



LIGUE NOUVELLE D'AQUITAINE

PROGRAMME

COMPÉTITION Synchronat et Pass compétition

Confrontation figures imposées
Avenir et Jeunes

Piscine Grand Parc
Cours de Luze

Dimanche 14 janvier 2018

Epreuve Parcours à sec à la piscine salle musculation 1^{er} étage

Ouverture de la salle à 9h

09H30 Echauffement des nageuses synchro Découverte (23) Argent/Or (26)
09h45 Réunion des juges
10h00 Compétition
12h15 Fin de la compétition

Ouverture de la piscine à 13h15

12h45 Réunion des juges

13h30 Echauffement des nageuses Synchro Découverte
14h00 Compétition synchro Découverte

- ☼ Propulsion technique (25)
- ☼ Figures (27)
- ☼ Propulsion Ballet / Pass compétition (30)

16h00 Echauffement des nageuses synchro d'Argent / Or

16h30 Résultats fin de la compétition Synchronat Découverte

16h45 Compétition synchro Argent / Or

- ☼ Propulsion Technique (25)
- ☼ Propulsion Ballet (25) 10
- ☼ Figures (8,2,5)

18h45 Résultats fin de la compétition Synchronat

LES NAGEUSES SYNCHRO ARGENT / OR DEVRONT SE PRESENTER A 15H45

Une buvette sera à votre disposition à la piscine à partir de 9h30 et vous proposera des sandwiches pour 12h