

Not Normal Swimwear Hélios Trophy 2024
Samedi 13 janvier 2024

Course	Nbr Séries	Style de Nage	Heure début
Echauffement - 07H30			
1	19	100 m Dos Dames	08:30
2	3	400 m 4 Nages Messieurs	09:10
3	16	200 m 4 Nages Dames	09:29
4	12	100 m Brasse Messieurs	10:31
5	3	200 m Papillon Dames	11:02
6	8	200 m Nage Libre Messieurs	11:12
Pause Matin (20 min)			11:41
7	4	800 m Nage Libre Dames	12:01
8	2	1500 m Nage Libre Messieurs	12:57
Pause de Midi			13:45
Echauffement - 13H45			
9	2	100 m Nage Libre 8-9 ans Mixte	14:45
10	4	100 m Nage Libre 10 ans Mixte	14:50
11	6	400 m Nage Libre Messieurs	15:00
12	2	100 m Brasse 8-9 ans Mixte	15:39
13	4	100 m Brasse 10 ans Mixte	15:45
Pause Après-midi (20 min)			15:57
14	18	50 m Nage Libre Dames	16:17
15	9	200 m Dos Messieurs	16:40
16	9	200 m Brasse Dames	17:13
17	10	100 m Papillon Messieurs	17:51
18	20	100 m Nage Libre Dames	18:11
Fin de la première journée			18:58