

PISTAS PARA AQUECIMENTO | 4.^a SESSÃO

FUNCHAL, 8 A 10 DE JULHO DE 2022

CAMPEONATO “MÓNICA FREITAS”

COMPLEXO DE PISCINAS OLIMPICAS DO FUNCHAL (P25M)

C
U
B
A

PISTAS	NADADORES		PISTAS
9	Clube Desportivo São Roque (8x)		9
8	Juventude AC (6x)	AD Galomar (4x)	8
7	Juventude Atlântico Clube (10x)		7
6	Clube Naval do Funchal (x10)		6
5	Clube Naval do Funchal (x10)		5
4	Clube Naval do Funchal (x10)		4
3	Clube Desportivo Nacional (x10)		3
2	Clube Desportivo Nacional (x10)		2
1	Clube Desportivo Nacional (x10)		1
0	CEO Liceu (6x)		0

CAIS MOVÍVEL

OBSERVAÇÕES:

- 1) O período de aquecimento é de **1 hora e 30 minutos** na primeira sessão e de **1 hora de 15 minutos** nas restantes;
- 2) A prova de homenagem (50 metros Costas) para a nadadora Internacional Mónica Freitas será na terceira sessão, sábado à tarde, pelas 16h40.

		AQUECIMENTO	REUNIÃO DE DELEGADOS	COMPETIÇÃO
SEXTA À TARDE	1. ^a SESSÃO	17:30 – 19:00	18:45	19:15 – 20:53
SÁBADO DE MANHÃ	2. ^a SESSÃO	07:45 – 09:00	08:45 (se necessário)	09:15 – 10:55
SÁBADO DE TARDE	3. ^a SESSÃO	15:00 – 16:15	16:00 (se necessário)	16:30 – 18:15
DOMINGO DE MANHÃ	4. ^a SESSÃO	07:45 – 09:00	08:45 (se necessário)	09:15 – 11:05

OUTRAS INFORMAÇÕES:

1.^a SESSÃO: **121** NADADORES / **6** CLUBES
 2.^a SESSÃO: **121** NADADORES / **7** CLUBES
 3.^a SESSÃO: **125** NADADORES / **6** CLUBES
 4.^a SESSÃO: **109** NADADORES / **6** CLUBES
 TOTAL: **138** NADADORES / **7** CLUBES

1.^a SESSÃO: **1h38**
 2.^a SESSÃO: **1h40**
 3.^a SESSÃO: **1h45**
 4.^a SESSÃO: **1h25 + 25' ENTREGA DE MEDALHAS (1h50)**

