

CHAMPIONNAT RÉGIONAL

**OCCITANIE PYRÉNÉES MÉDITERRANÉE
RÉGIONALES JEUNES 12 - 15 ANS**



NATATION ARTISTIQUE

Les 13 et 14 Avril 2019

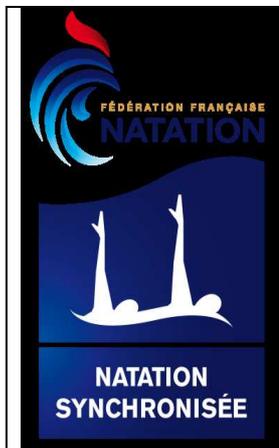
Espace Nautique Jean Vauchère - Colomiers

Retrouvez le PROGRAMME des Rencontres
sur le site internet du Club

www.usc-natsynchro.com

www.occitanie.ffnatation.fr





Natation Artistique Occitanie

Championnat régional JEUNES 2019

13 et 14 avril à Colomiers
Allée de la piscine à Colomiers



Juge-arbitre : Lucie Rocher
Vice arbitre : Samantha Vinuela

Déléguée ligue Occitanie PM : Christine KITEGI

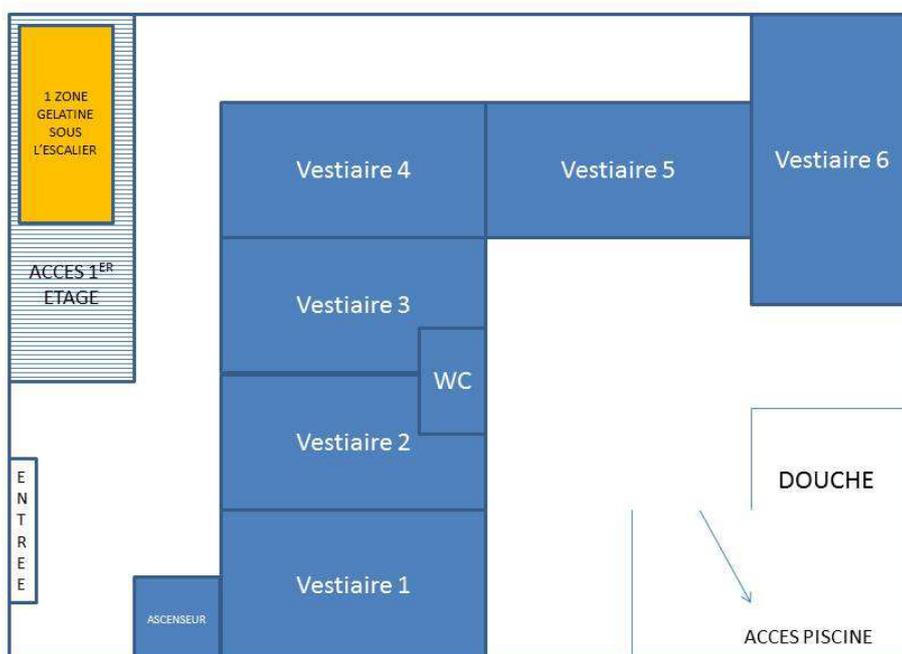
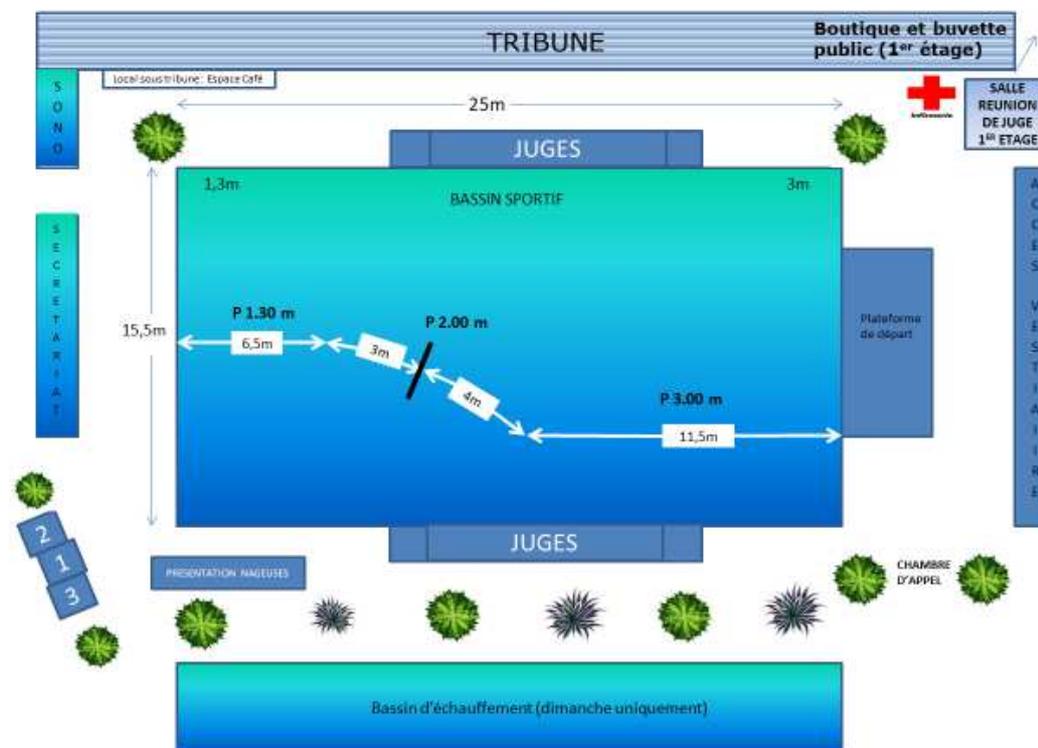
PROGRAMME PREVISIONNEL Samedi 13 Avril

12h30	Ouverture des portes
12h40	Echauffement natation course
12h50-13h50	Entraînement des solos 20 minutes par groupe
13h50	Réunion du jury
14h	Compétition des SOLOS
15h40	Echauffement natation course
15h50-16h50	Entraînement Highlight 30 minutes par groupe
16h50	Réunion du jury
17h	Compétition des HIGHLIGHT ACRO
18h	Cérémonie protocolaire des Highlight

PROGRAMME PREVISIONNEL Dimanche 14 Avril

8h	Ouverture des portes
8h10	Echauffement natation course
8h20- 9h20	Entraînement Figures Techniques, ½ effectifs par club sur 30mins
9h20	Réunion des vice-arbitres par ateliers
9h30-12h30	Compétition FIGURES IMPOSEES
	<i>Pause repas</i>
13h30	Echauffement natation course
13h40-14h40	Entraînement équipe 30 minutes par groupe
14h40	Réunion du jury
14h50	Compétition EQUIPES
16h	Echauffement natation course
16h10-16h50	Entraînement duos 20 minutes par groupe
16h50	Réunion du jury
17h	Compétition DUOS
18h30	Défilé de toutes les participantes, suivi des différentes cérémonies protocolaires

LA CONFIGURATION DE L'ESPACE NAUTIQUE



Nous comptons sur votre sens civique, chères nageuses et entraîneurs pour respecter et faire respecter les lieux mis à votre disposition.

- **Interdiction de verser de la gélatine dans les canalisations (lavabo, douche)**
- **Merci de rappeler aux nageuses qu'il faut ramasser les ustensiles à chignon (pinces, filet etc ...) pour éviter un problème de canalisation.**

La tenue des nageuses : rappel

Tenue réglementaire :

-Epreuve de ballets : maillot, coiffe, bijoux, vernis conformément aux règlements FINA -

Epreuve de figures techniques imposées : maillot noir, bonnet blanc, bijoux, vernis conformément aux règlements FINA.

Juges : rappel

Tenue réglementaire de couleur blanche:

- *Haut en manches courtes*
- *Pantalon ou pantacourt*
- *Chaussures de couleur blanches*

Matériel : chaque juge devra apporter son livret (carton) de notation pour les figures techniques imposées.

Le club de Colomiers vous informe :

- Le stationnement de vos véhicules est gratuit sur le parking de l'espace nautique Jean Vauchère, Place des fêtes COLOMIERS 31770,
- L'entrée des nageuses et du public se fera par l'entrée des clubs (fléchage à partir du parking),
- Des sandwiches, crêpes et boissons non-alcoolisées seront en vente à la "buvette",
- Des espaces publics autour de l'espace nautique pourront accueillir vos pique-niques,
- De nombreux restaurants et deux supermarchés à proximité (SuperU et Carrefour Market)
- L'accès des vestiaires est réservé aux nageuses exclusivement
- Interdiction de manger ou de faire de la gélatine dans les vestiaires
- Durant la compétition, les bords du bassin ne seront pas autorisés aux nageuses ne participant pas à l'épreuve
- L'accès aux tribunes par le bassin et l'accès au vestiaire par les tribunes sera interdit durant les épreuves. Il faudra donc passer par le 1^{er} étage.



RESERVATION PANIER REPAS

Le club de COLOMIERS Natation synchronisée vous propose de réserver votre panier repas pour ces 2 jours de compétition.

2 formules vous sont proposées au tarif de 6 euros :

- **Formule 1** : Un sandwich jambon + une compote + un fruit de saison + 1 bouteille d'eau
- **Formule 2** : Une salade de riz (avec thon) + Un morceau de pain + une compote + un fruit de saison + 1 bouteille d'eau

Pour toute réservation, veuillez renvoyer le coupon-réponse ci-dessous, **avant le 9 avril 2019**, ainsi qu'un chèque à l'ordre de « Colomiers Nat'synchro », à l'adresse suivante :

Colomiers Natation Synchronisée
6 Allée de la piscine
31770 COLOMIERS



COUPON-RÉPONSE

NOM/PRENOM **CLUB** :

Réservation panier repas pour le samedi 13 avril midi :

Formule 1 Quantité..... Formule 2

Quantité.....

Réservation panier repas pour le dimanche 14 avril midi :

Formule 1 Quantité..... Formule 2

Quantité.....

TOTAL : * 6 Euros = Euros

La liste des hôtels à proximité

A 255m Brit Hôtel Esplanade

124 esplanade François Mitterand

31770 COLOMIERS

Tel : 05.61.78.92.92

A 627m Friendly Auberge

32 rue Gilet - 31770 COLOMIERS

Email : postmaster@friendsauberge.com

Tel : 05.61.42.24.92 / 06.88.67.42.89

A 1,3 km Ibis budget Toulouse Colomiers

2 avenue Hermes - 31770 COLOMIERS

Tel : 08.92.68.32.79

A 1,9km Park Wilson Airport

1 BD Jean Auguste Ingres - 31770 COLOMIERS

Tel : 05.61.49.94.26

A 2,5 km Néméa Appart'Hôtel Toulouse Constellation

158-160 rue Dominique Clos - 31300 TOULOUSE

Tel : 05.61.99.02.71

A 2,7 km Best Western plus Le Canard sur le Toit

58 chemin Salvetat - 31770 COLOMIERS

Tel : 05.61.30.37.83

A 2,9 km La Belle Histoire

103 rue Gaston Doumergue - 31170 TOURNEFEUILLE

Tel : 05.34.57.90.96

A 3 km Néméa Appart'Hôtel Toulouse Saint Martin

4 rue Alain Fournier - 31300 TOULOUSE

Tel : 05.34.46.60.82