



SYNCHRONAT Occitanie

Zone Ouest open

7 et 8 Décembre 2019

Colomiers

Espace Nautique Jean Vauchère
(accès : 6 allée de la piscine à Colomiers)



Juge arbitre : **Lucie Rocher**
Vice arbitre : **Gaëlle Reïxach-Fabre**

Déléguée régionale : **Stéphanie Feuillerat**

SAMEDI 7 Décembre 2019

- | | |
|--------------------|---|
| 12h | Réunion des juges toutes les épreuves Synchro Argent et Or dans l'eau (salle de danse premier étage) |
| 13h | Ouverture des portes de la piscine |
| 13h10-13h50 | Echauffement de toutes les épreuves Synchro Argent et Or dans l'eau |
| 14h | Propulsion Technique Synchro Argent et Or |
| 14h30 | Technique Synchro Argent (Avenirs, Jeunes et Juniors), et Or (Jeunes et Juniors) |
| 16h15 | Réunion des juges épreuves Parcours à Sec Synchro Argent et Or (salle de danse premier étage) |
| 16h50-17h30 | Echauffement Parcours à Sec Synchro Argent et Or |
| 17h40 | Parcours à Sec Synchro Argent et Or |
| 18h40 | Proclamation des résultats |



SYNCHRONAT Occitanie
Zone Ouest open
7 et 8 Décembre 2019

Colomiers
Espace Nautique Jean Vauchère
(accès : 6 allée de la piscine à Colomiers)



Juge arbitre : **Lucie Rocher**
Vice arbitre : **Gaëlle Reïxach-Fabre**

Déléguée régionale : **Stéphanie Feuillerat**

DIMANCHE 8 Décembre 2019

- | | |
|------------------|--|
| 9h | Réunion des juges Pass'compétition, Propulsion Technique et Technique Journées Découverte |
| 9h20 | Ouverture des portes |
| 9h30-10h | Echauffement Pass'compétition et Propulsion Technique Journées Découverte |
| 10h15 | Pass'compétition (5 évaluateurs) |
| 10h30 | Propulsion Technique Journées Découverte (2 jurys) |
| 11h-11h30 | Echauffement Technique Journées Découverte |
| 11h40 | Technique Journées Découverte (2 jurys) |
| 12h40 | Repas des juges |
| 13h30 | Réunion des juges Parcours à Sec Journées Découverte |
| 14h-14h30 | Echauffement Parcours à Sec Journées Découverte |
| 14h40 | Parcours à Sec Journées Découverte |
| 15h30 | Proclamation des résultats |