

PLANNING TROPHEE ET CHALLENGE AVENIRS
CALAIS – 14 NOVEMBRE 2021 – BASSIN DE 25 M

J1 : Di 14/11/2021 – R1 (OP : 13H30 – DE : 14H30)

Ouverture des portes, début de l'échauffement 13h30

Fin de l'échauffement, évacuation du bassin 14h30

(TAD) (CAD) 25 m Papillon Dames / Messieurs

(TAD) 50 m Brasse Dames / Messieurs

(CAD) 50 m Dos-Brasse Dames / Messieurs

(TAD) (CAD) 100 m Nage Libre Dames / Messieurs

Pause de 10 minutes

(CAD) 25m Dos Dames / Messieurs

(CAD) 50 m Brasse- Nage Libre Dames / Messieurs

(TAD) 50 m Dos Dames / Messieurs

(CAD) 50 m Papillon-Dos Dames / Messieurs

(TAD) 100 m Papillon Dames / Messieurs

(TAD) 200 m Nage Libre Dames / Messieurs

Pause de 10 minutes

(CAD) 25 m Brasse Dames / Messieurs

(TAD) (CAD) 25 m Nage Libre Dames / Messieurs

(TAD) 400 m Nage Libre Dames / Messieurs

(TAD) 50 m Papillon Dames / Messieurs

Pause de 10 minutes

(TAD) (CAD) 100 m 4 Nages Dames / Messieurs

(TAD) 100 m Brasse Dames / Messieurs

(TAD) 100 m Dos Dames / Messieurs