

PROGRAMA
Copa Estado de México de Natación Artística
6 al 10 de marzo de 2019

azúcar de Caña
100% NATURAL

¡Energiza tu rutina, energiza tu vida!

Copa Estado de México
Natación Artística
6 - 10 Marzo de 2019

ANSM EDOMEX COCH

LIGA SincroMX

www.sincro.mx

MIÉRCOLES 6 DE MARZO

12:00 13:00 LLEGADA Y REGISTRO DE CLUBES

12:00 – 14:30 ENTRENAMIENTOS LIBRES

13:00 – JUNTA PREVIA / SORTEOS DE ORDENES DE PASE

15:00 – FIGURAS – 10&-

16:00 – FIGURAS – 12&-

17:00 ENTRENAMIENTOS CON MÚSICA POR ORDEN DE PASE

- SOLO 10&-
- SOLO 12&-
- DUETO 10&-
- DUETO 12&-

JUEVES 7 DE MARZO

7:00 ACCESO A INSTALACIONES

9:00 SOLO 10&-

10:00 SOLO 12&-

11:00 ENTRENAMIENTOS CON MUSICA

- EQUIPOS 10&-
- EQUIPOS 12&-

12:00 DUETO 10&-

www.sincro.mx

PROGRAMA
Copa Estado de México de Natación Artística
6 al 10 de marzo de 2019

13:00 DUETO 12&-

17:00 EQUIPOS 10&- / EQUIPOS 12&

VIERNES 8 DE MARZO

7:00 ACCESO A INSTALACIONES

9:00 CEREMONIA DE INAUGURACIÓN TODAS LAS CATEGORÍAS

10:00 SOLO TECH JR / SOLO TECH SENIOR

11:00 DUETO LIBRE JR / DUETO LIBRE SENIOR / DUETO MIXTO SENIOR

11:30 ENTRENAMIENTOS CON MÚSICA COMBOS

12:00 FIGURAS 13-15

14:00 RUTINAS COMBINADAS LIBRE

15:00 PREMIACIONES CATEGORIAS INFANTILES

16:00 DUETO 13-15

17:00 ENTRENAMIENTOS CON MÚSICA

- EQUIPO TECNICO JR
- EQUIPO 13-15
- EQUIPO LIBRE JR

SÁBADO 9 DE MARZO

7:00 ACCESO A INSTALACIONES

9:00 EQUIPO TECNICO JR

10:00 SOLO 13-15 / SOLO AWD

11:00 SOLO LIBRE JR / SOLO LIBRE SENIOR

12:30 DUETO TECNICO JR / DUETO TECNICO SENIOR

15:30: EQUIPO 13-15

16:00 EQUIPO LIBRE JR

17:00 PREMIACIONES CATEGORÍAS MAYORES