

# Horaire Striman - 18 juin 2022

- 15h30 – 16h30: Pratique de nage libre sur le site du parcours pour ceux qui le désirent
- 16h00 – 19h00: Récupération des trousse, reconnaissance des lieux
- 16h30 – 17h30: Reconnaissance du parcours de nage

# Horaire Striman - 19 juin 2022

Catégorie/activité	Réunion avant-course	Départ
Ouverture site, récupération trousse, marquage (5h30)		
Ouverture zone de transition (5h45)		
<b>Triathlon Olympique Individuel et équipes</b>	<b>7h00</b>	<b>7h15 Homme 7h17 Femme + Équipes</b>
<b>TOUS les Duathlons</b> Olympique, Sprint, initiation, équipes	<b>7h30</b>	<b>7h45 Olympique 7h47 Sprint 7h49 Initiation</b> <i>Les équipes prennent le même départ que les personnes qui font la même distance individuellement.</i>
<b>Triathlon Sprint Individuel et équipe</b>	<b>8h00</b>	<b>8h15 Homme 8h17 Femme + Équipes</b>
<b>Triathlon initiation Individuel et équipe</b>	<b>8h30</b>	<b>8h45 Homme 8h47 Femme + Équipes</b>
<b>Coupe du Québec JR et U15 et Finales régionales JQ Estrie et Rive-Sud</b>	<b>10h15</b>	<b>10h30 Junior/U15/FRJQ H 10h33 Junior/U15/FRJQ F</b>
<b>Coupe du Québec U13</b>	<b>10h45</b>	<b>(11h00) U13 Homme (11h03) U13 Femme</b>
<b>Jeunesse 4 (U11)</b>	<b>11h45</b>	<b>12h00 Homme et Femme</b>
<b>U9-U7-U5</b> Casques rose, orange, TQ	<b>12h05 Réunion pour tous</b>	<b>12h15 U9 Homme et Femme 12h30 U7 Homme et Femme 12h45 U5 Homme et Femme</b>

