SYNCHRONAT ET COUPE OPEN D'AUTOMNE

DIMANCHE 15 NOVEMBRE

SAINT MARTIN DE CRAU

10h Ouverture des portes

10h15 Echauffement des PAS découverte

10h45 Passage des PAS découverte

11h15 Echauffement des PAS Argent et Or

11h45 Passage des PAS Argent et Or

12h45 Echauffement des épreuves dans l'eau

13h15 Passage des épreuves dans l'eau

Tirage au sort : parcours 1 pour les propulsions

14h30 Echauffement de la Coupe d'Automne

15h15 Passage des figures imposées Avenirs et Jeunes

17h00 Passage des improvisations