

Programme  
**38<sup>ème</sup> CHAMPIONNAT SUISSE de NATATION SYNCHRONISEE**  
Du 30 avril au 2 mai 2010 à Lausanne

**Vendredi, 30 avril :**

14h00	Entrée dans la piscine
14h15 – 14h45	Echauffement des duos techniques
14h45 – 15h30	Entraînement en musique des duos techniques masters et élite (1x dans ordre de passage)
14h15	Séance des chefs d'équipe et tirages au sort des routines techniques et du Free Combination
15h15	<i>Réunion des juges Duos techniques Masters + Elite</i>
<b>16h00 – 17h05</b>	<b>Compétition des duos techniques (masters et élite)</b>
17h15	Séance des chefs d'équipe pour Trio masters et groupes techniques masters et élite
17h30	<i>Réunion des juges Trio masters et Groupes techniques masters et élite</i>
17h30 – 18h00	Echauffement du trio masters et des groupes techniques
18h00 - 18h45	Entraînement en musique du trio masters et des groupes techniques masters et élite (1x dans ordre de passage)
<b>19h30 – 20h30</b>	<b>Compétition du trio masters et des groupes techniques (masters et élite)</b>

Ensuite, tirage au sort des duos libres et des groupes libres

**Samedi, 1er mai :**

08h30	Entrée dans la piscine
08h45	Entraînement des soli techniques sans musique
09h30	Réunion des chefs d'équipe
10h00	<i>Réunion des juges Soli techniques Masters + Elite</i>
<b>10h30 – 11h40</b>	<b>Compétition des soli techniques (masters et élite)</b>
13h00	Echauffement des duos libres
13h15	Entraînement duos libres en musique (1x dans l'ordre de départ)
14h15	Réunion des chefs d'équipe
14h30	<i>Réunion des juges Duos techniques Masters + Elite + Trios Masters</i>
<b>15h00 – 16h40</b>	<b>Compétition des duos libres (masters et élite)</b>
17.15 - 17.30	Echauffement du Trio masters et des Groupes libres
17.30	Entraînement du Trio masters et des Groupes libres en musique (1x dans l'ordre de départ)
17h30	<i>Apéritif pour les invités, chefs d'équipe, juges offert par la Ville de Lausanne</i>
18h15	Réunion des chefs d'équipe
18h30	<i>Réunion des juges Groupes libres Masters + Elite</i>
19h15	Présentation des équipes
<b>19h30 – 20h40</b>	<b>Compétition du trio masters et groupes libres (masters et élite)</b>

Après Tirage au sort des soli libres

**Dimanche, 2 mai :**

08.00	Entrée dans la piscine
08.15	Entraînement des soli libres
08.30	Réunion des chefs d'équipe
09h00	<i>Réunion des juges soli libres Masters + Elite + Trios libre Masters</i>
<b>09h30 – 11h00</b>	<b>Compétition des soli libre (masters et élite)</b>
11h30 env.	<i>Apéritif pour le 90<sup>ème</sup> anniversaire du Lausanne Natation</i>
11h45	Echauffement des Combinés
12h00	Entraînement des Combinés avec musique (1x dans l'ordre de départ)
12h45	Réunion des chefs d'équipe
13h00	<i>Réunion des juges Combinés Masters + Elite</i>
<b>13h30 – 14h30</b>	<b>Combinés (masters et élite)</b>
<b>15h00</b>	<b>Défilé des équipes</b>
<b>15h15</b>	<b>Cérémonie protocolaire</b>

PS: Sous réserve de modifications à tout moment !