

**championnats du Hainaut des Sprints  
Comines Samedi 14-10-2023**

Course	Nbr Séries	Style de Nage	Heure début
		<b>Echauffement - 08H00</b>	
1	3	200 m Papillon Dames	09:00
2	6	200 m Brasse Messieurs	09:10
3	10	50 m Nage Libre Dames	09:34
4	8	50 m Nage Libre Messieurs	09:46
5	10	100 m Dos Dames	09:55
6	6	100 m Dos Messieurs	10:15
		<b>Pause Matin (20 min)</b>	10:26
7	7	200 m 4 Nages Dames	10:46
8	9	200 m 4 Nages Messieurs	11:12
9	3	200 m Nage Libre 10 ans Mixte	11:43
10	3	4 X 50 m 4 Nages Mixte	11:56
		<b>Fin de la matinée</b>	12:05
		<b>Echauffement - 12H15</b>	
11	4	400 m Nage Libre Dames	13:30
12	4	100 m Nage Libre 8-9 ans Mixte	13:54
13	4	100 m Nage Libre 10 ans Mixte	14:04
14	6	50 m Brasse Messieurs	14:13
15	8	50 m Brasse Dames	14:21
16	8	200 m Nage Libre Messieurs	14:32
		<b>Pause Après-midi (20 min)</b>	14:56
17	6	200 m Dos Dames	15:16
18	4	100 m Dos 8-9 ans Mixte	15:38
19	4	100 m Dos 10 ans Mixte	15:48
		<b>Pause - Cérémonie protocolaire 8-10 ans (10 min)</b>	15:58
20	8	100 m Papillon Messieurs	16:08
21	8	100 m Brasse Dames	16:24
22	3	4 X 50 m Nage Libre Mixte	16:43
		<b>Fin de la première journée</b>	16:51