

Planning

J1 : Di 10/12/2017 - R1 (OP : 09h00 - DE : 10h10)

| | |
|---|-------|
| <i>Ouverture des portes, début de l'échauffement</i> | 09:00 |
| <i>Fin de l'échauffement, évacuation du bassin</i> | 09:45 |
| <i>100 4 Nages Avenirs Dames puis Messieurs</i> | 09:50 |
| 1. 100 Nage Libre Dames (8 Séries) | 10:10 |
| 2. 100 Nage Libre Messieurs (5 Séries) | 10:31 |
| <i>4 x 50 Nage Libre Avenirs Dames puis Messieurs</i> | 10:42 |
| 3. 100 Papillon Dames (7 Séries) | 10:57 |
| 4. 100 Papillon Messieurs (4 Séries) | 11:18 |
| <i>4 x 50 Brasse Avenirs Dames puis Messieurs</i> | 11:28 |
| 5. 4x200 Nage Libre Dames (4 Séries) | 11:43 |
| 6. 4x200 Nage Libre Messieurs (2 Séries) | 12:46 |
| <i>Fin de la réunion</i> | 13:15 |

Planning

J1 : Di 10/12/2017 - R2 (OP : 14h00 - DE : 15h00)

| | |
|--|-------|
| <i>Ouverture des portes, début de l'échauffement</i> | 14:00 |
| <i>Fin de l'échauffement, évacuation du bassin</i> | 14:55 |
| 1. 100 Dos Dames (7 Séries) | 15:00 |
| 2. 100 Dos Messieurs (4 Séries) | 15:20 |
| <i>4 x 50 Papillon Avenirs Dames puis Messieurs</i> | 15:30 |
| 3. 100 Brasse Dames (8 Séries) | 15:45 |
| 4. 100 Brasse Messieurs (4 Séries) | 16:08 |
| <i>4 x 50 4 Nages Avenirs Dames puis Messieurs</i> | 16:19 |
| 5. 4x100 4 Nages Ind. Dames (4 Séries) | 16:34 |
| 6. 4x100 4 Nages Ind. Messieurs (2 Séries) | 17:06 |
| <i>Fin de la réunion</i> | 17:21 |