

## Auditions et Camp de Développement du Programme National Québec, 13-14 Novembre, 2021

Jour 1	13-15	Jr	Sr
<b>9:30</b>	Enregistrement et Preuve de Vaccination <b>QES</b> Registration and Vaccine Proof		
<b>9:45</b>	Enregistrement et Preuve de Vaccination <b>Charlottetown Naiads, Dollard et Performance Synchro</b> Registration and Vaccine Proof		
<b>10:00</b>	Enregistrement et Preuve de Vaccination <b>Montréal Synchro</b> Registration and Vaccine Proof		
<b>10:15</b>	Mots de Bienvenue / Estrades	Mots de Bienvenue / Estrades	Mots de Bienvenue / Estrades
<b>10:30</b>	Welcome / Gallery	Welcome / Gallery	Welcome / Gallery
<b>10:45</b>	PMd'Or / Estrades	Expérience Olympique / Estrades	Expérience Olympique / Estrades
<b>11:00</b>	GMP / Gallery	Olympic Experience / Gallery	Olympic Experience / Gallery
<b>11:15</b>	Transition vers Piscine / Transition to Pool		
<b>11:30</b>	Activation sur Plage / Activation on Deck	Pause / Break	Pause / Break
<b>11:45</b>	Échauffement / Warm Up	Transition vers Piscine / Transition to Pool	Transition vers Piscine / Transition to Pool
<b>12:00</b>	Natation / Swimming	Activation sur Plage / Activation on Deck	Activation sur Plage / Activation on Deck
<b>12:15</b>		Échauffement / Warm Up	Échauffement / Warm Up
<b>12:30</b>	Figures avec Juge et Entraîneur.e.s	Pratique d'Équipe Technique	Pratique d'Équipe Technique
<b>12:45</b>	Figures with Judge and Coaches	Technical Team Practice	Technical Team Practice
<b>13:00</b>			
<b>13:15</b>	Pause / Break	Pause / Break	Pause / Break
<b>13:30</b>			
<b>13:45</b>	Figures avec Juge et Entraîneur.e.s	Évaluation d'Équipe Technique	Évaluation d'Équipe Technique
<b>14:00</b>	Figures with Judge and Coaches	Technical Team Evaluation	Technical Team Evaluation
<b>14:15</b>			
<b>14:30</b>			
<b>14:45</b>	Diner/ Lunch	Diner/ Lunch	Diner/ Lunch
<b>15:00</b>			
<b>15:15</b>	Flexibilité / Gymnase	Transition vers Piscine / Transition to Pool	Transition vers Piscine / Transition to Pool
<b>15:30</b>	Flexibility / Gym	Patrons d'Équipe Technique au Sol	Patrons d'Équipe Technique au Sol
<b>15:45</b>		TT Patterns on Land	TT Patterns on Land
<b>16:00</b>	Répétition au Sol et Apprentissage	Échauffement / Warm Up	Échauffement / Warm Up
<b>16:15</b>	Land Drill and Learning		
<b>16:30</b>	Transition vers Piscine / Transition to Pool	Équipe Technique en Patron	Équipe Technique en Patron
<b>16:45</b>	Échauffement / Warm Up	TT in Pattern	TT in Pattern
<b>17:00</b>	Habilités de Routine		
<b>17:15</b>	Routine Skills	Pause / Break	Pause / Break
<b>17:30</b>	Pause / Break		
<b>17:45</b>	Pratique Séquence de Hauteur	Équipe Technique en Patron	Équipe Technique en Patron
<b>18:00</b>	Height Sequence Practice	TT in Pattern	TT in Pattern
<b>18:15</b>	Retour au Calme et Étirements	Retour au Calme et Étirements	Retour au Calme et Étirements
	Cool Down-Stretching	Cool Down-Stretching	Cool Down-Stretching
<b>18:30</b>	Conclusion / Wrap-Up	Conclusion / Wrap-Up	Conclusion / Wrap-Up

**Horaire sujet à changement / Schedule is subject to change**

**Auditions et Camps de Développement du Programme National  
Québec, 13-14 Novembre, 2021**

<b>Jour 2</b>	<b>13-15</b>	<b>Jr</b>	<b>Sr</b>
<b>9:45</b>	Mots de Bienvenue / Welcome	Mots de Bienvenue / Welcome	Mots de Bienvenue / Welcome
<b>10:00</b>	Transition vers Gymnase / Transition to Gym	PMd'Or / Estrades GMP / Gallery	PMd'Or / Estrades GMP / Gallery
<b>10:15</b>	Activation dans Gymnase / Activation in Gym		
<b>10:30</b>	Chaine Abdominale #2 / Core #2		
<b>10:45</b>	Flexibilité / Gymnase	Pause / Break	Pause / Break
<b>11:00</b>	Flexibility / Gym		
<b>11:15</b>	Pause / Break	Transition vers Gymnase / Transition to Gym	Transition vers Gymnase / Transition to Gym
<b>11:30</b>	Transition vers Piscine / Transition to Pool	Activation dans Gymnase / Activation in Gym	Activation dans Gymnase / Activation in Gym
<b>11:45</b>	Échauffement / Warm Up	Chaine Abdominale #2 / Core #2	Chaine Abdominale #2 / Core #2
<b>12:00</b>	Natation / Swimming	Transition vers Piscine / Transition to Pool	Transition vers Piscine / Transition to Pool
<b>12:15</b>	Figures avec Juge et Entraîneur.e.s Figures with Judge and Coaches	Échauffement / Warm Up	Échauffement / Warm Up
<b>12:30</b>		Pratique Séquence de Hauteur Height Sequence Practice	Pratique Séquence de Hauteur Height Sequence Practice
<b>12:45</b>		Pause / Break	Pause / Break
<b>13:00</b>		Évaluation de la Séquence de Hauteur Height Sequence Evaluation	Évaluation de la Séquence de Hauteur Height Sequence Evaluation
<b>13:15</b>		Pause / Break	Pause / Break
<b>13:30</b>	Évaluation de la Séquence de Hauteur Height Sequence Evaluation	Diner / Lunch	Diner / Lunch
<b>13:30</b>	Pause / Break		
<b>13:45</b>	Évaluation de la Séquence de Hauteur Height Sequence Evaluation		
<b>14:00</b>	Évaluation de la Séquence de Hauteur Height Sequence Evaluation	Flexibilité / Gymnase Flexibility / Gym	Flexibilité / Gymnase Flexibility / Gym
<b>14:15</b>	Diner / Lunch		
<b>14:30</b>	Diner / Lunch		
<b>14:45</b>	Diner / Lunch	Flexibilité / Gymnase Flexibility / Gym	Flexibilité / Gymnase Flexibility / Gym
<b>15:00</b>	Transition vers Piscine / Transition to Pool		
<b>15:15</b>	Échauffement / Warm Up		
<b>15:30</b>	Transition vers Piscine / Transition to Pool	Transition vers Piscine / Transition to Pool	Transition vers Piscine / Transition to Pool
<b>15:45</b>	Échauffement / Warm Up		
<b>16:00</b>	Habilités de Routine Routine Skills		
<b>16:15</b>	Habilités de Routine Routine Skills	Équipe Technique en Patron TT in Pattern	Équipe Technique en Patron TT in Pattern
<b>16:30</b>	Habilités de Routine Routine Skills		
<b>16:45</b>	Pause / Break		
<b>17:00</b>	Pause / Break	Équipe Technique en Patron TT in Pattern	Équipe Technique en Patron TT in Pattern
<b>17:15</b>	Habilités de Routine Routine Skills		
<b>17:30</b>	Habilités de Routine Routine Skills		
<b>17:45</b>	Habilités de Routine Routine Skills	Retour au Calme et Étirements Cool Down-Stretching	Retour au Calme et Étirements Cool Down-Stretching
<b>18:00</b>	Retour au Calme et Étirements Cool Down-Stretching		
<b>18:15</b>	Retour au Calme et Étirements Cool Down-Stretching		
<b>18:30</b>	Autographes avec Olympienne dans Gymnase / Autographs with Olympian in the Gym		

**Horaire sujet à changement / Schedule is subject to change**