

# DISTRIBUIÇÃO DAS PISTAS PARA AQUECIMENTO

# CAMP. NAT. MADEIRA - OUTONO | **SESSÃO FUNDO**

FUNCHAL, 16 A 18 DE OUTUBRO DE 2020

**- PERÍODO DE TREINO TERMINA ÀS 19H30. QUEM TUTELA O ESPAÇO É A ANM!**

C  
U  
B  
A

PISTAS	NADADORES		PISTAS
9	Clube Desportivo São Roque (7 nadadores inscritos)	CAIS MOVIVEL	Clube Desportivo São Roque
8	Clube Desportivo São Roque (7x)		Clube Desportivo São Roque
7	Clube Naval do Funchal (2 nadadores inscritos)		Clube Naval do Funchal
6	Clube Naval do Funchal (2x)		Clube Naval do Funchal
5	Clube Naval do Funchal (2x)		Clube Naval do Funchal
4	Salesianos do Funchal (2 nadadores inscritos)		Clube Naval do Funchal
3	Clube Desportivo Nacional (12 nadadores inscritos)		Clube Desportivo Nacional
2	Clube Desportivo Nacional (12x)		Clube Desportivo Nacional
1	Clube Desportivo Nacional (12x)		Clube Desportivo Nacional
0	Clube Desportivo Nacional (12x)		Clube Desportivo Nacional

## OBSERVAÇÕES:

- 1) A sessão de fundo assume um período de aquecimento distinto do resto da competição porque o complexo tem de fechar exclusivamente para a competição. Ordens da direção do Complexo de Piscinas Olímpicas do Funchal (CPOF). Quem não entra na sessão de fundo terá de sair do Complexo;
- 2) Para não comprometer o treino das equipas logo às 18h00, a organização alterou a prova para as **20h00** e estendeu o tempo de treino até às 19h30. Assim as equipas “ganham” mais 1 hora e 30 minutos de treino e a piscina não tem de fechar às 18h00 exclusivamente para os 23 nadadores que participam na sessão de fundo;
- 3) A sessão terá a duração de 45 minutos. Por isso, em vez de terminar às 20h00 irá terminar às 20h45. Atrasamos 45 minutos mais ganhamos 1h30min. de treino.

		AQUECIMENTO	REUNIÃO DE DELEGADOS	COMPETIÇÃO
SEXTA DE NOITE	SESSÃO FUNDO	Não definido.	19:30	20:00 – 20:47
SÁBADO DE MANHÃ	SESSÃO A	07:45 – 08:15	08:00	08:30 – 09:50
SÁBADO DE MANHÃ	SESSÃO B	10:30 – 11:00	10:45	11:15 – 12:28
SÁBADO DE TARDE	SESSÃO C	14:45 – 15:15	15:00	15:30 – 17:00
SÁBADO DE TARDE	SESSÃO A	17:30 – 18:00	17:45	18:15 – 19:52
DOMINGO DE MANHÃ	SESSÃO B	07:45 – 08:15	08:00	08:30 – 09:54
DOMINGO DE MANHÃ	SESSÃO C	10:30 – 11:00	10:45	11:15 – 12:50

## OUTRAS INFORMAÇÕES:

- 199 NADADORES / 8 CLUBES

| **SESSÃO FUNDO: 0h59** | 1.<sup>a</sup> SESSÃO A: **1h20** | 1.<sup>a</sup> SESSÃO B: **1h13** | 1.<sup>a</sup> SESSÃO C: **1h30**  
| 2.<sup>a</sup> SESSÃO A: **1h37** | 2.<sup>a</sup> SESSÃO B: **1h24** | 2.<sup>a</sup> SESSÃO C: **1h35**

