

WARMUP SCHEDULE

MARCH 15 MARS

15:30	16:00		Lap & Routine WARM-UP	ÉCHAUFFEMENT en longueur + routines
16:00	16:30		Lap & Routine WARM-UP	ÉCHAUFFEMENT en longueur + routines
16:30	17:00		TRAINING WITH MUSIC - NOVICE TEAM	ENTRAÎNEMENT AVEC MUSIQUE - ÉQUIPES NOVICES
17:00	18:10		TRAINING WITH MUSIC - EXPERIENCED TEAM	ENTRAÎNEMENT AVEC MUSIQUE - ÉQUIPES EXPÉRIMENTÉES
18:15	19:15	9	Prelims - CUASL NOVICE TEAM (random draw)	Prelims - ÉQUIPE NOVICE LUCNA (ordre de passage aléatoire)
19:30	21:30	18	Prelims - CUASL EXPERIENCED TEAM (random draw)	Prelims - ÉQUIPE EXPÉRIMENTÉE LUCNA (ordre de passage aléatoire)

COMPETITION POOL	WU POOL			LAP LANES - 5m Laps / Longueurs	Laps / Longueurs
	AREA A - 10 m Official Competition Warmup Space	AREA B - 10 m Open Pool / Piscine Ouverte	LAP LANES - 5m Laps / Longueurs		
COMPETITION - Qualifier	Qualifier warmups	Novice Team warmups			
Closed/Fermé	Novice Teams (1-2-3)	Novice Teams (4-5-6)			
1 by 1 (can stay in pool for 2 after) 1 par 1 (peut rester pendant 2 après)	Novice/Exp Teams (3-4-5 before/avant)	Novice/Exp Teams (6-7-8 before/avant)			
1 by 1 (can stay in pool for 2 after) 1 par 1 (peut rester pendant 2 après)	Exp Teams (3-4-5 before/avant)	Exp Teams (6-7-8 before/avant)			
COMPETITION	Novice/Exp Team (3-4-5 before/avant)	Novice/Exp Team (6-7-8 before/avant)			