

ПЕРВЕНСТВО РОССИИ ПО СИНХРОННОМУ ПЛАВАНИЮ

юниоры, юниорки 15-18 лет (2004 – 2007 года рождения)

№ 5567 ЕКП Минспорта РФ

24 – 30 января 2022 г., Московская область, г. Чехов



ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

24 января, понедельник - день приезда

25 января, вторник - день приезда

10:00 - 20:00 тренировка под музыку

17:00 совещание представителей, жеребьевка стартовых номеров

26 января, среда

08:30 совещание судей

09:00 – 10:00 разминка

10:10 – 12:40 Дуэты – смешанные \ Дуэты - техническая программа,

Награждение

13:30 совещание судей

14:00 – 15:00 разминка

14:10 – 14:55 семинар РУСАДА для спортсменов и тренеров (зимний сад)

15:15 Парад открытия

15:30 – 17:00 Комби, *Награждение*

17:00 – 19:00 тренировка

27 января, четверг

07:30 совещание судей

08:00 – 09:00 разминка

09:10 – 12:10 Дуэты – смешанные \ Дуэты - произвольная программа,

Награждение

12:20 – 13:20 разминка

12:30 – 13:15 семинар РУСАДА для спортсменов и тренеров (зимний сад)

13:30 – 16:00 Соло - техническая программа, *Награждение*

16:00 совещание судей

16:00 – 17:00 разминка

16:10 – 16:55 семинар РУСАДА для спортсменов и тренеров (зимний сад)

17:10 – 18:40 Группы - техническая программа, *Награждение*

18:40 – 19:40 тренировка (по возможности)

28 января, пятница

08:30 совещание судей

09:00 – 10:00 разминка

10:10 – 13:10 Соло - произвольная программа, *Награждение*

12:30 – 13:15 семинар РУСАДА для спортсменов и тренеров (зимний сад)

13:30 совещание судей

14:30 – 15:30 разминка

14:15 – 15:15 семинар РУСАДА для спортсменов и тренеров (зимний сад)

15:45 – 17:30 Группы - произвольная программа, *Награждение*

17:45 – 19:00 тренировка

29 января, суббота

10:00 совещание судей

10:30 – 12:00 Акробатическая группа, *Награждение*

12:10 – 13:20 разминка

13:30 – 16:00 Отбор в СКРФ (15-18 лет), 1 этап

30 января, воскресенье - день отъезда

Оргкомитет оставляет за собой право вносить изменение по времени