



24-25-26 mars 2023

Horaire FINAL

version du 14 mars 2023

Jeudi 16 mars

ZOOM 1

17h55 ACCUEIL DES OFFICIEL-LE-S

18h05 RÉUNION DES OFFICIEL-LE-S

Provincial 13-15 ans Figures

18h30-21h00 Évaluation des figures - Divisions 1 & 3 - VIRTUEL (officiel-le-s seulement)

ZOOM 2

17h45 ACCUEIL DES OFFICIEL-LE-S

18h00 RÉUNION DES OFFICIEL-LE-S

Régional Figures

8-10 ans, 11-12 ans, 13-17 ans Évaluation des figures - Divisions 1 & 3 - VIRTUEL (officiel-le-s seulement)

18h30-20h45 8-10 ans, suivi de 11-12 ans, suivi de 13-17 ans

Mercredi 22 mars

ZOOM 1

17h30 ACCUEIL DES OFFICIEL-LE-S

17h45 RÉUNION DES OFFICIEL-LE-S

Provincial Figures

9-10 ans et 11-12 ans Évaluation des figures - Divisions 1 & 3 - VIRTUEL (officiel-le-s seulement)

18h15-20h50 9-10 ans, suivi de 11-12 ans

Vendredi 24 mars

13h15 OUVERTURE DES PORTES

13h45-13h55 RÉUNION DES ENTRAÎNEUR-E-S

Provincial 16-20 ans Duo, programme libre

14h00-14h05 Échauffement de natation

14h05-14h15 Échauffement de routine

14h20-15h00 **Compétition de duo libre 16-20 ans**

Provincial 13-15 ans Solo

15h05-15h10 Échauffement de natation

15h10-15h20 Échauffement de routine # 1 à 7

15h20-15h30 Échauffement de routine # 8 à 14

15h35-16h40 **Compétition de solo libre 13-15 ans**

Provincial 16-20 ans Solo, programme libre

16h45-16h50 Échauffement de natation

16h50-17h00 Échauffement de routine # 1 à 6

17h00-17h10 Échauffement de routine # 7 à 13

17h15-18h20 **Compétition de solo libre 16-20 ans**

version du 14 mars 2023

18h30 REMISE DES MÉDAILLES : SOLOS LIBRES 13-15 ANS ET 16-20 ANS ET DUOS LIBRES 16-20 ANS

Samedi 25 mars

07h30 OUVERTURE DES PORTES

07h45-07h55 RÉUNION DES ENTRAÎNEUR-E-S

Provincial 16-20 ans Duo, programme technique

8h00-8h05 Échauffement de natation

8h05-8h15 Échauffement de routine

8h20-9h00 **Compétition de duo technique 16-20 ans**

Régional 13-17 ans Solo et Duo

Provincial 9-10 ans Duo

9h05-9h10 Échauffement de natation

9h10-9h20 Échauffement de routine

9h25-10h05 **Compétition de duo provincial 9-10 ans, suivi de duo régional 13-17 ans, suivi de solo régional 13-17 ans**

Provincial 16-20 ans Solo, programme technique

10h10-10h15 Échauffement de natation

10h15-10h25 Échauffement de routine # 1 à 8

10h25-10h35 Échauffement de routine # 9 à 15

10h40-11h50 **Compétition de solo technique 16-20 ans**

11h50-12h45 **LUNCH - PISCINE FERMÉE**

12h30 **REMISE DES MÉDAILLES : FIGURES DU PROGRAMME RÉGIONAL, SOLOS ET DUOS DU PROGRAMME RÉGIONAL, DUOS PROVINCIAL 9-10 ANS, SOLOS ET DUOS TECHNIQUES 16-20 ANS**

Régional 8-10 ans, 11-12 ans, 13-17 ans Équipe

12h50-12h55 Échauffement de natation

12h55-13h05 Échauffement de routine #1 : régional 8-10 ans # 1-2 et 11-12 ans # 1-2-3

13h05-13h15 Échauffement de routine #2 : régional 11-12 ans # 4-5-6 et 13-17 ans # 1-2-3

13h20-14h20 **Compétition d'équipe régional 8-10 ans, suivi de 11-12 ans, suivi de 13-17 ans**

Provincial 13-15 ans Équipe

14h25-14h30 Échauffement de natation

14h30-14h40 Échauffement de routine # 1 à 4

14h40-14h50 Échauffement de routine # 5 à 7

14h55-15h40 **Compétition d'équipe provincial 13-15 ans**

Provincial 16-20 ans Équipe, programme technique

15h45-15h50 Échauffement de natation

15h50-16h00 Échauffement de routine

16h05-16h30 **Compétition d'équipe technique 16-20 ans**

16h45 **REMISE DES MÉDAILLES : ÉQUIPES DU PROGRAMME RÉGIONAL, ÉQUIPES PROVINCIAL 13-15 ANS, FIGURES DU PROGRAMME PROVINCIAL 13-15 ANS, ÉQUIPES TECHNIQUES 16-20 ANS**

Dimanche 26 mars

07h45 OUVERTURE DES PORTES

08h00-08h15 RÉUNION DES ENTRAÎNEUR-E-S

Provincial 11-12 ans et 13-15 ans	Duo libre
8h15-8h20	Échauffement de natation
8h20-8h30	Échauffement de routine #1 : 11-12 ans # 1-2 et 13-15 ans # 1-2-3
8h30-8h40	Échauffement de routine #2 : 13-15 ans # 4-5-6-7-8-9
8h45-9h45	Compétition de duo 11-12 ans, suivi de 13-15 ans

Provincial 11-12 ans	Solo
9h50-9h55	Échauffement de natation
9h55-10h05	Échauffement de routine # 1 à 7
10h05-10h15	Échauffement de routine # 8 à 13
10h20-11h20	Compétition de solo 11-12 ans

11h30 REMISE DES MÉDAILLES : DUOS 11-12 ANS ET 13-15 ANS ET SOLOS 11-12 ANS

11h45-12h30 LUNCH - PISCINE FERMÉE

Provincial 9-10 ans	Équipe
12h35-12h40	Échauffement de natation
12h40-12h50	Échauffement de routine
12h55-13h05	Compétition d'équipe 9-10 ans

Provincial 11-12 ans	Équipe
13h10-13h15	Échauffement de natation
13h15-13h25	Échauffement de routine # 1 à 5
13h25-13h35	Échauffement de routine # 6 à 9
13h40-14h30	Compétition d'équipe 11-12 ans

Provincial 16-20 ans	Équipe, programme libre
14h35-14h40	Échauffement de natation
14h40-14h50	Échauffement de routine # 1-2-3
14h50-15h00	Échauffement de routine # 4-5-6
15h05-15h45	Compétition d'équipe libre 16-20 ans



24-25-26 mars 2023

Horaire FINAL

version du 14 mars 2023

16h00

REMISE DES MÉDAILLES : FIGURES DU PROGRAMME PROVINCIAL 9-10 ANS ET 11-12 ANS, ÉQUIPES LIBRE PROVINCIAL 9-10 ANS, 11-12 ANS ET 16-20 ANS

à réviser