



CHAMPIONNATS REGIONAUX JUNIORS SYNCHRONAT PROPULSIONS ET TECHNIQUE



Samedi 24 et Dimanche 25 Février 2018
MARTIGUES

CONTACT MARTIGUES NATATION SYNCHRONISEE

BALLOCHI Sandy présidente
Tél : 07 60 26 61 17
Mail : martiguesnatsynchro@gmail.com
www.martiguesnatationsynchronisee.com

CARACTERISTIQUES TECHNIQUES DE LA PISCINE



Bassin de 25 m (2.3m de profondeur – 6 lignes d'eau)
Bassin d'initiation de 12.5 X 12.5 m (de 0.7 à 1.2 m de profondeur)
30 cabines individuelles
4 vestiaires collectifs
400 casiers (accessibles avec une pièce de 1€)
Gand parking extérieur

S'Y RENDRE : Piscine Municipale, 10 Avenue Salvador Allende 13500 MARTIGUES



De MARSEILLE
A55 / A7 Prendre la sortie N°11
MARTIGUES CENTRE / JONQUIERE

D'ARLES
N568 Prendre la sortie N°13
MARTIGUES CENTRE / FERRIERE

PROGRAMME PREVISIONNEL



Suite aux nouvelles dispositions fédérales, voici le nouveau programme

RAPPELS :

Les clubs auront le droit de nager soit le programme libre, soit le programme technique, soit les deux.

Classement 100% pour chaque épreuve

Qualification : en attente des points de qualification (réunion fédérale de fin novembre 2017)

Temps des ballets :

Solo libre : 2.30

Solo technique : 2.00

Duo libre : 3.00

Duo technique : 2.20

Equipe libre : 4.00

Equipe technique : 2.50

Ballet combiné : 4.00

TARIFS : Voir extranat

Samedi 24 Février :

13h00 : Ouverture des portes

13h15 : Echauffement des solos techniques

14h00 : Réunion du jury suivie de la compétition solos techniques

14h45 : Echauffement des Equipes techniques

15h30 : Réunion du jury suivie de la compétition équipes techniques

16h15 : Echauffement des solos libres

17h00 : Réunion du jury suivie de la compétition solos libres

18h15 : Echauffement des équipes libres

19h15 : Réunion du jury suivie de la compétition équipes libres

Dimanche 25 Février :

08h30 : Ouverture des portes

08h45 : Echauffement des duos techniques

09h30 : Réunion du jury suivie de la compétition des duos techniques

10h30 : Echauffement des combos

11h15 : Réunion du jury suivie de la compétition combos

13h00 : Echauffement des duos libres

13h45 : Réunion du jury suivie de la compétition duos libres

NB les épreuves du synchronat se dérouleront le samedi matin

MUSIQUES



Les musiques devront être envoyées par mail au plus tard le **mercredi 15 février 2018**
martiguesnatsynchro@gmail.com

Merci de nommer le fichier :

Nom du club participant (avec nom de la ville lisible)

Épreuve (Solo, Duo, Equipe, Combo,) et précisez libre ou tech

Nom nageuse pour solo (et duo) et d'une seule ballerine pour équipe

Si plusieurs équipes dans la même épreuve, pensez à les identifier

Le travail de préparation étant énorme et sa bonne mise en œuvre dépendant en grande partie du respect de cette consigne, tout fichier non nommé comme précisé ci-dessus sera retourné à son destinataire.

Nous vous remercions de votre collaboration.

Pensez à vous munir d'un autre support de musique (CD, clé USB) le jour de la compétition au cas où ...

SE RESTAURER

Une buvette sera mise en place tout au long de la compétition avec boissons chaudes et froides, pizzas, gâteaux et autres gourmandises.

Possibilité de réserver un panier repas sur précommande obligatoire.

**RESERVATION PANIER REPAS
24 et 25 Février 2018
MARTIGUES**



Panier repas 6 €

- 1 Salade de riz ou 1 sandwich jambon ou 1 sandwich fromage**
- 1 Paquet de chips**
- 1 Compote**
- 1 Fromage**
- 1 bouteille d'eau.**

Nom de Club	
Responsable	
Téléphone	

	SAMEDI 24 FEVRIER	DIMANCHE 25 FEVRIER
SALADE DE RIZ		
SANDWICH JAMBON		
SANDWICH FROMAGE		

Le règlement se fera sur place lors de la récupération des paniers

Formulaire a renvoyer par mail
martiguesnatsynchro@gmail.com

Contact : BARTHALOT Nathalie 06.18.69.31.03

Facture souhaitée OUI NON