PROGRAMME

COMPETITION SYNCHRONAT

Dimanche 19 MARS 2023

Complexe sportif du Haut Livrac F. MANSENCAL : hall des sports
31 avenue Saint Exupéry 33600 PESSAC

EPREUVE PARCOURS A SEC
Ouverture des portes/ 9h00
09h00-9h30 Réunion des juges
9h30/10h00 Echauffement nageuses DECOUVERTE ARGENT OR
10h00 – 10h45 Compétition parcours à sec
* DECOUVERTE (19) passage par 2 et ARGENT (9) passage par 2/ 2 ateliers
*OR (9)
Fin de compétition 11h00
11h00 Réunion régionale d'information : CAF Nouvelle-Aquitaine et Organisation Championnat de France Jeunes en Aquitaine 2024
12h00 12h30 Réunion juges pour épreuves en piscine

Piscine CANETON
Avenue Saint Exupéry 33600 PESSAC
Ouverture des portes : 13h00
13h10 – 13h40: échauffement des nageuses DECOUVERTE ARGENT OR
13h45-14h10 Compétition propulsion technique 2 ateliers
PROPULSION ARGENT (5)
PROPULSION OR (6)
PROPULSION TECHNIQUE DECOUVERTE (12) passage par 2
14h10 14h45 Compétition Technique 2 ateliers
TECHNIQUE ARGENT (5) et TECHNIQUE OR (4)
1 atelier
TECHNIQUE DECOUVERTE (6) (1 atelier)
15h00 Résultats /Fin de compétition synchronat

15H 15H30 échauffement CONFRONTATION AVENIRS (38)
15H30 16H15 COMPETITION CONFRONTATION AVENIRS 2 ATELIERS
16H15 16H45 échauffement CONFRONTATIONS JEUNES (34)
17H45 Résultats /Fin de compétition CONFRONTATIONS 2 ATELIERS
fermeture piscine 18h00