

**Not Normal Swimwear Hélios Trophy 2026**  
**Samedi 10 janvier 2026**

Course	Nbr Séries	Style de Nage	Heure début
		<b>Echauffement</b>	<b>07h00</b>
		<b>Réunion des officiels</b>	<b>07h15</b>
1	19	100 m Dos Dames	<b>08:00</b>
2	6	400 m 4 Nages Messieurs	08:40
3	19	200 m 4 Nages Dames	09:22
4	9	100 m Brasse Messieurs	10:39
5	3	200 m Papillon Dames	10:59
6	7	200 m Nage Libre Messieurs	11:12
		<b>Pause Matin (20 min)</b>	11:36
7	4	800 m Nage Libre Dames	11:56
8	3	1500 m Nage Libre Messieurs	12:48
		<b>Fin de la matinée</b>	13:54
		<b>Echauffement</b>	<b>14h00</b>
		<b>Réunion des officiels</b>	<b>14h15</b>
9	3	100 m Nage Libre 8-9 ans Mixte	<b>15:00</b>
10	4	100 m Nage Libre 10 ans Mixte	15:07
11	6	400 m Nage Libre Messieurs	15:16
12	3	100 m Brasse 8-9 ans Mixte	15:57
13	4	100 m Brasse 10 ans Mixte	16:06
		<b>Pause - Cérémonie protocolaire 8-10 ans (20 min)</b>	16:18
14	16	50 m Nage Libre Dames	16:38
15	10	200 m Dos Messieurs	16:57
16	11	200 m Brasse Dames	17:35
17	8	100 m Papillon Messieurs	18:21
18	17	100 m Nage Libre Dames	18:38
		<b>Fin de la première journée</b>	19:12