

**Planning**

**J1 : Sa 31/01/2026 - R1 (OP : 18h00 - DE : 19h00)**

<i>Ouverture des portes, début de l'échauffement</i>	18:00
<i>Fin de l'échauffement, évacuation du bassin</i>	18:50
<i>ATTENTION : Les horaires sont donnés titre indicatif</i>	19:00
1. 4x100 4 Nages Mixtes (3 Séries)	19:00
<i>Pause</i>	19:19
2. 4x100 Nage Libre Messieurs (3 Séries)	19:34
3. 4x100 Nage Libre Dames (2 Séries)	19:50
<i>Pause</i>	20:03
4. 4x200 Nage Libre Mixtes (3 Séries)	20:18
<i>Fin de la réunion</i>	20:53

**Planning**

**J2 : Di 01/02/2026 - R2 (OP : 09h30 - DE : 10h30)**

<i>Ouverture des portes, début de l'échauffement</i>	09:30
<i>Fin de l'échauffement, évacuation du bassin</i>	10:20
<i>ATTENTION : Les horaires sont donnés titre indicatif</i>	10:30
1. 4x100 4 Nages Dames (2 Séries)	10:30
2. 4x100 4 Nages Messieurs (3 Séries)	10:44
<i>Pause</i>	11:02
3. 4x200 Nage Libre Dames (2 Séries)	11:17
4. 4x200 Nage Libre Messieurs (2 Séries)	11:42
<i>Pause</i>	12:05
5. 4x100 Nage Libre Mixtes (4 Séries)	12:20
<i>Fin de la réunion</i>	12:44