

March 24-28, 2019 / 24-28 mars 2019  
Markham Pan Am Centre

Version 3.0 (2020-03-10)

JUNIOR

SENIOR

13-15

ÉVÈNEMENT SPÉCIAL /  
SPECIAL EVENT

RÉCOMPENSES / AWARDS

<b>SUN/DIM</b> <b>22/03</b>	15:00	21:00		EXTRA POOL TIME - BY REQUEST ONLY (make request in online information form)	TEMPS DE PISCINE SUPPLÉMENTAIRE - SUR DEMANDE SEULEMENT (faire la demande dans formulaire en ligne)
--------------------------------	-------	-------	--	--	--

<b>MON/LUN</b> <b>23/03</b>	06:30			Access to dressing rooms	Accès aux vestiaires
	07:00			Access to pool deck	Accès à la piscine
	07:30	21:00		EXTRA POOL TIME (make request in online information form)	TEMPS DE PISCINE SUPPLÉMENTAIRE (faire la demande dans formulaire en ligne)
	19:00	20:30	Room 2103-3	<b>COACHES CONFERENCE</b> <b>IGNITE! - with Peter Jensen</b>	<b>CONFÉRENCE POUR ENTRAÎNEURS</b> <b>IGNITE! - avec Peter Jensen</b>

<b>TUE/MAR</b> <b>24/03</b>	07:00			Access to dressing rooms	Accès aux vestiaires
	07:30			Access to pool deck	Accès à la piscine
	08:00	15:00		TRAINING WITH MUSIC (See Spacing Schedule for times)	ENTRAÎNEMENT AVEC MUSIQUE - SPACING (Voir horaire par club)
	15:00	15:30		BREAK/PAUSE	
	18:00	19:05	40	<b>Finals - JUNIOR SOLO TECH (random draw) - with 15 min break</b>	<b>Finales - SOLO TECH JUNIOR (ordre aléatoire) - pause 15 mins</b>
	19:10	19:15		<b>AWARDS - JR Solo Tech</b>	<b>RÉCOMPENSES - Solo Tech JR</b>
	19:15	20:00	Room 2104-1	Coaches Technical Meeting	Rencontre technique pour entraîneurs
	19:30	20:30	Room 2103-3	Officials Meeting	Réunion des officiels

<b>WED/MER</b> <b>25/03</b>	06:15			Access to dressing rooms	Accès aux vestiaires
	06:30			Access to pool	Accès à la piscine
	06:45	07:00		Lap WARM-UP	ÉCHAUFFEMENT en longueurs
	07:00	07:40		WARM-UP - 13-15 Figures (2 groups x 20 mins)	ÉCHAUFFEMENT - Figures 13-15 (2 groupes x 20 mins)
	07:45	13:30		<b>13-15 FIGURES</b>	<b>FIGURES 13-15</b>
	13:30	14:00		BREAK/PAUSE	
	14:00	15:00	10	<b>Finals - SENIOR DUET TECH (random draw)</b>	<b>Finales - DUO TECH SENIOR (ordre aléatoire)</b>
	15:15	18:15	35	<b>Finals - JUNIOR DUET TECH (random draw) - with 15 min break</b>	<b>Finales - DUO TECH JUNIOR (ordre aléatoire) - pause 15 mins</b>
	18:20	18:30		<b>AWARDS - JR Duet Tech &amp; SR Tech Duet</b>	<b>RÉCOMPENSES - Duo Tech Jr &amp; Duo Tech SR</b>
	18:15	19:00		DINNER/SOUPER	
	19:00	20:00	10	<b>Finals - SENIOR SOLO TECH (random draw)</b>	<b>Finales - SOLO TECH SENIOR (ordre aléatoire)</b>
20:10	20:15		<b>AWARDS - SR Solo Tech</b>	<b>RÉCOMPENSES - Solo Tech SR</b>	

<b>THU/JEU 26/03</b>	07:00			Access to dressing rooms	Accès aux vestiaires
	07:15			Access to pool	Accès à la piscine
	07:30	08:00		Lap & Routine WARM-UP	ÉCHAUFFEMENT en longueur + routines
	08:00	10:40	31	Finals - JUNIOR SOLO FREE (seeded draw from solo tech results)	Finales - SOLO LIBRE JUNIOR (ordre de passage selon résultats tech)
	10:45	11:15	6	Finals - SENIOR SOLO FREE	Finales - SOLO LIBRE SENIOR
	11:20	11:30		AWARDS - JR Solo Free, SR Solo Free	RÉCOMPENSES - Solo Libre JR & Solo Libre SR
	11:30	12:00		LUNCH/DINER	
	12:00	12:25		TRAINING WITH MUSIC - HIGHLIGHT TEAM	ENTRAINEMENT AVEC MUSIQUE - ÉQUIPE ACROBATIQUE
	12:30	13:10	8	Finals - HIGHLIGHT TEAM	Finales - ÉQUIPE ACROBATIQUE
	13:15	15:10		TRAINING WITH MUSIC - 13-15 TEAM PRELIMS	ENTRAINEMENT AVEC MUSIQUE - PRELIMS ÉQUIPE 13-15
	15:15	18:20	30	Prelim - 13-15 TEAM (random draw)	Prelims - ÉQUIPE 13-15 (ordre de passage aléatoire)
	18:30	19:00		TRAINING WITH MUSIC - COMBO	ENTRAINEMENT AVEC MUSIQUE - COMBO
	19:05	19:45	6	Finals - COMBO	Finales - COMBO
	19:50	20:00		AWARDS - Combo	RÉCOMPENSES - Combo
20:00	21:30	Room 2104-1	COACHES TECHNICAL SESSION <i>The Complete Artistic Swimmer &amp; CAS Standards and Assessments</i>	SESSION TECHNIQUE POUR ENTRAINEURS <i>La nageuse artistique complète &amp; Standards d'évaluation de NAC</i>	

<b>FRI/VEN 27/03</b>	07:00			Access to dressing rooms	Accès aux vestiaires
	07:15			Access to pool	Accès à la piscine
	07:30	08:15		Lap & Routine WARM-UP	ÉCHAUFFEMENT en longueur + routines
	08:15	10:45	26	Finals - JUNIOR DUET FREE (seeded draw from duet tech results)	Finales - DUO LIBRE JUNIOR (ordre de passage selon résultats tech)
	10:50	11:30	8	Finals - SENIOR DUET FREE	Finales - DUO LIBRE SENIOR
	11:35	11:45		AWARDS - Junior & Senior Duet Free	RÉCOMPENSES - Duo Libre Junior & Senior
	11:30	12:15		LUNCH/DINER	
	12:15	15:00	33	Finals - 13-15 SOLO (seeded draw from figures results)	Finales - SOLO 13-15 (ordre de passage selon résultats figures)
	15:10	15:30		AWARDS - 13-15 Solo, 13-15 Figures	RÉCOMPENSES - Solo 13-15, Figures 13-15
	15:30	15:40		TRAINING WITH MUSIC - SENIOR TEAM TECH	ENTRAINEMENT AVEC MUSIQUE - ÉQUIPE TECH SENIOR
	15:40	16:40		TRAINING WITH MUSIC - JUNIOR TEAM TECH	ENTRAINEMENT AVEC MUSIQUE - ÉQUIPE TECH JUNIOR
	16:45	17:05	3	Finals - SENIOR TEAM TECH (random draw)	Finales - ÉQUIPE TECH SENIOR (ordre de passage aléatoire)
	17:05	19:00	20	Finals - JUNIOR TEAM TECH (random draw)	Finales - ÉQUIPE TECH JUNIOR (ordre de passage aléatoire)
	19:10	19:30		AWARDS - JR & SR Team Tech + Highlight Team	RÉCOMPENSES - Équipe Tech JR & SR + Équipe Acrobatique
19:30	21:00	Room 2104-1	PARENT INFORMATION SESSION <i>HP Update + Respect in Sport</i>	SÉANCE D'INFORMATION POUR LES PARENTS <i>Mise à jour HP + Respect dans le sport</i>	

<b>SAT/SAM 28/03</b>	07:15			Access to dressing rooms	Accès aux vestiaires
	07:30			Access to pool	Accès à la piscine
	07:45	08:30		Lap & Routine WARM-UP	ÉCHAUFFEMENT en longueur + routines
	08:30	11:45	37	Finals - 13-15 DUET (seeded draw from figures results)	Finales - DUO 13-15 (ordre de passage selon résultats figures)
	11:50	12:00		AWARDS - 13-15 Duet	RÉCOMPENSES - Duo 13-15
	12:05	12:10		TRAINING WITH MUSIC - SENIOR TEAM FREE	ENTRAINEMENT AVEC MUSIQUE - ÉQUIPE LIBRE SENIOR
	12:10	13:10		TRAINING WITH MUSIC - JUNIOR TEAM FREE	ENTRAINEMENT AVEC MUSIQUE - ÉQUIPE LIBRE JUNIOR
	13:15	13:25	1	Finals - SENIOR TEAM FREE (random draw)	Finales - ÉQUIPE LIBRE SENIOR (ordre de passage aléatoire)
	13:25	14:45	13	Finals - JUNIOR TEAM FREE (random draw)	Finales - ÉQUIPE LIBRE JUNIOR (ordre de passage aléatoire)
	15:00	15:50		TRAINING WITH MUSIC - 13-15 TEAM	ENTRAINEMENT AVEC MUSIQUE - ÉQUIPE 13-15
	16:00	17:10	12	Finals - 13-15 TEAM	Finales - ÉQUIPE 13-15
	17:15	17:30		AWARDS - JR & SR Team Free + 13-15 Team	RÉCOMPENSES - Équipe Libre JR & SR + Équipe 13-15