

Championnat provincial 12 ans et moins et Natation artistique adaptée

Horaire Préliminaire

Version du 18 mars 2025

Vendredi 23 mai 2025

15:45	Ouverture des portes
16:00	Réunion des entraîneur.es
UPE	Routine de sélection
11-12 ans	
16:10 - 16:15	Échauffement de natation
16:15 - 16:25	Échauffement de routine
16:30 - 19:00	Épreuve de sélection de l'UPE 11-12 ans 2025

Samedi 24 mai 2025

06:45	Ouverture des portes
07:15	Réunion des entraîneur.es

BASSIN DE COMPÉTITION		BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT	
Provincial	Figures	Provincial	Figures
9-10 ans & 11-12 ans		9-10 ans & 11-12 ans	
NAA		NAA	
07:35 - 07:40	Échauffement de natation #1	07:35 - 07:40	Échauffement de natation #1
07:40 - 07:50	Échauffement de figures #1	07:40 - 07:50	Échauffement de figures #1
07:50 - 07:55	Échauffement de natation #2	07:50 - 07:55	Échauffement de natation #2
07:55 - 08:05	Échauffement de figures #2	07:55 - 08:05	Échauffement de figures #2
08:10 - 11:30	Provincial Figures 9-10 ans (87) et 11-12 ans (216) ainsi que NAA 2 ateliers par groupe d'âge (provincial) et 1 atelier NAA	08:10 - 11:30	Provincial Figures 9-10 ans (87) et 11-12 ans (216) ainsi que NAA
11:30 - 12:15	Dîner - Fermeture de piscine <i>Atelier de perfectionnement pour les entraîneur.es</i>		
Provincial	Flexibilité (12:20 - 15:20) - Par vagues de l'épreuve préliminaire d'équipe		
11-12 ans			
NAA	Solo libre - Duo libre		
12:20 - 12:25	Échauffement de natation	12:20 - 13:35	Bassin ouvert à tous.tes
12:25 - 12:35	Échauffement de routine		
12:40 - 13:40	NAA Solo suivi de Duo		
Provincial	Duo - Trio	Provincial	Duo - Trio
9-10 ans		9-10 ans	
13:40 - 13:50	Échauffement de routine	13:35 - 13:40	Échauffement de natation
13:55 - 14:55	Provincial Duo 9-10 ans suivi de Trio 9-10 ans	13:40 - 14:45	Échauffement des duos et trios 9-10 ans
Provincial	Équipe - PRÉLIMINAIRES	Provincial	Équipe - PRÉLIMINAIRES
11-12 ans		11-12 ans	
14:55 - 15:05	Échauffement de routine #1	14:45 - 14:55	Échauffement de natation #1
15:10 - 16:30	Provincial Équipe 11-12 ans Vague 1	14:55 - 16:20	Échauffement des équipes 11-12 ans vague 1
16:30 - 16:40	Échauffement de routine #2	16:20 - 16:30	Échauffement de natation #2
16:40 - 18:00	Provincial Équipe 11-12 ans Vague 2	16:30 - 17:50	Échauffement des équipes 11-12 ans vague 2
18:00 - 18:10	Échauffement de routine #3	17:50 - 18:00	Échauffement de natation #3
18:10 - 19:30	Provincial Équipe 11-12 ans Vague 3	18:00 - 19:30	Échauffement des équipes 11-12 ans vague 3

Dimanche 25 mai 2025

07:00 Ouverture des portes
07:30 Réunion des entraîneur.es

BASSIN DE COMPÉTITION		BASSIN D'ÉCHAUFFEMENT	
Provincial 9-10 ans		Flexibilité (09:00 - 10:15)	
NAA Duo habiletés mixtes			
07:45 - 07:50	Échauffement de natation	07:45 - 08:20 Bassin ouvert à tous.tes	
07:50 - 08:00	Échauffement de routine		
08:05 - 08:25	NAA Duo habiletés mixtes		
Provincial 11-12 ans		Provincial 11-12 ans	
Solo		Solo	
08:25 - 08:35	Échauffement de routine	08:20 - 08:25	Échauffement de natation
08:40 - 10:20	Provincial Solo libre 11-12 ans	08:25 - 10:15	Échauffement des solos et duos 11-12 ans
Provincial 11-12 ans		Provincial 11-12 ans	
Duo - Duo Mixte		Duo - Duo Mixte	
10:20 - 10:30	Échauffement de routine	10:15 - 10:20	Échauffement de natation
10:35 - 12:05	Provincial Duo 11-12 ans suivi de Duo Mixte 11-12 ans	10:20 - 12:05	Échauffement des duos et duos mixtes 11-12 ans
12:05 - 12:45 Dîner - Fermeture de piscine			
Provincial 9-10 ans		Provincial 9-10 ans	
Équipe		Équipe	
12:55 - 13:05	Échauffement de routine #1	12:50 - 12:55	Échauffement de natation
13:05 - 13:15	Échauffement de routine #2	12:55 - 14:40	Échauffement des équipes 9-10 ans
13:20 - 14:40	Provincial Équipe libre 9-10 ans		
NAA Équipe habiletés mixtes		NAA Équipe habiletés mixtes	
14:45 - 14:50	Échauffement de natation		
14:50 - 15:00	Échauffement de routine		
15:05 - 15:25	NAA Équipe habiletés mixtes	14:45 - 15:15 Bassin ouvert à tous.tes	
Provincial 11-12 ans		Provincial 11-12 ans	
Équipe - FINALE		Équipe - FINALE	
15:25 - 15:35	Échauffement de routine	15:15 - 15:25	Échauffement de natation
15:40 - 17:00	Provincial Équipe libre 11-12 ans (10)	15:25 - 17:00	Échauffement des équipes 11-12 ans