

#

PROGRAMME DU SYNCHRONAT
DIMANCHE 8 MARS – MARTIGUES

09h00	Ouverture des portes
09h15	Echauffement des PAS Découverte
09h45	Passage des PAS Découverte
10H30	Echauffement des PAS Argent et Or
11H15	Passage des PAS Argent et Or
12h30	Echauffement des propulsions tous niveaux
13h30	Passage des propulsions tous niveaux
15h00	Echauffement de la Technique tous niveaux
15h45	Passage de la Technique tous niveaux

Tirages au sort :

Découverte : Parcours 2 et Groupe 2

Argent et OR : Parcours 1 et Groupe 1

Gymnase des Salins
Avenue Louis Sammut
13500 Martigues