

ПЕРВЕНСТВО РОССИИ ПО СИНХРОННОМУ ПЛАВАНИЮ
юниоры (15 – 20 лет, 2008-2003 г.р.), юниорки (15 – 19 лет, 2008-2004 г.р.)
№ 26439 ЕКП Минспорта РФ
23 – 29 января 2023 г., Московская область, г. Чехов



ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

23 января, понедельник - день приезда

24 января, вторник - день приезда

09:00 - 20:00 тренировка под музыку

16:00 совещание представителей, жеребьевка стартовых номеров

17:00 **информационный семинар по новым правилам**

25 января, среда

08:30 совещание судей

09:00 – 10:00 разминка

10:10 – 13:10 Дуэты – смешанные \ Дуэты - техническая программа,

Награждение

14:00 совещание судей

14:30 – 15:15 **семинар РУСАДА для спортсменов и тренеров**

14:30 – 15:40 разминка

15:50 Парад открытия

16:00 – 18:00 Группа – техническая программа, *Награждение*

по окончании награждения совещание судей и тренеров по новым правилам

18:00 – 19:00 тренировка

26 января, четверг

08:30 совещание судей

09:00 – 10:00 разминка

10:10 – 13:10 Дуэты – смешанные \ Дуэты - произвольная программа,

Награждение

14:00 совещание судей

14:00 – 15:30 **семинар РУСАДА для спортсменов и тренеров (2 сессии)**

14:30 – 15:40 разминка

16:00 – 18:00 Группа – произвольная программа, *Награждение*

по окончании награждения совещание судей и тренеров по новым правилам

18:00 – 19:00 тренировка

27 января, пятница

08:30 совещание судей

09:00 – 10:00 разминка

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

12:30 – 13:15 **семинар РУСАДА для спортсменов и тренеров**

14:00 совещание судей

14:15 – 15:15 **семинар РУСАДА для спортсменов и тренеров**

14:30 – 15:40 разминка

15:50 – 17:30 Акробатическая группа, *Награждение*

по окончании награждения совещание судей и тренеров по новым правилам

17:45 – 19:00 тренировка

28 января, суббота

08:30 совещание судей

09:00 – 10:00 разминка

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

13:20 – 14:20 разминка

14:30 – 17:00 Отбор в СКРФ (15-19(20) лет), 1 этап

29 января, воскресенье - день отъезда

Оргкомитет оставляет за собой право вносить изменение в расписание по времени