



# Compétition de qualification de la Division 1

23-24 mars 2019

Club hôte: Mem-Fées de Magog



## Horaire préliminaire

(version du 19 février 2019)

### **Samedi 23 mars 2019**

07h30	Ouverture des portes / Accès au vestiaire
08h00	Accès au bord du bassin
08h15	Réunion des entraîneurs avec l'arbitre

<b>Inter</b>	<b>Figures imposées</b>
08h30-08h35	Échauffement de natation
08h35-08h50	Échauffement de figures
<b>09h00-10h15</b>	<b>Compétition de figures imposées (4 ateliers, 1 ronde)</b>
<b>10h45-11h15</b>	<b>Flexibilité athlètes Intermédiaire (priorité athlètes duo)</b>

<b>Apprenti</b>	<b>Figures imposées</b>
<b>Défi</b>	<b>Figures imposées</b>
10h15-10h20	Échauffement de natation
10h20-10h30	Échauffement de figures
<b>10h30-12h30</b>	<b>Compétition de figures imposées (2 ateliers Apprenti et 1 atelier Défi)</b> <i>* Il y aura une pause de 5 minutes entre les 2 rondes Apprenti</i>
<b>09h30-10h00</b>	<b>Flexibilité des athlètes Défi</b>
12h30-13h00	Pause pour le dîner

<b>Inter</b>	<b>Duo 16-20 ans / Duo 13-15 ans</b>
13h05-13h10	Échauffement de natation
13h10-13h20	Échauffement de routine - Groupe 1
13h20-13h30	Échauffement de routine - Groupe 2
<b>13h35-14h40</b>	<b>Compétition de duo</b>

<b>Apprenti</b>	<b>Duo 9-10 ans / Duo 11-12 ans</b>
<b>Défi</b>	<b>Duo 13-15 ans</b>
14h45-14h50	Échauffement de natation
14h50-15h00	Échauffement de routine Apprenti
15h00-15h10	Échauffement de routine Défi
<b>15h15-16h05</b>	<b>Compétition de duo</b>
<b>16h15-16h45</b>	<b>Récompenses Figures imposées et Duo</b>

<b>Apprenti</b>	<b>Solo 11-12 ans</b>
<b>Défi</b>	<b>Solo 13-15 ans</b>
17h00-17h05	Échauffement de natation
17h05-17h15	Échauffement de routine
<b>17h15-17h50</b>	<b>Compétition de solo</b>
<b>17h50-18h00</b>	<b>Récompenses Solo Apprenti et Défi</b>

<b>Inter</b>	<b>Combiné libre</b>
18h05-18h10	Échauffement de natation
18h10-18h20	Échauffement de routine
<b>18h20-18h30</b>	<b>Compétition de combiné libre</b>
<b>18h30</b>	<b>Récompenses Combiné libre</b>



# Compétition de qualification de la Division 1

23-24 mars 2019

Club hôte: Mem-Fées de Magog



## Horaire préliminaire

(version du 19 février 2019)

### Dimanche 24 mars 2019

07h30	Ouverture des portes / Accès au vestiaire
08h15	Accès au bord du bassin
08h30	Réunion des entraîneurs avec l'arbitre

#### **Inter** Solo 16-20 ans / Solo 13-15 ans

08h45-08h50	Échauffement de natation
08h50-09h00	Échauffement de routine - Groupe 1
09h00-09h10	Échauffement de routine - Groupe 2

#### **09h15-10h15** Compétition de solo

#### **10h15-10h25** Récompenses Solo Intermédiaire

#### **Apprenti** Équipe 10 ans et moins / Équipe 12 ans et moins **Défi** Équipe 13-15 ans

10h30-10h35	Échauffement de natation
10h35-10h45	Échauffement de routine Apprenti
10h45-11h00	Échauffement de routine Défi

#### **11h00-12h00** Compétition d'équipe

#### **Inter** Équipe 16-20 ans / 13-15 ans

12h00-12h05	Échauffement de natation
12h05-12h15	Échauffement de routine - Groupe 1
12h15-12h25	Échauffement de routine - Groupe 2

#### **12h25-13h00** Compétition d'équipe

#### **13h00** Récompenses Équipe