Résultats et remises diplômes**

Compétition régionale du SOCLE samedi 24 Novembre 2012

MONTAUBAN

Piscine Chambord

Dimanche 25 Novembre 2012

Epreuve de DANSE Stade Pompidou (la fobio) rue du Général d'Amade salle d'haltérophilie.

(23 N) **Acquisition, Développement, Formation.**

9h Echauffement Acq. (2) Dev. (19) Form.(2)

9h45 Réunion du JURY

10h Compétition Danse

11h Résultats et remises diplômes

.....
Piscine Chambord

IMPROVISATIONS Cycle 2 : Développement (40 N) et Formation (12 N)

12h30 Préparation impro (1^{er} étage piscine)

13h **Réunion JURY**

13h15' Epreuve d'Improvisations Cycle 2 Développement et Formation

14h Réunion JURY Propulsions (Dévpt et form.)

14h15 Echauffement Propulsion techniques. Développement (5N)
Propulsions Ballet : Développement (3) et formation(2)

15h Mise en place des nageuses et du jury

15h15' Compétition Propulsions techniques et Ballet

16h Echauffement Technique : Développement(7) et Formation(1)

16h45 Réunion du jury

17h 15 Mise en place des nageuses et du Jury

17h30 Compétition figures techniques

18h15' Résultats et remises diplômes