



Compétition de SYNCHRONAT

Dimanche 5 Mars 2017

CAHORS Piscine DIVONEO 150 rue de la Guinguette



Juge-Arbitre : C. LAPORTE

Déléguée Comité : S.FEULLERAT

PROGRAMME Samedi 04 mars Synchro d'Argent

- 16h20 *Réunion du JURY*
- 16h45 *Echauffement propulsion ballet et figures techniques*
- 17h30 *Mise en place des nageuses*
- 17h40 Compétition Propulsion ballet**
- 17h55 Compétition Figures Techniques**

Communication des Résultats

PROGRAMME Dimanche 5 mars Synchro Découverte

- 12h30 *Réunion du JURY*
- 13h00 *Echauffement propulsion technique et propulsion ballet*
- 13h45 *Mise en place des nageuses*
- 14h Compétition Propulsion Technique par 3**
- 14h10 Compétition Propulsion ballet par 3**
- 15h00 *Echauffement Figures techniques*
- 15h45 *Mise en place des nageuses*
- 16h00 Compétition Figures Techniques**

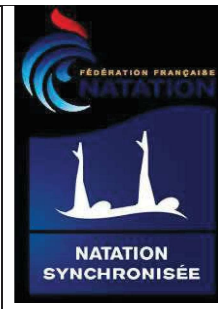
Communication des Résultats



Compétition de SYNCHRONAT

Dimanche 5 MARS 2017

CAHORS Gymnase de l'IUFM (en face de la piscine d'été l'Archipel)
Chemin Ludo Rollès



Juge-Arbitre : C. LAPORTE

Déléguée Comité : S.FEULLERAT

PROGRAMME Parcours au sol

- 8h45 Ouverture gymnase *et Réunion du JURY*
- 9h00 *Echauffement parcours au sol synchro découvertes, synchro d'argent et or*
- 9h30 *Répétition en musique*
- 9h40 *Mise en place des nageuses*
- 9h45 Compétition Parcours au sol Synchro d'Or**
- 10h00 Compétition Parcours au sol Synchro d'Argent**
- 10h15 Compétition Parcours au sol Synchro Découverte par 2**

Communication des Résultats