Programme

Echauffement : 7h30 - Formation jury 8h00 - Première course 8h30

Samedi 12 décembre



1- 400m 4 nages dames
2- 400m Nage Libre messieurs
3- 100m Brasse dames
4- 100m Brasse messieurs

Pause

5- 200m Papillon dames
6- 200m Papillon messieurs
7- 50m Nage Libre dames
8- 50m Nage Libre messieurs

Pause midi

9- 50m Brasse dames
10- 50m Brasse messieurs
11- 200m 4 Nages messieurs

Pause

12- 200m Dos dames
13- 200m Dos messieurs
14- 100m Nage Libre dames
15- 100m Nage Libre messieurs
16- Relais 4x100m 4 Nage MIXTE

Dimanche 13 décembre



17- 400m 4 nages messieurs
18- 400m Nage Libre dames
19- 100m Dos messieurs
20- 100m Dos dames

Pause

21- 200m Brasse messieurs
22- 200m Brasse dames
23- 50m Papillon messeurs
24- 50m Papillon dames

Pause midi

25- 50m Dos messieurs
26- 50m Dos dames
27- 200m 4 Nages dames

Pause

28- 100m Papillon messieurs
29- 100m Papillon dames
30- 200m Nage Libre messieurs
31- 200m Nage Libre dames
32- Relais 4x100m Nage libre MIXTE

