

Associação de Natação da Madeira  
III TORREGRI  
(Torneio Regional de Grupos de Idade)  
Funchal, 08 e 09 de Julho de 2017

**Horário da Sessão Nº. 1 - 1ª Jornada / 1ª Sessão**

**08-07-2017 - 9:30**

Aquecimento: 8:00 a 9:15

Reunião de Delegados: 9:10

Reunião de Arbitragem: 9:15

OBSERVAÇÃO: Período de aquecimento de 1h15min.

Prova 13. 4x100EST Misto:

- CADETES A: As estafetas deverão ser mistas, com dois nadadores masculinos e dois nadadores femininos;
- Ordem de Estilos: 100C, 100B, 100M, 100L;
- A ordem (sexo) é arbitrária;
- Normas FPN.

Prova 14. 4x100EST Misto:

- CADETES B: As estafetas deverão ser mistas, com dois nadadores masculinos e dois nadadores femininos;
- Cada elemento nada 100m Estilos;
- A ordem (sexo) é arbitrária;
- Normas FPN.

9:30	1.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	12	0:15	2 Séries	
9:45	2.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	11	0:15	2 Séries	
10:00	3.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	9 - 11	0:16	4 Séries	
10:16	4.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	9 - 10	0:12	3 Séries	
10:28	5.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	12	0:03	1 Série	
10:31	6.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	11	0:03	1 Série	
10:34	7.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	9 - 11	0:04	2 Séries	
10:38	8.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	9 - 10	0:04	2 Séries	
10:42	9.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	12	0:06	2 Séries	
10:48	10.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	11	0:06	2 Séries	
10:54	11.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	9 - 11	0:06	2 Séries	
11:00	12.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	9 - 10	0:05	2 Séries	
11:05	Intervalo de 10 minutos						0:10	
11:15	13.	4 x 100m Estilos	Misto	Tempo Final	11 - 12	0:07	1 Série	
11:22	14.	4 x 100m Estilos	Misto	Tempo Final	9 - 11	0:08	1 Série	
11:30	Final da sessão				Duração total	2:00		

**Horário da Sessão Nº. 2 - 2ª Jornada / 1ª Sessão**

**09-07-2017 - 9:30**

Aquecimento: 8:00 a 9:15

Reunião de Delegados: 9:10

Reunião de Arbitragem: 9:15

Período de aquecimento de 1h15min.

9:30	15.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	12	0:08	2 Séries
9:38	16.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	11	0:08	2 Séries
9:46	17.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	9 - 11	0:12	4 Séries
9:58	18.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	9 - 10	0:09	3 Séries
10:07	19.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	12	0:03	1 Série
10:10	20.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	11	0:06	2 Séries
10:16	21.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	9 - 11	0:12	4 Séries
10:28	22.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	9 - 10	0:09	3 Séries
10:37	23.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	12	0:06	2 Séries
10:43	24.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	11	0:07	2 Séries
10:50	Intervalo de 10 minutos						0:10
11:00	25.	4 x 100m Livres	Masc.	Tempo Final	9 - 11	0:07	1 Série
11:07	26.	4 x 100m Livres	Femin.	Tempo Final	9 - 10	0:07	1 Série
11:14	27.	4 x 100m Livres	Masc.	Tempo Final	12	0:08	1 Série
11:22	28.	4 x 100m Livres	Femin.	Tempo Final	11	0:08	1 Série
11:30	Final da sessão				Duração total	2:00	