

CHAMPIONNAT REGIONAL QUALIFICATIF POUR LA N3

CATEGORIE BENJAMINES

Date : 30 et 31 Mai 2015

Lieu : MONTREUIL/MER

Engagements: sur Extranat

Conditions d'engagements:

Nageuses titulaires du niveau Synchro Découverte minimum.

Catégories d'âge : 2003 – 2004 – 2005 – 2006

RAPPEL : 2003 est l'année charnière où les nageuses sont BENJAMINES et ESPOIRS.

Une nageuse de 2003 peut très bien participer dans les 2 catégories, mais elle ne peut nager qu'une seule fois dans une épreuve (solo duo équipe)

Elle ne peut pas nager deux fois la même épreuve dans des catégories d'âge différentes.

	EQUIPE	DUO	SOLO
BENJAMINES	3'00	2'30	2'00

Figures Imposées: les 2 obligatoires_+ 2 figures optionnelles tirées au sort

OBIGATOIRES	101 Ballet Leg Simple	301 Barracuda
OPTIONNELLES GROUPE 1	439 Océanita	362 Crevette de Surface
OPTIONNELLES GROUPE 2	311 Coup de Pied à la Lune	360 Promenade Avant
OPTIONNELLES GROUPE 3	349 Tour	406 Poisson Scie Jambe Tendue

Classement : règlement FINA (50% Figures imposées + 50% Ballet libre)

Droits d'engagement: voir page tarifs

Règlement Général et Jugement: FINA

Récompenses: médailles à chaque podium.