



NAUTIQUE ENTENTE CHALONNAISE

NATATION SPORTIVE - WATER POLO
NATATION SYNCHRONISEE - PLONGEON
CLUB AFFILIE FFN sous le N° 070510454
SIRET N° 380 387 696 000 12
APE N° 9312 Z



JOURNEES D'AUTOMNE NATATION SYNCHRONISEE

INTERREGION NORD EST

Week End des 22 et 23 novembre 2014 – Châlons en Champagne

PROGRAMME PREVISIONNEL

Samedi 22 novembre 2014

15h00	Ouverture des portes / Accueil des clubs	
15h15	Echauffement figures imposées espoirs	
16h00	Réunion des juges (4 figures / 2 ateliers)	
16h30	Compétition figures imposées espoirs	23 nageuses
17h15	Echauffement figures imposées juniors	
18h00	Réunion des juges (4 figures / 2 ateliers)	
18h30	Compétition figures imposées juniors	16 nageuses
19h15	Echauffement des solos seniors techniques	
20h00	Réunion des juges	
20h30	Compétition solos seniors techniques	8 nageuses
21h15	Fin des épreuves techniques Podiums et récompenses	



NAUTIQUE ENTENTE CHALONNAISE

NATATION SPORTIVE - WATER POLO
NATATION SYNCHRONISÉE - PLONGEON
CLUB AFFILIÉ FFN sous le N° 070510454
SIRET N° 380 387 696 000 12
APE N° 9312 Z



Dimanche 23 novembre 2014

8h30 Ouverture des portes

8h45 Echauffement des solos espoirs sans musique

8h45 – 9h00	9h00 – 9h20	9h20 – 9h40
Echauffement natation et déplacements.	Solos 1 à 11 dans le grand bain	Solos 12 à 23 dans le grand bain
	Solos 12 à 23 dans le petit bain	Solos 1 à 11 dans le petit bain

9h45 Réunion des officiels

10h15 Compétition solos espoirs

23 nageuses

12h00 Pause repas

Podiums et récompenses

13h00 Echauffement des solos juniors sans musique

13h00 – 13h15	13h15 – 13h35	13h35 – 13h55
Echauffement natation et déplacements.	Solos 1 à 11 dans le grand bain	Solos 12 à 23 dans le grand bain
	Solos 12 à 23 dans le petit bain	Solos 1 à 11 dans le petit bain

14h00 Réunion des officiels

14h30 Compétition solos juniors

16 nageuses

16h00 Fin de la compétition

Podiums et récompenses