

- COMPÉTITION NATATION ARTISTIQUE -

CHAMPIONNATS RÉGIONAUX & CHALLENGE AVENIRS

20 & 21 mai 2023
Stade Nautique d'Istres

- ENTRÉE LIBRE
- PETITE RESTAURATION SUR PLACE
- INFOS : WWW.ISTRES-SYNCHRO.FR

Programme

Samedi 20 mai

- 9h45 Ouverture des portes
- 10h Echauffement solos & duos libres circuit préparatoire
- 10h45 Passage des solos & duos libres
- 11h30 Echauffement des équipes libres circuit préparatoire
- 12h Passage des équipes libres circuit préparatoire
- 13h Echauffement des Figures Imposées Avenirs
- 13h45 Réunion des juges suivie de la compétition FI
- 17h Echauffement des équipes Avenirs et Highliht circuit préparatoire en 3 groupes
- 18h Réunion des juges suivie de la compétition

Programme

Dimanche 21 mai

- 9h Ouverture des portes
- 9h15 Echauffement solos Avenirs
- 10h Réunion des juges suivie de la compétition
- 11h15 Echauffement des ballets combinés Avenirs
- 12h Réunion des juges suivie de la compétition
- 13h30 Echauffement des duos & duos mixtes Avenirs
Championnats & challenge
- 14h15 Réunion des juges suivie de la compétition
- 15h30 Echauffement des équipes challenges Avenirs
- 16h15 Réunion des juges suivie de la compétition

Toutes les épreuves seront suivies du podium.

La Piscine



Caractéristiques techniques :

Bassin d'apprentissage

Bassin sportif de 25 x 21 mètres comprenant 8 couloirs.

Profondeur du petit bain au grand bain : à 2.50m

12 vestiaires pour sportifs

Grand parking extérieur de 70 places sur 1000m²

Tribune de 678 places assises.

Respect des lieux

Vestiaires

Aucun objet personnel de valeur ne devra rester dans les vestiaires.

L'accès aux vestiaires et bords de bassin est **strictement réservé aux nageuses, entraîneurs et officiels.**

Seul le côté **vestiaires collectifs** est ouvert aux usagers de la compétition. Merci de respecter cette consigne et d'informer vos nageuses de ne pas pénétrer dans le secteur (vestiaires et douches) individuel qui sera d'ailleurs condamné.

Propreté

Il est strictement interdit de manger dans les vestiaires et sur les bords du bassin.

Un espace plein air accessible est disponible à l'arrière de la piscine.

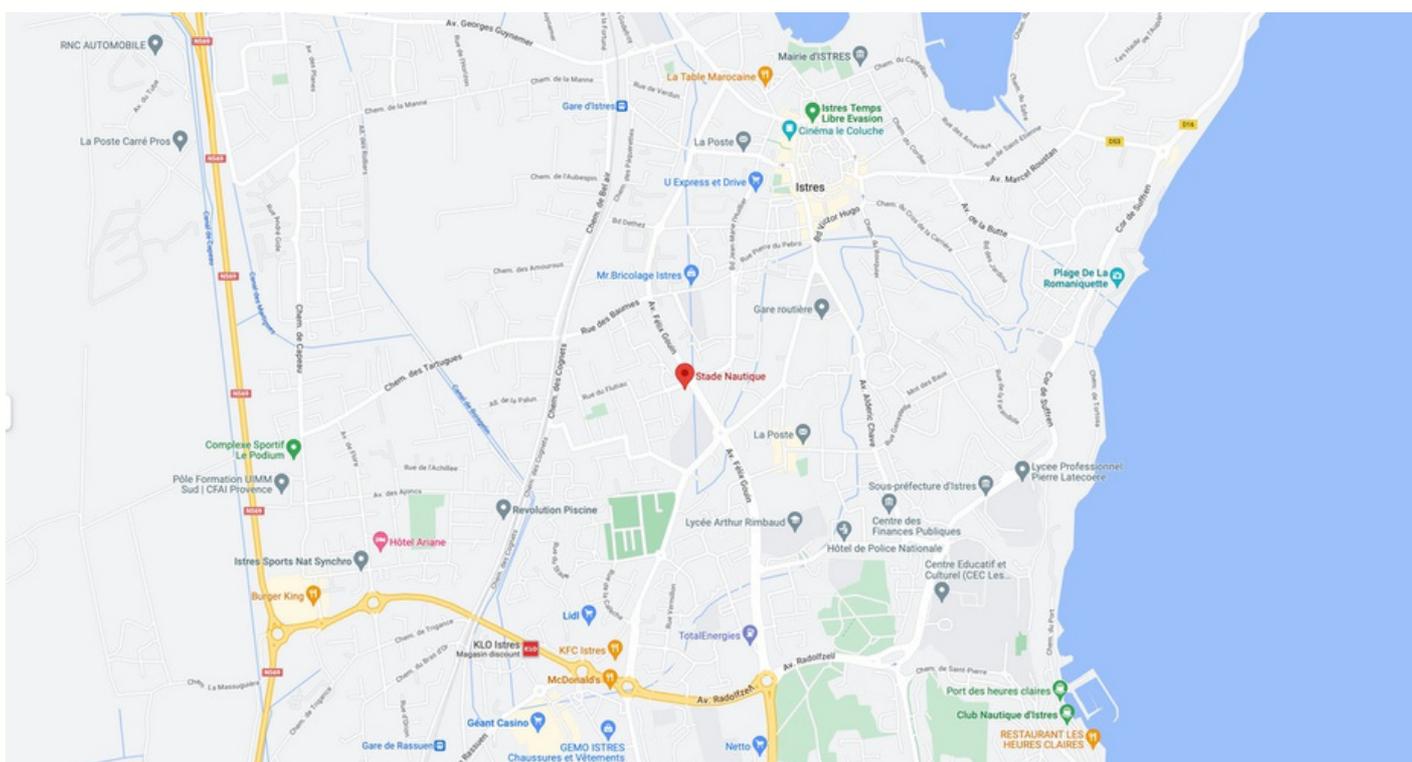
Merci d'utiliser les poubelles mises à disposition et de respecter les zones de déchaussage.

Une zone gélatine sera mis à disposition. Merci de le maintenir propre et de gélatiner uniquement dans cet espace.

Accès Piscine

Stade Nautique d'Istres
1, Rue des Félibres
13800 ISTRES

 06.87.35.93.24



> Autoroute A55 jusqu'à Martigues, sortie Martigues Nord puis direction Istres

> Aéroport de Marignane - Istres : 38 kms (env. 40 min)

Musiques

Les musiques devront être **impérativement** envoyées par mail avant le mercredi 17 mai à :

musiques.istres@gmail.com

- ➔ Indiquez le nom de votre Club dans l'objet du message
- ➔ Mettez en nom de fichier :
Nom du Club + Catégorie + Epreuve + Nom/Prénom sportif

- > Nom du Club participant
- > Catégorie (avenirs, seniors, ttes cat + *Championnat ou Challenge*)
- > Epreuve (solo, duo, équipe, ttes cat, combos, ...)
- > Nom/Prénom sportif (pour solo/duo) et première nageuse (alphabétique) pour équipes

Par exemple Istres.Avenirs.Championnat.solo.dupont

**Prévoir une clé USB pour le jour de la
compétition**



Hébergement

De nombreux hébergements à proximité du Stade Nautique, à retrouver sur :

- > <https://www.google.com>
- > <https://www.booking.com>
- > <https://www.airbnb.fr>

Les villes avoisinantes : Miramas (13 kms), Martigues (16 kms), Fos sur mer (7 kms)

The screenshot displays a Google search for hotels near the Stade Nautique in Istres. The search results are as follows:

Hotel Name	Rating	Price	Distance to Stade Nautique
ibis budget Istres Trigrance	3.6 (411)	50 €	À 1,4 km
Hôtel Le Castellan	4.5 (102)	83 €	Stade Nautique - À 1,1 km
Top Motel Istres	3.7 (120)	60 €	Stade Nautique - À 1,1 km
ibis	3.6 (446)	77 €	

The map on the right shows the location of the hotels relative to the Stade Nautique and the city of Istres. The Stade Nautique is marked with a red pin. The hotels are marked with blue pins and their names. The map also shows the city of Istres, the Canal de France, and various landmarks like the Parc de l'Olivier and the Centre Educatif et Culturel (CEC) Les Heures Claires.

Restauration

Buvette

Tout au long de la compétition, une buvette sera installée avec des boissons froides et chaudes, sandwiches, frites, crêpes, paninis et autres gourmandises.

Pas de CB



Panier-repas

Proposition de panier-repas au tarif unique de 10€
uniquement sur commande

Le panier repas comprend une salade composée, un babybel, du pain, une petite bouteille d'eau, une compote

Serviettes & couverts fournis



QR CODE à flasher
pour la commande



Possibilité d'enlever les frais de
fonctionnement HelloAsso