

## Coupe du Hainaut Manche 3 Charleroi 1-05-2019

Course	Nb Séries	Style de Nage	Heure début *
<b>Echauffement - 07h30</b>			
1	1	1500 m Nage Libre Messieurs 13 ans et +	08H30
2	1	1500 m Nage Libre Dames 13 ans et +	08H55
3	1	800 m Nage Libre Messieurs 11 ans et +	09H21
4	1	800 m Nage Libre Dames 11 ans et +	09H36
	1	<b>Pause (20 min)</b>	09H54
5	5	100 m Brasse Messieurs 11 ans et +	10H14
6	6	100 m Brasse Dames 11 ans et +	10H27
7	2	200 m Dos Messieurs 11 ans et +	10H44
8	1	200 m Dos Dames 11 ans et +	10H53
9	3	100 m Papillon Messieurs 11 ans et +	10H57
10	3	100 m Papillon Dames 11 ans et +	11H03
11	4	200 m Nage Libre Messieurs 11 ans et +	11H11
12	4	200 m Nage Libre Dames 11 ans et +	11H26
13	2	100 m Papillon Canetons mixte 10 ans	11H42
		<b>Pause de Midi</b>	11H48
<b>Echauffement - 12H30</b>			
14	3	100 m Brasse Canetons Mixte 8-9 ans	13H30
15	4	100 m Brasse Canetons Mixte 10 ans	13H39
16	6	400 m Nage Libre Messieurs 11 ans et +	13H51
17	4	400 m Nage Libre Dames 11 ans et +	14H36
18	4	100 m Nage Libre Mixte 8-9 ans	15H08
19	5	100 m Nage Libre Mixte 10 ans	15H19
20	8	200 m 4 Nages Messieurs 11 ans et +	15H31
21	8	200 m 4 Nages Dames 11 ans et +	16H00
22	4	100 m Dos Canetons Mixte 8-9 ans	16H34
23	4	100 m Dos Canetons Mixte 10 ans	16H46
	1	<b>Pause Après-midi (20 min)</b>	16H57
24	2	200 m Brasse Messieurs 11 ans et +	17H17
25	3	200 m Brasse Dames 11 ans et +	17H25
26	6	100 m Dos Messieurs 11 ans et +	17H38
27	7	100 m Dos Dames 11 ans et +	17H53
28	1	200 m Papillon Messieurs 12 ans et +	18H10
29	1	200 m Papillon Dames 11ans et -	18H15
30	8	100 m Nage Libre Messieurs 11 ans et +	18H19
31	8	100 m Nage Libre Dames 11 ans et +	18H36
32	1	400 m 4 Nages Messieurs 13 ans et +	18H54
33	1	400 m 4 Nages Dames 13 ans et +	19H02
		<b>Fin de la compétition</b>	19H09