

WARMUP SCHEDULE

MARCH 20 MARS

07:00				Access to dressing rooms	Accès aux vestiaires
07:15				Access to pool	Accès à la piscine
07:15	07:45			Lap & Routine WARM-UP	ÉCHAUFFEMENT en longueur + routines
07:45	07:50	1		Finals - SENIOR SOLO FREE MEN	Finales - SOLO LIBRE SENIOR HOMMES
07:50	07:55	1		Finals - JUNIOR SOLO FREE MEN	Finales - SOLO LIBRE JUNIOR HOMMES
07:55	09:40	21	1-11 12-21	Finals - SENIOR SOLO FREE	Finales - SOLO LIBRE SENIOR
09:45	12:45	32	1-16 17-32	Finals - JUNIOR SOLO FREE	Finales - SOLO LIBRE JUNIOR
Immediately Following	13:15	7		AdAS SOLO FREE (approximate time)	SOLO NAA (heure approximative)
13:00	14:30			LUNCH/DINER	
13:30	14:40			TRAINING WITH MUSIC - YOUTH TEAM PRELIMS	ENTRAINEMENT AVEC MUSIQUE - PRELIMS ÉQUIPE JEUNESSE
14:45	17:00	21	1-11 12-21	Prelim - YOUTH TEAM	Prelims - ÉQUIPE JEUNESSE
16:45	17:05			WARMUPS	
17:05	17:25			TRAINING WITH MUSIC - SENIOR TEAM TECH	ENTRAINEMENT AVEC MUSIQUE - ÉQUIPE TECH SENIOR
17:25	18:30			TRAINING WITH MUSIC - JUNIOR TEAM TECH	ENTRAINEMENT AVEC MUSIQUE - ÉQUIPE TECH JUNIOR
18:45	19:40	8		Finals - SENIOR TEAM TECH	Finales - ÉQUIPE TECH SENIOR
19:45	22:00	21	1-11 12-21	Finals - JUNIOR TEAM TECH	Finales - ÉQUIPE TECH JUNIOR

COMPETITION POOL	WARMUP POOL / PISCINE D'ENTRAÎNEMENT		
	AREA 2-10 m Official Competition Warmup Space	AREA 1 - 10 m Open Pool / Piscine Ouverte	Laps / Longueurs
Closed/Fermé			
Closed/Fermé	SR/JR Solo Men + SR Solo (1-10)		Laps / Longueurs
COMPETITION	SR / JR Solo Men + SR / JR Solo Women 12 comp. before / avant	OPEN POOL / BASSIN LIBRE YOUTH ONLY JEUNESSE SEULEMENT 08:00-10:30	
		OPEN POOL / BASSIN LIBRE JR/SR/AdAS/MxAb ONLY/SEULEMENT 10:30-13:00	
Closed/Fermé	Youth Teams (1-3)	Youth Teams (4-6)	
1 by 1 (can stay in pool for 2 after) 1 par 1 (peut rester pendant 2 après)	Youth Teams (3-4-5 before/avant)	Youth Teams (6-7-8 before/avant)	
COMPETITION	Youth Teams (3-4-5 before/avant)	Youth Teams (6-7-8 before/avant)	
Closed/Fermé	SR Team Tech (1-3)	SR Team Tech (4-6)	
1 by 1 (can stay in pool for 2 after) 1 par 1 (peut rester pendant 2 après)	SR Team Tech + JR Team Tech (3-4-5 before/avant)	SR Team Tech + JR Team Tech (6-7-8 before/avant)	
COMPETITION	SR Team Tech + JR Team Tech (3-4-5 before/avant)	SR Team Tech + JR Team Tech (6-7-8 before/avant)	