

FICHE 10
SYNCHRO DECOUVERTE – ARGENT - OR
DIMANCHE 22 MAI 2016
LA CHAPELLE St MESMIN
Piscine = 3 rue Monteloup

Parcours à sec	Pass'compétition ou Propulsion ballet	Propulsion Technique	Technique
9H ouverture des portes	14H ouverture des portes		
10H début de la compétition	15H début de la compétition		

Engagements sur extranat du 2 au 16 mai 2016
Droit d'engagement : 6€ par nageuse qui ont participé à la compétition.

JUGE ARBITRE : Lucie CORNEAT

Les épreuves :

- ❖ Parcours à sec
- ❖ Propulsions technique et ballet (pass'compétition) tirage au sort 15J avant la date de la compétition
- ❖ Technique : tirage au sort 72H avant la date de la compétition.

o MODIFICATIONS par rapport au règlement de 2014/2015

- PARCOURS PROPULSION TECHNIQUE
 - Parcours de 25m. Chaque propulsion est à réaliser sur 6m25. Durant l'exécution des tâches fondamentales, les immersions ne sont pas tolérées.
- PARCOURS PROPULSION BALLETT – PASS'COMPETITION
 - 2 évaluateurs seulement comme pour Pass'Compétition.
- TECHNIQUE
 - Une compensation entre les 2 évaluations est possible et le résultat final doit être au minimum de 7 acquis sur 8 pour valider.
- o **CORRECTIONS**
 - Groupe 1/ Prise de position carpée avant : ~~Placement de la tête dans l'eau jusqu'au début de l'avancée~~ remplacé par *Immobilité du corps durant le placement du visage dans l'eau.*

GROUPE 1	GROUPE 2
PRISE DE BALLETT LEG (jambe au choix)	PRISE DE FLAMENCO (à partir du ballet-leg jambe au choix)
FIN DE LA CREVETTE DE SURFACE (à partir du grand-écart)	POSITION VERTICALE
SAUT PERILLEUX ARRIERE GROUPE	SORTIE PROMENADE
PRISE DE POSITION CARPEE AVANT	PRISE DE CARPEE ARRIERE

RESULTATS

Les résultats seront communiqués à chaque nageuse en fin de journée (consultables ensuite sur le site du Comité). Un podium sera organisé immédiatement. Un diplôme remis lors de réussite.

CHARGES POUR LE CLUB ORGANISATEUR

- Tables, chaises, sono
- Bénévoles à la ou les tables de secrétariat
- Bénévoles à l'informatique (obligatoire 2 personnes)
- 1 personne pour filmer les différentes épreuves tout au long de la compétition

CHARGES AU COMITE :

- Photocopies pour préparer les jurys
- Ordinateur, imprimante, rames de papier
- Réception des engagements, tirage au sort des figures, des parcours et des nageuses.
- Caisse compétition
- Diplômes, carnets de juges.