

**Planning**

**J1 : Di 11/12/2022 - R1 (OP : 08h00 - DE : 08h45)**

<i>Ouverture des portes, début de l'échauffement</i>	08:00
<i>Fin de l'échauffement, évacuation du bassin</i>	08:44
1. 4x200 Nage Libre Dames (4 Séries)	08:45
2. 4x200 Nage Libre Messieurs (4 Séries)	09:38
<i>50 Nage Libre Dames Avenirs</i>	10:31
<i>50 Nage Libre Messieurs Avenirs</i>	10:36
<i>Pause</i>	10:41
3. 100 Brasse Dames (8 Séries)	10:56
4. 100 Brasse Messieurs (8 Séries)	11:16
<i>50 Papillon Dames Avenirs</i>	11:37
<i>50 Papillon Messieurs Avenirs</i>	11:42
5. 100 Dos Dames (8 Séries)	11:47
6. 100 Dos Messieurs (8 Séries)	12:06
<i>50 Dos Dames Avenirs</i>	12:25
<i>50 Dos Messieurs Avenirs</i>	12:30
<i>Fin de la réunion</i>	12:37

**Planning**

**J1 : Di 11/12/2022 - R2 (OP : 13h30 - DE : 15h24)**

<i>Ouverture des portes, début de l'échauffement</i>	13:30
<i>Fin de l'échauffement, évacuation du bassin</i>	14:14
<i>100 4 Nages Dames Avenirs</i>	14:15
<i>100 4 Nages Messieurs Avenirs</i>	14:39
1. 100 Papillon Dames (8 Séries)	15:24
2. 100 Papillon Messieurs (8 Séries)	15:44
<i>50 Brasse Dames Avenirs</i>	16:05
<i>50 Brasse Messieurs Avenirs</i>	16:09
3. 100 Nage Libre Dames (8 Séries)	16:16
4. 100 Nage Libre Messieurs (8 Séries)	16:34
<i>Pause</i>	16:51
<i>4x50 Nage Libre Dames Avenirs</i>	17:06
<i>4x50 Nage Libre Messieurs Avenirs</i>	17:15
5. 4x100 4 Nages Dames (4 Séries)	17:32
6. 4x100 4 Nages Messieurs (4 Séries)	18:03
<i>4x50 4 Nages Dames Avenirs</i>	18:31
<i>4x50 4 Nage Messieurs Avenirs</i>	18:41
<i>Remise des récompenses</i>	19:01
<i>Fin de la réunion</i>	19:16