



Inter-région Sud-Ouest N3 Journées d'Automne

21 et 22 novembre 2015 TOULOUSE



Juge arbitre : Jacqueline LACAZE
Vice arbitre : Marie Decramer

Délégué régional : Christine KITEGI
Stéphanie Feuillerat

PROGRAMME Samedi 21 novembre 2015 Piscine Alban Minville

12h : Ouverture des portes

12h10 : **Réunion jury** figures imposées **Espoir**
12h30-13h10 : Echauffement figures imposées Espoir
13h15 : Mise en place jury et nageuses
13h30-15h30: Figures imposées Espoir

15h30 : **Réunion jury** figures imposées **Junior**
15h45-16h20 : Echauffement figures imposées Junior
16h20 : Mise en place jury et nageuses
16h30-17h40 : Figures imposées Junior

PROGRAMME Dimanche 22 novembre Piscine Alex Jany

8h30 : Ouverture des portes

8h45 : Echauffement solos **Espoir**
9h20 : **Réunion jury solos Espoir et Junior**
9h40 : Mise en place jury et nageuses
9h50 : Solos Espoirs

10h20 : Echauffement solos Junior et Senior
11h : **Réunion jurys (par atelier) solos Senior**
11h15 : Solos Junior
11h40 : Solos techniques Senior

12h : Défilé et cérémonie protocolaire