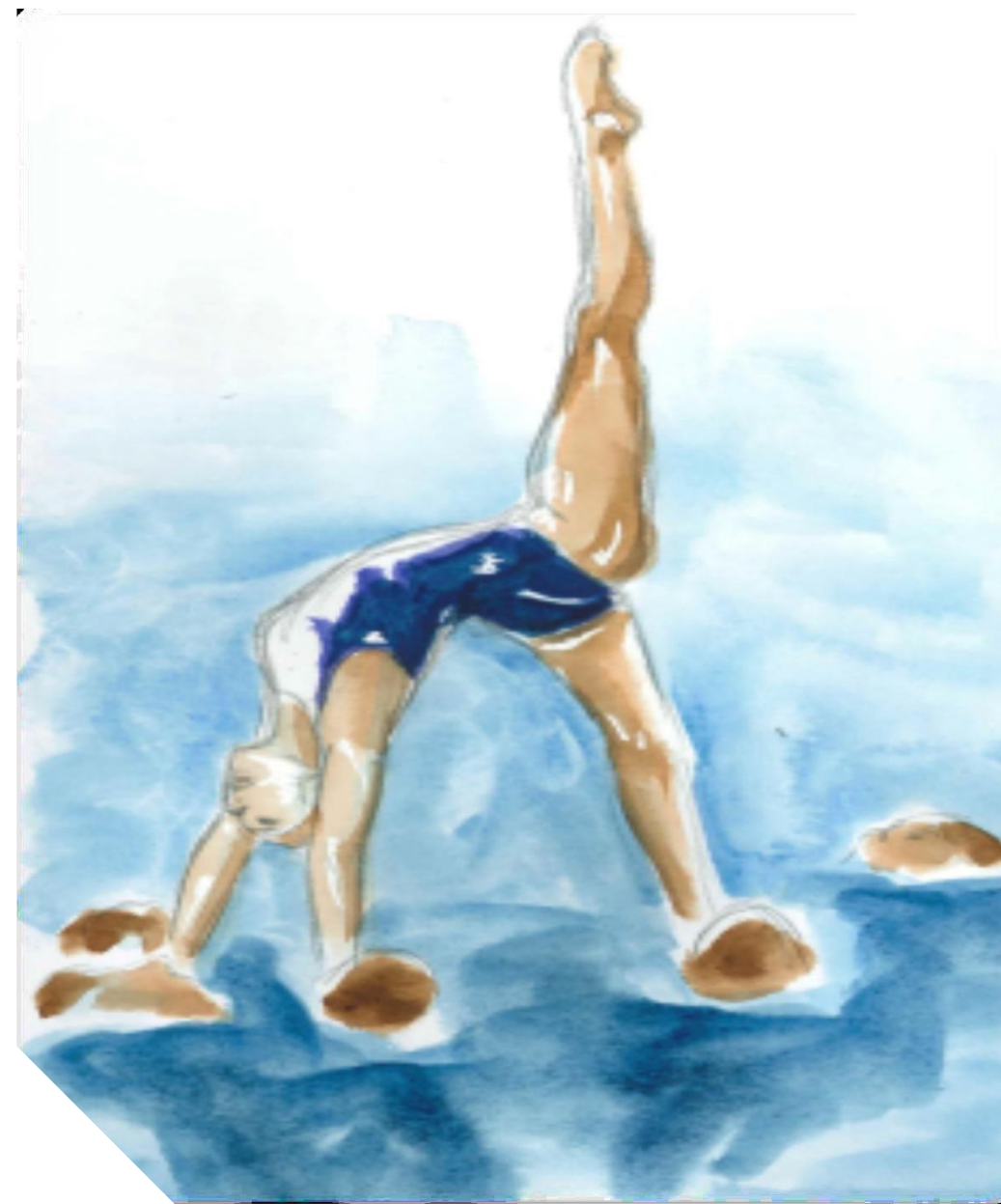


# CHAMPIONNAT REGIONAL AVENIR ET TTC

11 MAI 2019

PISCINE BERTRAN DE BORN

PERIGUEUX





L'ACAP et la Ligue Nouvelle Aquitaine sont heureux de vous accueillir pour se championnat régional avenir et TTC.

Voici quelques liens utiles pour rendre votre séjour agréable :

#### **Pour dormir à Périgueux et dans les environs**

<https://www.tourisme-perigueux.fr/fr/preparer-sejour/hebergement/>

#### **Pour les repas du soir**

Si vous restez sur place

<https://www.tourisme-perigueux.fr/fr/preparer-sejour/restaurants/restaurants/>

Si vous repartez, réservez votre poche repas grâce au lien doodle

[https://docs.google.com/spreadsheets/d/1vMKIXIzXnmYIQ7IE1hAHwlas-v\\_Oea-c7ycFc8B8hsg/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1vMKIXIzXnmYIQ7IE1hAHwlas-v_Oea-c7ycFc8B8hsg/edit?usp=sharing)

#### **Pour se restaurer sur place samedi réservation obligatoire avant le 8 mai.**

L'Aquatique Club Agglomération Périgueux vous accueille sous chapiteau abrité pour vous servir à déjeuner. Réserver votre plateau repas grâce au lien doodle. Les chèques sont à rédiger à l'ordre de l'ACAP et à remettre en arrivant à Périgueux sur l'espace d'accueil dédié.

[https://docs.google.com/spreadsheets/d/1vMKIXIzXnmYIQ7IE1hAHwlas-v\\_Oea-c7ycFc8B8hsg/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1vMKIXIzXnmYIQ7IE1hAHwlas-v_Oea-c7ycFc8B8hsg/edit?usp=sharing)

#### **Sac repas soir 5€ :**

Poche repas midi et poche repas soir (comprenant chips + salade ou sandwich jambon froilage + compote + eau)

**Le repas du samedi midi sera offert aux officiels merci aussi de vous inscrire sur le lien doodle ci-dessus.**

**ACAP vous propose des Visites touristiques guidées**

**De son histoire, Périgueux a tiré un patrimoine architectural hors du commun. Son secteur sauvegardé s'étend sur près de 20 hectares et compte 53 édifices inscrits et classés monuments historiques.**

**Samedi 11 mai de 14h à 15h**

**Réservations conseillées à l'accueil (côté de l'entrée de la piscine) Paiement 3 euros sur place**

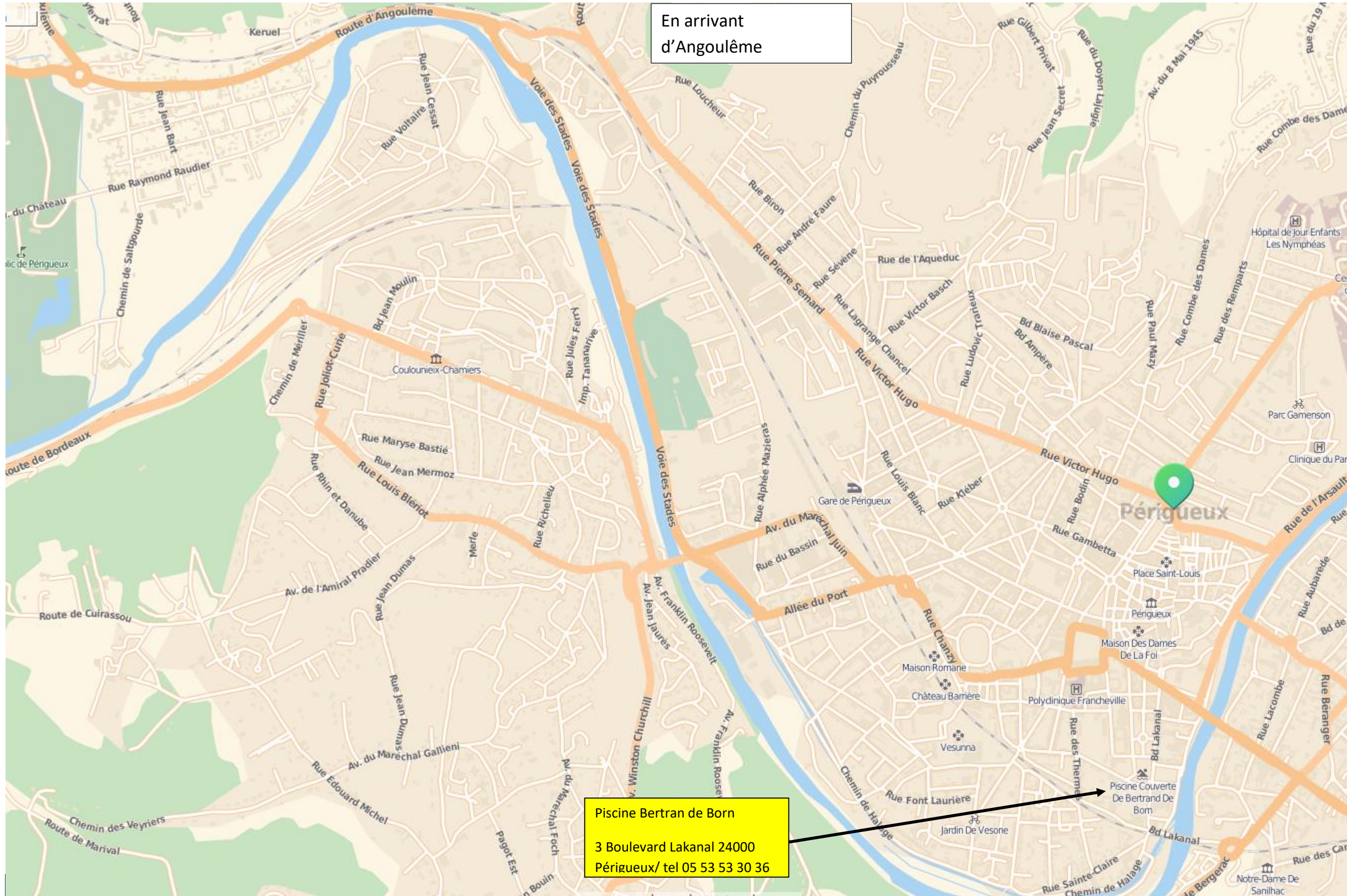
**Départ des visites devant la piscine**



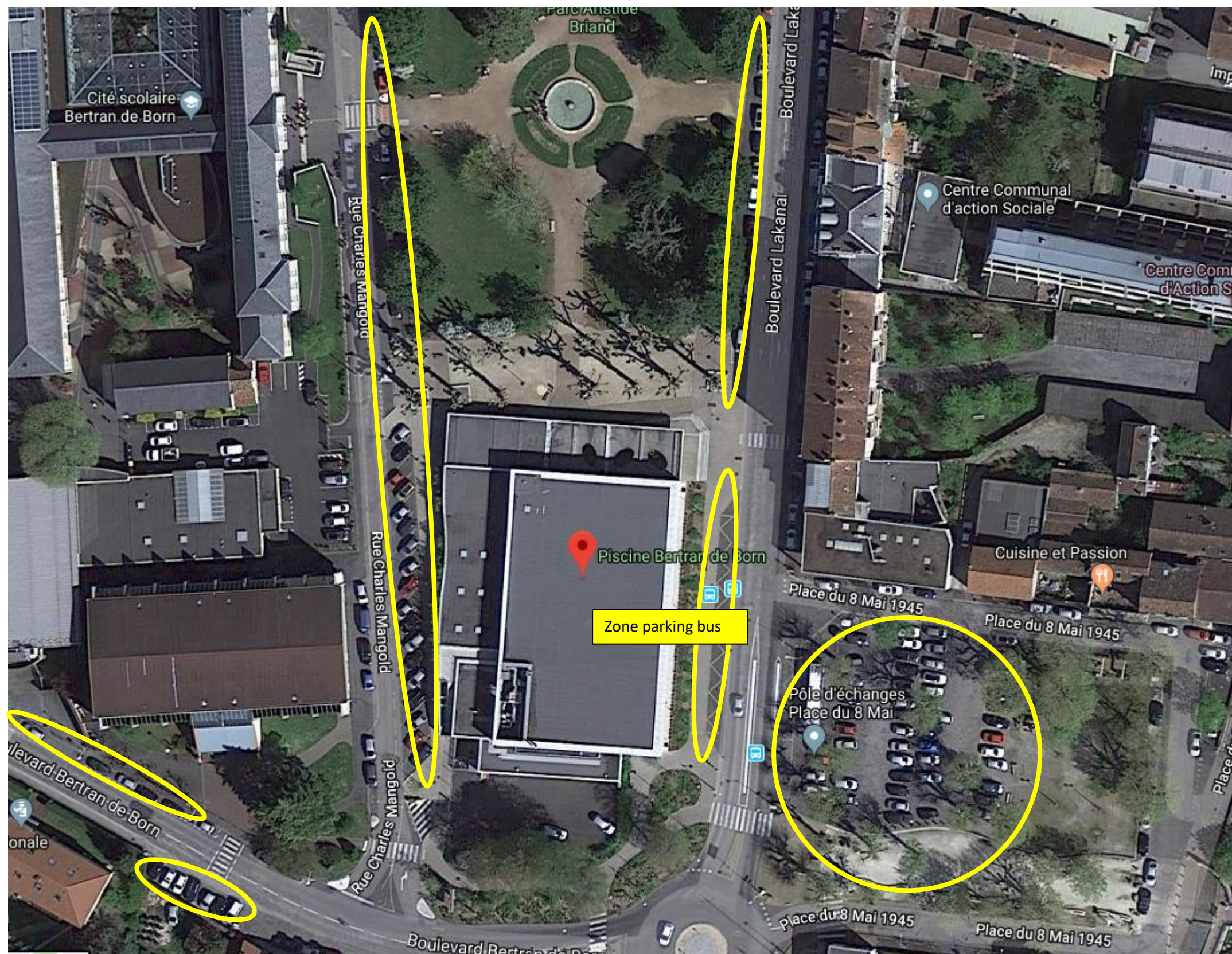
Voici quelques recommandations, le plan de la ville et de la piscine :

### Accès en venant de Bordeaux / Brive par l'A89 ou Agen par Bergerac et la N2

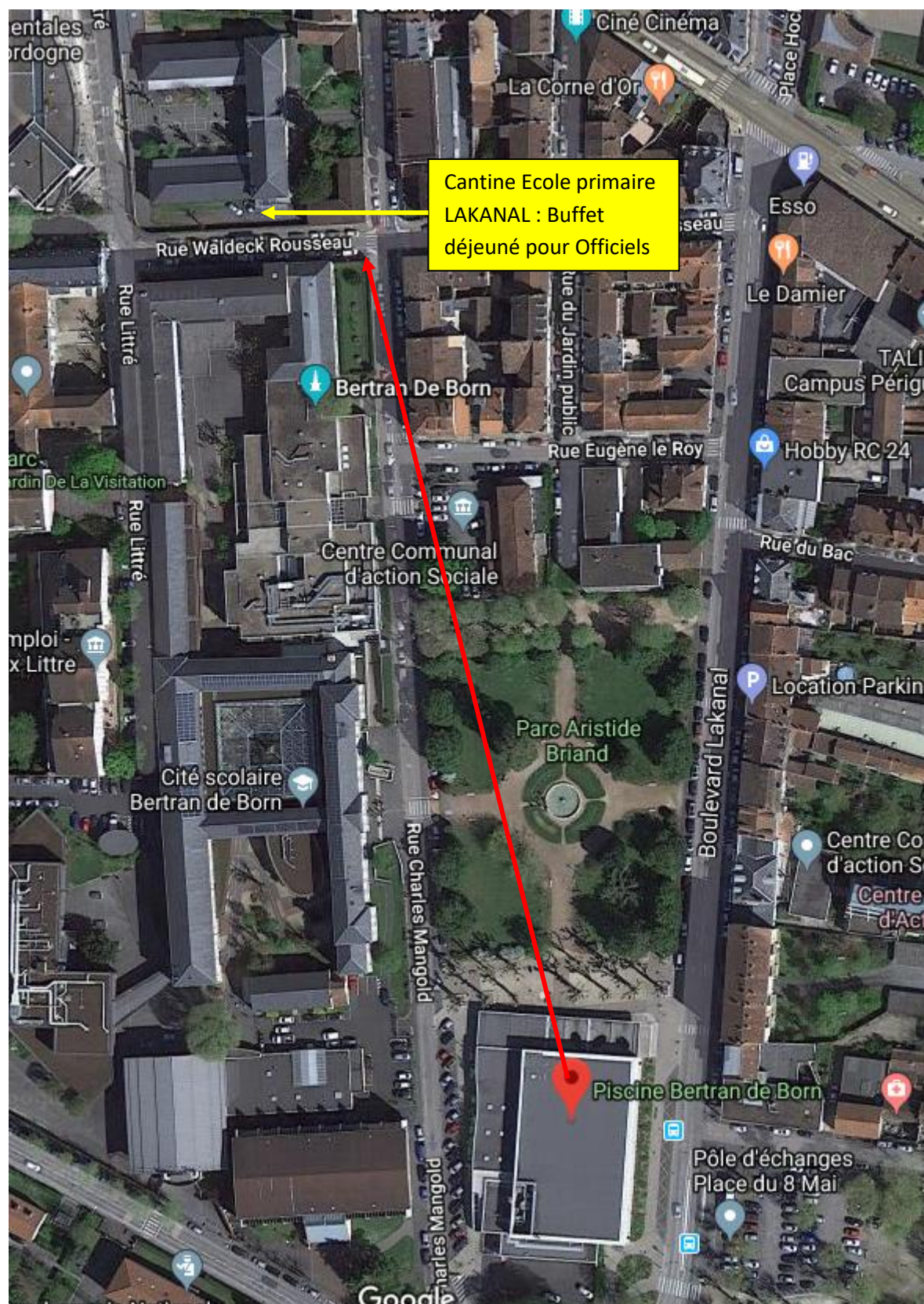




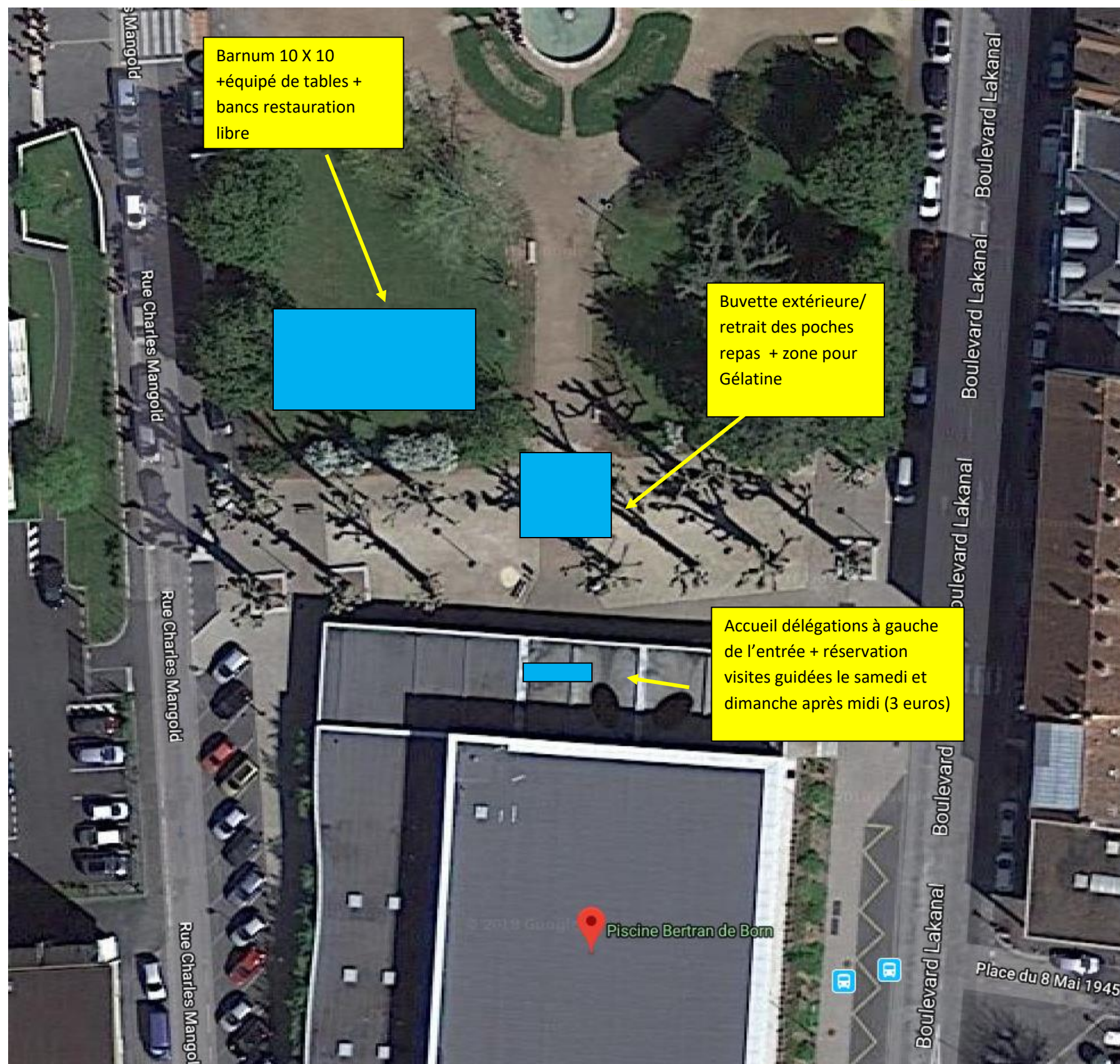
## Parking autour de la piscine



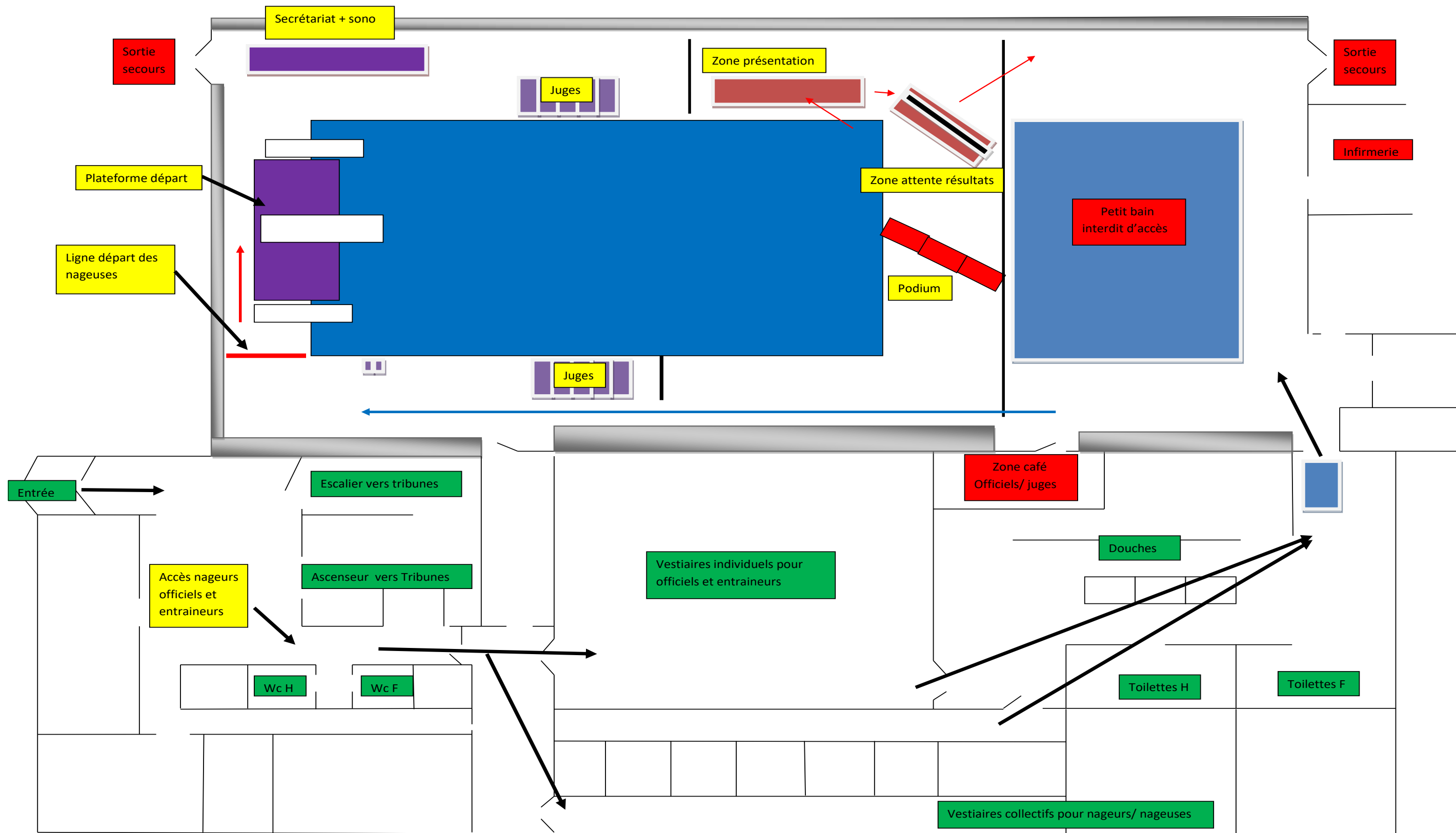
## Lieu de restauration pour Officiels



## Aménagement extérieur et accueil



### Aménagement intérieur Piscine







### Recommandations à l'ensemble des participants :

- Se déchausser avant d'aller dans les vestiaires et se rechausser uniquement à la sortie.
- Les nageuses doivent obligatoirement se Changer dans les vestiaires, interdiction dans les tribunes et bord de bassin
- 1 vestiaire collectif a été dédié à la pose de gélatine (dernier vestiaire collectif). Ne pas jeter de gélatine dans les lavabos ni toilettes mais dans la poubelle mise à votre disposition.
- Les sacs doivent être déposés dans les casiers (prévoir un jeton) pas de sacs en bord de piscine.
- Pas de circulations de nageuses lors de la compétition
- Il n'est pas interdit de manger dans les gradins mais évidemment en respectant le lieu.
- Veillez à laisser propre les lieux que sont mis à votre disposition.
- Nageurs, officiels et entraîneurs doivent être munis de leur badge pour pouvoir accéder aux vestiaires et bassins
- Les officiels et entraîneurs auront accès aux vestiaires individuels (casiers avec jeton), et les nageurs aux vestiaires collectifs (casiers disponibles en sortie cotée douches avec jeton)

Bon Championnat à tous.

Envoie des musiques aux plus tard le 9 mai 19 :

[compet1112prqx@gmail.com](mailto:compet1112prqx@gmail.com)

Envoie des logos du clubs 9 mai 19:

[compet1112prqx@gmail.com](mailto:compet1112prqx@gmail.com)



## Programme prévisionnel du 11 mai 2019

**Juge Arbitre :** Jean-François ETRYHARD CEP Poitiers nat synchronisée.

**Vices- Arbitres :** Mireille ANGHELIDI Pessac Nat'synchro et

- **8h-8h30** : Réunion de juges.
- **8h30-9h10** : Échauffement des figures imposées Avenirs.
- **9h15-11h** : Compétitions Figures imposées Avenirs
- **11H-11H15** : Pause
- **11h15-11H45** : Échauffement des solos Poussines, Avenirs et TTC.
- **11h45-12H** : Mise en place des nageuses.
- **12h-12h45** : Compétitions Solos.
- **12H45** : Défiler et remise des récompenses Figures imposées et solos.
- **13H15-13H45** : Pause repas.
- **13h45 14h15** : Échauffement duos et duo mixte Poussines, Avenirs et TTC.
- **14h15** : Mise en place des nageuses et des juges.
- **14H30 15H** : Compétitions duos et duo mixte Poussines, Avenirs et TTC.
- **15H 15H30** : Échauffement équipes techniques, combinés et Hight-light TTC.
- **15H45** : Mise en place des nageuses et des juges.
- **15H45-16H15** : Compétitions équipes technique, combinés et Hight-light TTC.
- **16H15-17H** : Échauffement équipes libre, Poussines, Avenirs et TTC.
- **17H** : Mise en place des nageuses et des juges.
- **17H15 18H** : Compétitions équipes libre, Poussines, Avenirs et TTC.
- **18H15** : défilé et remises des récompenses.
- **18H45** : Fin de compétitions