



**PROGRAMME PREVISIONNEL
COMPETITIONS IRNE - « N3 Performance –
Critérium »
25 et 26 Mai 2013 à EPINAL**

Piscine Municipale : Piscine Olympique tel : 03 29 65 28 75
25 rue Lamartine
88000 EPINAL Tel : 06 44 71 04 50 Alexandre MAADINI

Samedi 25/05/13

- 10h Ouverture des portes – Accueil des clubs
- 10h15-11h Echauffement catégories SOCLE et ESPOIR (dans le 2^{ème} 25 mètres)
13 + 27 nageuses
- 10h15-11h Echauffement catégorie JUNIOR (dans le bassin de compétition)
79 nageuses
- 11h15-11h45 Réunion des officiels
- 11h45- 14h Compétitions « Epreuve Technique C2 Formation + Figures imposées ESPOIR » (dans le 2^{ème} 25 mètres)**
13 + 27 nageuses – 1 + 1 ateliers
- 11h45-14h Compétition « Figures imposées JUNIOR » (dans le bassin de compétition)**
79 nageuses – 2 ateliers
- 15h-15h45 Echauffement catégorie SOCLE
- 15h45-16h15 Réunion des officiels
- 16h15-17h Compétition « Epreuve Propulsion C2 Formation »**
14 nageuses
- 17h-17h45 Echauffement des équipes N°1 à 6 (dans le bassin de compétition)
- 17h30-17h45 Echauffement des équipes N°7 à 12 (dans le 2^{ème} 25 mètres)
- 17h45-18h15 Echauffement des équipes N°7 à 12 (dans le bassin de compétition)
- 18h30-19h Réunion des officiels
- 19h-20h15 Compétitions « EQUIPE LIBRE ESPOIR + JUNIOR »**
2 + 10 équipes

20h30 Podiums des épreuves de la journée

- Ⓢ Epreuve Technique SOCLE C2 Formation Critérium IRNE
- Ⓢ Epreuve Propulsion SOCLE C2 Formation Critérium IRNE
- Ⓢ Equipe libre Espoir Critérium IRNE (50% FI + 50% libre)
- Ⓢ Equipe libre Junior N3 Performance (50% FI + 50% libre)

Dimanche 26/05/13

8h	Ouverture des portes
8h15-9h	Echauffement « Solo ESPOIR, JUNIOR + SENIOR »
9h-9h30	Réunion des officiels
9h30-10h30	Compétitions « SOLO ESPOIR, JUNIOR + SENIOR »
1 + 6 + 3 solos	
11h-11h45	Echauffement duos N°1 à 12 (dans le bassin de compétition)
11h30-11h45	Echauffement duos N°13 à 24 (dans le 2 ^{ème} 25 mètres)
11h45-12h15	Echauffement duos N°13 à 24 (dans le bassin de compétition)
12h30-13h	Réunion des officiels
13h-15h	Compétitions « DUO ESPOIR, JUNIOR + SENIOR »
6 + 11 + 7 duos	
15h-15h15	Echauffement combinés N° 1 à 4 (dans le 2 ^{ème} 25 mètres)
15h15-15h45	Echauffement combinés N° 1 à 4 (dans le bassin de compétition)
15h30-15h45	Echauffement combinés N° 5 à 9 (dans le 2 ^{ème} 25 mètres)
15h45-16h15	Echauffement combinés N° 5 à 9 (dans le bassin de compétition)
16h10-17h	Réunion des officiels
17h-18h	Compétition « Combiné TOUTES CATEGORIES »
9 combinés	
18h	Podiums des épreuves de la journée
© Solo Espoir Critérium IRNE (50% FI + 50% libre)	
© Solo Junior N3 Performance (50% FI + 50% libre)	
© Solo Senior N3 Performance (50% FI + 50% libre)	
© Duo Espoir Critérium IRNE (50% FI + 50% libre)	
© Duo Junior N3 Performance (50% FI + 50% libre)	
© Duo Senior N3 Performance (100% libre)	
© Combiné Toutes catégories N3 Performance (100% libre)	

ATTENTION : Tous les échauffements de ballets se font sans musique.