

ORGANISATION ECHAUFFEMENT

CHAMPIONNAT Hivers

Moustoir à LORIENT samedi 24 novembre

ECHAUFFEMENT # 1		
8 : 25	à	8 : 50
Echauffement pas de plongeon		
8 : 50	à	8 : 55
Plongeon et 25 m sens unique		
Ligne 1	Lorient	14
Ligne 2	Lorient	14
Ligne 3	Caudan ploemeur	12 4
Ligne 4	Ploemeur	14
Ligne 5	Auray	14
Ligne 6	Auray	14

ECHAUFFEMENT # 2		
9 : 00	à	9 : 25
Echauffement pas de plongeon		
9 : 25	à	9 : 30
Plongeon et 25 m sens unique		
Ligne 1	Grand Champ	14
Ligne 2	Grand Champ Vannes	8 8
Ligne 3	Vannes	14
Ligne 4	Baud Locminé Ploermel	5 7 4
Ligne 5	Ploermel	14
Ligne 6	Pontivy Questembert	8 6

ECHAUFFEMENT # 1		
13 : 50	à	14 : 15
Echauffement pas de plongeon		
14 : 15	à	14 : 20
Plongeon et 25 m sens unique		
Ligne 1	Lorient	14
Ligne 2	Lorient	14
Ligne 3	Caudan ploemeur	12 4
Ligne 4	Ploemeur	14
Ligne 5	Auray	14
Ligne 6	Auray	14

ECHAUFFEMENT # 2		
14 : 20	à	14 : 50
Echauffement pas de plongeon		
14 : 50	à	14 : 55
Plongeon et 25 m sens unique		
Ligne 1	Grand Champ	14
Ligne 2	Grand Champ Vannes	8 8
Ligne 3	Vannes	14
Ligne 4	Baud Locminé Ploermel	5 7 4
Ligne 5	Ploermel	14
Ligne 6	Pontivy Questembert	8 6