

Journées d'Automne NE
les 20/21 Novembre 2010 à METZ

Cette compétition compte 7 épreuves, réparties comme suit :

- ▶ Figures Imposées : les 2 obligatoires (Espoir et Junior)
- ▶ 1/2 Solo Libre : durée 1'30" (Espoir, Junior et Senior)
- ▶ **Solo Technique : nageuses visant une qualification solo en FINA**
- ▶ Duo Technique : nageuses ayant un positionnement en duo FINA

Chaque nageuse peut être engagée librement dans une ou plusieurs épreuves.

ESPOIRS	JUNIORS	SENIORS
EN FINA NATIONAL ET ELITE	EN PERF	EN QUALIFICATION SOLO
▶ Figures Imposées ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30")	▶ Figures Imposées ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30")	▶ Solo Technique
	EN FINA NATIONAL ET ELITE	EN FINA
	▶ Figures Imposées ▶ 1/2 Solo Libre (durée 1'30")	▶ Duo Technique