



Synchronat Occitanie Zone Est

OPEN

Dimanche 9 décembre 2018

Sète



Complexe sportif du Barrou : 9 Rue des Gerfauts 34200 SETE
Piscine Biascamano : Boulevard Juliot Curie 34200 SETE

Juge-arbitre : Christine LALE

Déléguée ligue Occitanie : Magali FAUVEAU

PROGRAMME

AU GYMNASSE

9h30: échauffement des parcours à sec

10h30 : réunion du jury

- ✓ épreuve de parcours à sec Découverte
- ✓ épreuve de parcours à sec Argent suivi de l'épreuve Or

Proclamation des résultats

A LA PISCINE

12h00 : ouverture des portes de la piscine

12h15 : échauffement

13h30 : réunion des jurys

• CYCLE DECOUVERTE

A partir de 13h45

- ✓ épreuve de parcours « propulsion ballet » (pass'compétition)
- ✓ épreuve de parcours « propulsion technique »
- ✓ épreuve technique

Proclamation des résultats

• CYCLE ARGENT ET OR

A partir de 13h45

- ✓ épreuve de parcours « propulsion technique » Argent suivi de l'Or
- ✓ épreuve technique
- ✓ épreuve de parcours « propulsion ballet » Argent suivi de l'Or

Proclamation des résultats