

**Planning**

**J1 : Di 19/11/2023 - R1 (OP : 08h00 - DE : 09h00)**

<i>Ouverture des portes, début de l'échauffement</i>	08:00
<i>Fin de l'échauffement, évacuation du bassin</i>	08:55
1. 10x50 Nage Libre Dames (2 Séries)	09:00
2. 10x50 Nage Libre Messieurs (3 Séries)	09:15
3. 100 Dos Dames (2 Séries)	09:34
4. 200 Dos Messieurs (3 Séries)	09:40
5. 100 Brasse Dames (2 Séries)	09:53
6. 200 Brasse Messieurs (3 Séries)	09:58
7. 100 Nage Libre Dames (2 Séries)	10:12
8. 400 Nage Libre Messieurs (3 Séries)	10:17
9. 100 Papillon Dames (2 Séries)	10:36
10. 200 Papillon Messieurs (3 Séries)	10:41
11. 100 4 Nages Dames (2 Séries)	10:52
12. 200 4 Nages Messieurs (3 Séries)	10:58
13. 4x200 Nage Libre Dames (2 Séries)	11:10
<i>Fin de la réunion</i>	11:37

**Planning**

**J1 : Di 19/11/2023 - R2 (OP : 14h00 - DE : 15h00)**

<i>Ouverture des portes, début de l'échauffement</i>	14:00
<i>Fin de l'échauffement, évacuation du bassin</i>	14:55
1. 4x200 Nage Libre Messieurs (3 Séries)	15:00
2. 200 Dos Dames (2 Séries)	15:36
3. 100 Dos Messieurs (3 Séries)	15:44
4. 200 Brasse Dames (2 Séries)	15:52
5. 100 Brasse Messieurs (3 Séries)	16:01
6. 400 Nage Libre Dames (2 Séries)	16:09
7. 100 Nage Libre Messieurs (3 Séries)	16:25
8. 200 Papillon Dames (2 Séries)	16:32
9. 100 Papillon Messieurs (3 Séries)	16:40
10. 200 4 Nages Dames (2 Séries)	16:48
11. 100 4 Nages Messieurs (3 Séries)	16:56
12. 4x100 4 Nages Dames (2 Séries)	17:04
13. 4x100 4 Nages Messieurs (3 Séries)	17:18
<i>Fin de la réunion</i>	17:39