



# SYNCHRONAT Occitanie

Zone Ouest open

## Samedi 29 Février 2020

**CAHORS**  
Piscine DIVONEO  
DOJO Cahors judo



Juge-arbitre Découverte : **Emma JALADE ExC**  
Juge-arbitre : **Caroline LAPORTE**

Déléguée régionale : **Stéphanie FEUILLERAT**

### Epreuves dans l'eau – Pass Compétition et Synchronat Découverte

Piscine DIVONEO – 150 rue de la Guinguette 46000 Cahors

<b>10h-10h30</b>	<b>Réunion Jury toutes épreuves dans l'eau</b>
<b>10h45</b>	<b>Ouverture du bassin</b>
<b>10h45-11h30</b>	Échauffement Technique Découverte
<b>11h30</b>	Mise en place
<b>11h45-12h35</b>	<b>Compétition Technique Découverte</b>
<b>12h35</b>	<b>Proclamation des résultats</b>
<b>12h40-13h30</b>	<b>Repas des officiels</b>
<b>13h30-14h00</b>	Échauffement Pass'compétition et Propulsion Technique Découverte
<b>14h00</b>	Mise en place
<b>14h10-14h40</b>	<b>Compétition Pass'Compétition</b>
<b>14h40</b>	Mise en place
<b>14h50-15h20</b>	<b>Compétition Propulsion technique Découverte</b>
<b>15h30</b>	<b>Proclamation des résultats</b>

### Parcours à sec – Synchronat Découverte,

DOJO (Cahors Judo) – 150 rue de la Guinguette 46000 Cahors

<b>15h45-16h30</b>	Échauffement Parcours à sec Découverte
<b>16h30-16h45</b>	Réunion du Jury et Mise en place
<b>16h45-17h35</b>	<b>Compétition Parcours à sec Découverte</b>
<b>17h50</b>	<b>Proclamation des résultats</b>



**SYNCHRONAT Occitanie**  
Zone Ouest open  
**Dimanche 1<sup>er</sup> Mars 2020**

**CAHORS**  
Piscine DIVONEO  
Gymnase de Cabessut



Juge-arbitre argent et or : **Caroline LAPORTE**

Déléguée régionale : **Stéphanie FEUILLERAT**

**Parcours à sec – Synchronat Argent et Or**

Gymnase de Cabessut – Chemin Ludo Rolles 46000 Cahors

9h00-9h30 Réunion du Jury  
9h30-10h15 Échauffement Parcours à sec Argent et Or  
10h15 Mise en place  
**10h20-11h15 Compétition Parcours à sec Argent et Or**

**11h30 Proclamation des résultats**

**11h30-12h30 Repas des officiels**

**Epreuves dans l'eau – Synchronat Argent et or**

Piscine DIVONEO – 150 rue de la Guinguette 46000 Cahors

**12h30-13h00 Réunion Jury toutes épreuves dans l'eau**  
**13h00 Ouverture du bassin**  
13h00-13h40 Échauffement Technique et Propulsion technique Argent et Or  
13h40 Mise en place  
**13h45-14h15 Compétition Propulsion Technique Argent**  
**14h15-14h25 Compétition Propulsion Technique Or**  
**14h25-16h Compétition Technique Argent et Or**

**16h00 Proclamation des résultats**