

27-28 mai 2023

Horaire Final

Version du 24 mai 2023

Samedi 27 mai

8h00 OUVERTURE DES PORTES

8h15-8h25 RÉUNION DES ENTRAÎNEUR-E-S

Équipe 11-12 ans	Équipe 11-12 ans - PRÉLIMINAIRE
8h30-8h35	Échauffement de natation (#1-8)
8h35-8h45	Échauffement de routine (#1-8)
8h45-8h50	Échauffement de natation (#9-15)
8h50-9h00	Échauffement de routine (#9-15)
9h00-9h05	Échauffement de natation (#16-22)
9h05-9h15	Échauffement de routine (#16-22)
9h20-11h20	Compétition d'équipe 11-12 ans préliminaire (pause de 5 minutes après routine #11)

11h20-12h10	LUNCH - PISCINE FERMÉE
11h30-12h00	ATELIER DE FORMATION CONTINUE POUR LES ENTRAÎNEUR.ES - SUR LA PISCINE - LES POUSSÉES ACROBATIQUES

Figures 9-10 ans	Figures 9-10 ans (2 ateliers, 2 rondes)
12h15-12h20	Échauffement de natation
12h20-12h35	Échauffement de figures
12h40-14h45	Compétition de figures 9-10 ans (2 ateliers)
12h40-14h45	Évaluation des capacités athlétiques au sol (évaluation 11-12 ans Unité Provincial D'Entraînement)
13h30-14h00	PRÉSENTATION SUR LE MODE DE JUGEMENT EN NATATION ARTISTIQUE - POUR LES PARENTS - SALLE DEUXIEME ETAGE

Duo 11-12 ans	Duo et duo mixte 11-12 ans
15h00-15h05	Échauffement de natation
15h05-15h15	Échauffement de routine
15h20-16h10	Compétition de duo suivi de duo mixte 11-12 ans

Duo 9-10 ans	Duo et duo mixte 9-10 ans
16h15-16h20	Échauffement de natation
16h20-16h30	Échauffement de routine
16h35-17h10	Compétition de duo suivi de duo mixte 9-10 ans

Solo 11-12 ans	Solo 11-12 ans
17h15-17h20	Échauffement de natation
17h20-17h30	Échauffement de routine
17h35-18h35	Compétition de solo 11-12 ans

27-28 mai 2023

Dimanche 28 mai

07h30 OUVERTURE DES PORTES

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

Figures
11-12 ans **Figures 11-12 ans (4 figures, 4 ateliers)**

8h00-8h05 Échauffement de natation (#1-70)
 8h05-8h20 Échauffement de figures (#1-70)
 8h20-8h25 Échauffement de natation (#71-140)
 8h25-8h40 Échauffement de figures (#71-140)

8h45-11h15 **Compétition de figures 11-12 ans (4 ateliers)**

9h00-9h30 **PRÉSENTATION SUR LE MODE DE JUGEMENT EN NATATION ARTISTIQUE - POUR LES PARENTS - SALLE DEUXIÈME ÉTAGE**

11h15-12h00 **LUNCH - PISCINE FERMÉE**

11h25-11h55 **ATELIER DE FORMATION CONTINUE POUR LES ENTRAÎNEUR.ES - SUR LA PISCINE - TECHNIQUE FIGURES**

Équipe
9-10 ans **Équipe 9-10 ans**

12h05-12h10 Échauffement de natation (#1-5)
 12h10-12h20 Échauffement de routine (#1-5)
 12h20-12h25 Échauffement de natation (#6-10)
 12h25-12h35 Échauffement de routine (#6-10)

12h40-13h30 **Compétition d'équipe 9-10 ans**

12h40-13h30 **Évaluation des capacités athlétiques au sol (évaluation 11-12 ans Unité Provincial D'Entraînement)**

Équipe
11-12 ans **Équipe 11-12 ans - FINALE**

13h35-13h40 Échauffement de natation (#1-5)
 13h45-13h55 Échauffement de routine (#1-5)
 13h55-14h00 Échauffement de natation (#6-10)
 14h00-14h10 Échauffement de routine (#6-10)

14h15-15h05 **Compétition d'équipe 11-12 ans - FINALE**

15h20

REMISE DES MÉDAILLES : FIGURES 9-10 ANS, FIGURES 11-12 ANS, DUO ET DUO MIXTE 9-10 ANS, DUO ET DUO MIXTE 11-12 ANS, SOLO 11-12 ANS, ÉQUIPE 9-10 ANS, ÉQUIPE 11-12 ANS

REMISE DE LA BANNIÈRE 2023