

## Manche 1 de la coupe du Hainaut ENLN samedi 08 janvier 2022

Course	Nb Séries	Style de Nage	Heure début *
		<b>Echauffement - 08H30</b>	
1	1	1500 m Nage Libre Dames 15 ans et plus	09H30
2	6	400 m Nage Libre Messieurs 11 ans et plus	09H55
	1	<b>Pause 20 min</b>	10H41
3	5	400 m Nage Libre Dames 11 ans et plus	11H01
4	1	800 m Nage Libre Messieurs 11-12 ans	11H37
		<b>Pause de Midi</b>	11H53
		<b>Echauffement - 12H00</b>	
5	4	800 m Nage Libre Dames 11 ans et plus	13H00
6	2	1500 m Nage Libre Messieurs 13 ans et plus	13H54
	1	<b>Pause Après-midi 20 min</b>	14H47
7	5	200 m 4 Nages Dames 11 ans et plus	15H07
8	4	200 m 4 Nages Messieurs 11 ans et plus	15H28
9	3	400 m 4 Nages Dames 12 ans et plus	15H44
10	2	400 m 4 Nages Messieurs 13 ans et plus	16H05
		<b>Fin de la compétition</b>	16H21