

Club Nautique Vouzinois



Adresse Postale : Chez Jean-Louis STEVENIN BP 51 08400 VOUZIERS

N° Siret : 40995110000018

Tel : 06 64 68 87 37
Fax : 03 24 71 60 93

Ecole de natation
Natation Sportive
Natation Synchronisée
Natation Forme

Vouziers 1 mai 2013 compétition C1

Programme de la journée

10h45 : ouverture des portes du gymnase Caquot, rue de la fusion

11h00 : réunion des juges et échauffement

11h30-12h15 : épreuve de danse version A (16 nageuses)

12h15 : pique nique à la piscine

13h00 : réunion des juges et échauffement

13h45 : épreuve de propulsion technique (12 nageuses) 2 par 2
(Il est préconisé de travailler sur 12,5 m).

14h00 : épreuve de propulsion ballet (16 nageuses) 1 par 1
(Il est préconisé de travailler sur 12,5 m).

14h40 : échauffement figures

15h30 : épreuve technique (21 nageuses)

Fin des épreuves 16h45.

N'oubliez pas l'équipement : tenue près du corps pour la danse, bonnet blanc, maillot de bain noir et pince-nez.

Contact organisation :

Hervé Annabelle Becker : josephinew@wanadoo.fr tél 03 24 30 39 69

Buffet Coralie Foret : coralie.foret@orange.fr Tél : 06 87 63 73 23

Traiteur

Styl Flor



MULTIJEUX DU MARC ASSURANCES