

Associação de Natação da Madeira
Torneio de Técnicas Combinadas
Porto Moniz, 17 de Junho de 2017

Horário da Sessão Nº. 1 - Jornada e Sessão Única

17-06-2017 - 16:30

Aquecimento: 15:00 a 16:15

Reunião de Delegados: 16:05

Reunião de Arbitragem: 16:10

Período de aquecimento: 1h15min.

OBS.

1. Em piscina de 25 metros não há recuperação nos intervalos (na piscina de competição).
2. Pedimos a todos os participantes (nadadores e treinadores) que utilizem chinelos no deck.

16:30	1. 50 (25 Mariposa + 25 Costas) Todos	Tempo Final	1 - 12	0:24	12 Séries
16:54	2. 50 (25 Bruços + 25 Crol) Todos	Tempo Final	1 - 12	0:24	12 Séries
17:18	3. 50m Pernas (25 Alter. + 25 Sir) Todos	Tempo Final	1 - 12	0:24	12 Séries
17:42	Intervalo de 10 minutos			0:10	
17:52	4. 4 x 25m Estilos Todos	Tempo Final	1 - 12	0:03	1 Série
17:55	Final da sessão		Duração total	1:25	