

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

29/05/2021 - 9:30

Aquecimento: 8:15 até 9:15

Reunião de Delegados: 9:00

Reunião de Arbitragem: 9:10

Periodo de Aquecimento de 45 minutos.

9:30	1.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:03	1 Série	7
9:33	2.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:02	1 Série	1
9:35	Intervalo de 3 minutos						0:03	
9:38	3.	50 Combinados (Mariposa/Cost)	Masc.	Tempo Final	Cad	0:06	3 Séries	23
9:44	4.	50 Combinados (Mariposa/Cost)	Femin.	Tempo Final	Cad	0:06	3 Séries	20
9:50	Intervalo de 3 minutos						0:03	
9:53	5.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:08	3 Séries	19
10:01	6.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:05	2 Séries	9
10:06	Intervalo de 3 minutos						0:03	
10:09	7.	50 Combinados (Bruços/Crol)	Masc.	Tempo Final	Cad	0:08	4 Séries	28
10:17	8.	50 Combinados (Bruços/Crol)	Femin.	Tempo Final	Cad	0:05	3 Séries	20
10:22	Intervalo de 3 minutos						0:03	
10:25	9.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:06	2 Séries	15
10:31	10.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:06	2 Séries	9
10:37	Intervalo de 10 minutos						0:10	
10:47	11.	4 x 25m Livres	Masc.	Tempo Final	Cad	0:02	1 Série	5
10:49	12.	4 x 50m Livres	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:04	1 Série	2
10:53	Intervalo de 5 minutos						0:05	
10:58	13.	4 x 25m Livres	Femin.	Tempo Final	Cad	0:02	1 Série	4
11:00	14.	4 x 50m Livres	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:04	1 Série	5
11:04	Final da sessão				Duração total	1:34		

Horário da Sessão Nº. 2 - Jornada Única / 2.ª Sessão

29/05/2021 - 16:30

Aquecimento: 15:15 até 16:15

Reunião de Delegados: 16:00

Reunião de Arbitragem: 16:10

Periodo de Aquecimento de 45 minutos.

16:30	15.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:13	3 Séries	18
16:43	16.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	4
16:48	Intervalo de 3 minutos						0:03	
16:51	17.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Cad	0:08	3 Séries	21
16:59	18.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Cad	0:06	2 Séries	16
17:05	Intervalo de 3 minutos						0:03	
17:08	19.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:11	4 Séries	25
17:19	20.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:05	2 Séries	11
17:24	Intervalo de 3 minutos						0:03	
17:27	21.	50 Combinados (Costas/Bruços)	Masc.	Tempo Final	Cad	0:06	3 Séries	21
17:33	22.	50 Combinados (Costas/Bruços)	Femin.	Tempo Final	Cad	0:06	3 Séries	18
17:39	Intervalo de 10 minutos						0:10	
17:49	23.	4 x 50m Estilos	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:04	1 Série	5
17:53	24.	4 x 25m Estilos	Masc.	Tempo Final	Cad	0:03	1 Série	4
17:56	Intervalo de 5 minutos						0:05	
18:01	25.	4 x 50m Estilos	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:04	1 Série	2
18:05	26.	4 x 25m Estilos	Femin.	Tempo Final	Cad	0:02	1 Série	3
18:07	Final da sessão				Duração total	1:37		