



PROGRAMME GENERAL
NATATION & NATATION ARTISTIQUE
PISCINE DE LA MALADAIRE - MONTREUX

SAMEDI 10 DÉCEMBRE 2022

07h00	Ouverture des portes		
07h15	Accès aux installations sportives		
07h30 - 08h45	Echauffement natation		
08h15	Séance des chefs d'équipe		
08h30	Séance du jury		
09h00	Début de la compétition natation		
09h00 - 10h45	Natation	1. 200 m. dos Dames	2. 200 m. dos Messieurs
	Natation	3. 200 m. papillon Dames	4. 200 m. papillon Messieurs
	Natation	5. 200 m. libre Dames	6. 200 m. libres Messieurs
10h50 - 11h15	Cérémonie protocolaire courses 1 à 6		
11h20 - 13h30	Pause natation jury		
10h10	Séances du jury et des chefs d'équipe de natation artistique		
10h30 - 11h00	Echauffement Figures J4		
11h15 - 12h45	Figures J4		
13h40 - 14h50	Natation	7. 100 m. brasse Dames	8. 100 m. brasses Messieurs
	Natation	9. 100 m. libre Dames	10. 100 m. libre Messieurs
13h15	Cérémonie protocolaire Figures J4		
13h45 - 15h55	Echauffement ballets sans musiques et sans tap tap (fosse)		
15h05 - 15h30	Cérémonie protocolaire courses 7 à 10		
15h30	Fin de la 1 ^{ère} partie natation		
16h00 - 19h00	Compétition ballets toutes catégories		
19h30	Cérémonie protocolaire ballets		
20h00	Fin de la compétition de natation artistique		

DIMANCHE 11 DÉCEMBRE 2022

07h00	Ouverture des portes		
07h15	Accès aux installations sportives		
07h15-08h45	Echauffement natation		
08h15	Séance des chefs d'équipe		
08h30	Séance du jury		
09h00	Début de la compétition natation		
09h00 - 11h20	Natation	11. 400 m. libre Dames	12. 400 m. libres Messieurs
	Natation	13. 100 m. dos Dames	14. 100 m. dos Messieurs
	Natation	15. 200 m. 4 nages Dames	16. 200 m. 4 nages Messieurs
11h20 - 11h50	Cérémonie protocolaire courses 11 à 16		
11h50 - 14h00	Pause natation jury		
14h00 - 16h00	Natation	17. 50 m. libre Dames	18. 50 m. libres Messieurs
	Natation	19. 100 m. 4 nages Dames	20. 100 m. 4 nages Messieurs
	Natation	21. 200 m. brasse Dames	22. 200 m. brasse Messieurs
	Natation	23. 100 m. papillon Dames	24. 100 m. papillon Messieurs
16h00 - 16h30	Cérémonie protocolaire courses 17 à 24		
16h30	Fin de la compétition de natation		

Les horaires sont donnés à titre indicatif, nous ferons le maximum pour les respecter !