

## Horaire provisoire

### Compétition d'équipe

4-5 février

Club hôte : Vestales de St-Hyacinthe

## SAMEDI 4 février

### Compétition :

07h00	Ouverture des portes
07h05-07h30	Accréditation des entraîneurs et des officiels à la table d'accueil
07h30-07h40	Réunion des entraîneurs obligatoires
07h40-08h10	Réunion des officiels

### Développement Toutes catégories d'âge LANDRILL ET FLEX

08h10-08h55	Compétition de Landrill U12 et OUVERT
08h10-08h55	Flexibilité pour le réseau Intermédiaire
09h15-10h25	Compétition de Landrill U14
09h15-10h25	Flexibilité pour la catégorie Développement U12 et OUVERT

### Inter et Inter+ Toutes catégories d'âge LANDRILL ET FLEX

10h40-12h10	Compétition de Landrill Inter et Inter +
10h40-12h10	Flexibilité pour la catégorie Développement U14

12h15-12h45 Dîner (piscine fermée)

### Développement Toutes catégories d'âge ÉLÉMENTS IMPOSÉS

12h50-12h55	Échauffement de natation
12h55-13h05	Échauffement d'éléments imposés U12
13h05-13h15	Échauffement d'éléments imposés U14 concurrentes #1 à 8
13h15-13h25	Échauffement d'éléments imposés U14 concurrentes #9 à 17
13h25-13h35	Échauffement d'éléments imposés catégorie OUVERTE
13h40-14h30	Compétition d'éléments imposés développement (3 ateliers)

### Inter et Inter+ Toutes catégories d'âge ÉLÉMENTS IMPOSÉS

14h30-14h35	Échauffement de natation
14h35-14h45	Échauffement d'éléments imposés 13-15 ans et Inter+
14h45-14h55	Échauffement d'éléments imposés OUVERT
15h00-15h45	Compétition d'éléments imposés Intermédiaire (3 ateliers)

### Dev et Inter Toutes catégories d'âge DÉPLACEMENTS

15h50-15h55	Échauffement de natation Développement
15h55-16h00	Échauffement de natation Intermédiaire
16h05-16h35	Compétition de déplacement

16h45-18h30 Pratique d'équipe par ordre de performance

## DIMANCHE 5 février

08h00	Ouverture des portes
08h15-08h25	Réunion des entraîneurs obligatoires
08h00	Arrivée des officiels

### Développement Toutes catégories d'âge ÉQUIPE

08h30-08h35	Échauffement de natation d'équipe U12 et OUVERT
08h35-08h45	Échauffement d'équipe U12
08h45-08h55	Échauffement d'équipe OUVERT
09h00-09h45	Compétition d'équipe U12 et OUVERT
09h50-09h55	Échauffement de natation d'équipe U14
09h55-10h05	Échauffement d'équipe U14 concurrentes #1 à 6
10h05-10h15	Échauffement d'équipe U14 concurrentes #7 à 11
10h15-10h25	Échauffement d'équipe U14 concurrentes #11 à 17
10h30-11h40	Compétition d'équipe U14

11h40-12h10 Dîner (piscine fermée)

### Inter et Inter+ Toutes catégories d'âge ÉQUIPE

12h15-12h20	Échauffement de natation d'équipe Intermédiaire
12h20-12h30	Échauffement d'équipe 13-15 ans concurrentes #1 à 6
12h30-12h40	Échauffement d'équipe 13-15 ans concurrentes #7 à 9 et OUVERT concurrentes #1 à 4
12h40-12h50	Échauffement d'équipe OUVERT concurrentes #5 à 10 et Inter +
12h55-14h30	Compétition d'équipe U16 et OUVERT

14h45 Remise de médailles