

21-22-23 mai 2022

Horaire FINAL

Version du 16 mai 2022

Samedi 21 mai

07h00	OUVERTURE DES PORTES		
07h15-07h30	RÉUNION DES ENTRAÎNEUR-E-S		
16-20 ans	Duo, programme technique	BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT	
07h30-07h37	Échauffement de natation	07h30-09h40	
07h37-07h47	Échauffement de routine # 1 à 11	16-20 ans	Natation seulement
07h47-07h57	Échauffement de routine # 12 à 22	duos technique	(activation ou réactivation)
08h00-09h40	Compétition de duos technique 16-20 ans		
13-15 ans	Solo, PRÉLIMINAIRE	BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT	
09h45-09h52	Échauffement de natation # 1 à 20	09h45-11h30	
09h52-10h02	Échauffement de routine # 1 à 20	13-15 ans	Natation seulement, routines # 1 à 20
10h05-11h30	Compétition de solos 13-15 ans # 1 à 20	solos	(activation ou réactivation)
11h30-11h37	Échauffement de natation # 21 à 40	11h30-13h15	
11h37-11h47	Échauffement de routine # 21 à 40	13-15 ans	Natation seulement, routines # 21 à 40
11h50-13h15	Compétition de solos 13-15 ans # 21 à 40	solos	(activation ou réactivation)

BASSIN FERMÉ 13h15-14h00

Provincial	Combo	BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT	
14h00-14h07	Échauffement de natation		
14h07-14h21	Échauffement de routine		
14h25-14h50	Compétition de programmes libres combinés		
15h00-15h10	REMISE DES MÉDAILLES : COMBOS	BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT	
16-20 ans	Solo, programme technique	15h15-17h35	
15h15-15h22	Échauffement de natation	16-20 ans	Natation seulement
15h22-15h32	Échauffement de routine # 1 à 14	solos technique	(activation ou réactivation)
15h32-15h42	Échauffement de routine # 15 à 27		
15h45-17h35	Compétition de solos technique 16-20 ans		
17h45-18h00	REMISE DES MÉDAILLES : SOLOS ET DUOS TECHNIQUE 16-20 ANS		
18h00	Fin de la journée		

Dimanche 22 mai

07h00	OUVERTURE DES PORTES		
07h15-07h30	RÉUNION DES ENTRAÎNEUR-E-S		
13-15 ans	Figures	BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT	
07h30-07h37	Échauffement de natation # 1	07h30-12h15	
07h37-07h47	Échauffement de figures # 1 (athlètes # 1 à 95)	13-15 ans	Échauffement de figures
07h47-07h54	Échauffement de natation # 2	figures	
07h54-08h04	Échauffement de figures # 2 (athlètes # 96 à 187)		
08h05-12h15	Compétition de figures imposées 13-15 ans (2 ateliers)		
10h30-11h45	FORMATION CONTINUE - COMMENT DÉCORTIQUER ET PLANIFIER LES ÉLÉMENTS (pour les entraîneur.e.s) (bassin d'échauffement)		

BASSIN FERMÉ 12h15-12h45

16-20 ans	Duo, programme libre	BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT	
12h45-12h52	Échauffement de natation	12h45-14h50	
12h52-13h02	Échauffement de routine # 1 à 10	16-20 ans	Natation seulement
13h02-13h12	Échauffement de routine # 11 à 19	duos libre	(activation ou réactivation)
13h15-14h50	Compétition de duos libre 16-20 ans		

21-22-23 mai 2022

Horaire FINAL

Version du 16 mai 2022

13-15 ans	Solo, FINALE		BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT
14h55-15h02	Échauffement de natation		14h50-15h55
15h02-15h12	Échauffement de routine		13-15 ans
15h15-16h00	Compétition de solos 13-15 ans, FINALE		solos
			<i>Natation seulement (activation ou réactivation)</i>
16-20 ans	Solo, programme libre		BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT
16h05-16h12	Échauffement de natation		16h00-18h30
16h12-16h22	Échauffement de routine # 1 à 12		16-20 ans
16h22-16h32	Échauffement de routine # 13 à 24		solos technique
16h35-18h30	Compétition de solos libre 16-20 ans		<i>Natation seulement (activation ou réactivation)</i>
18h40-18h50	REMISE DES MÉDAILLES : SOLOS ET DUOS LIBRE 16-20 ANS & SOLOS 13-15 ANS		
18h50	Fin de la journée		
Lundi 23 mai			
07h00	OUVERTURE DES PORTES		
07h15-07h30	RÉUNION DES ENTRAÎNEUR-E-S		
13-15 ans	Duo		BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT
07h30-07h37	Échauffement de natation		07h30-09h10
07h37-07h47	Échauffement de routine # 1 à 10		13-15 ans
07h47-07h57	Échauffement de routine # 11 à 20		duos
08h00-09h35	Compétition de duos 13-15 ans		<i>Natation seulement (activation ou réactivation)</i>
16-20 ans	Équipe, programme technique		BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT
09h35-09h42	Échauffement de natation		09h15-10h30
09h42-09h56	Échauffement de routine		16-20 ans
10h00-10h50	Compétition d'équipes technique 16-20 ans		équipes technique
			<i>Natation seulement (activation ou réactivation)</i>
13-15 ans	Équipe		BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT
10h50-10h57	Échauffement de natation, routines # 1 à 13		10h35-12h25
10h57-11h11	Échauffement de routine # 1 à 6		13-15 ans
11h11-11h25	Échauffement de routine # 7 à 13		équipes
11h25-12h40	Compétition d'équipes 13-15 ans # 1 à 13		# 1 à 13
			<i>Natation seulement (activation ou réactivation) 4 routines précédant l'ordre de passage ou à partir de 10h55 pour les routines # 1 à 4</i>
12h40-12h47	Échauffement de natation, routines # 14 à 25		11h15-14h05
12h47-13h01	Échauffement de routine # 14 à 19		13-15 ans
13h01-13h15	Échauffement de routine # 20 à 25		équipes
13h15-14h30	Compétition d'équipes 13-15 ans # 14 à 25		# 14 à 25
			<i>Natation seulement (activation ou réactivation) 4 routines précédant l'ordre de passage ou à partir de 12h50 pour les routines # 14 à 17</i>
16-20 ans	Équipe, programme libre		BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT
14h35-14h42	Échauffement de natation		14h10-15h25
14h42-14h56	Échauffement de routine		16-20 ans
15h00-15h50	Compétition d'équipes libre 16-20 ans		équipes libre
			<i>Natation seulement (activation ou réactivation)</i>
16h00-16h20	REMISE DES MÉDAILLES : DUOS 13-15 ANS, ÉQUIPES LIBRES ET TECHNIQUE 16-20 ANS & ÉQUIPES 13-15 ANS REMISE DE LA BANNIÈRE DE CHAMPIONNAT		
16h20	Fin de la journée		