

Horário da Sessão Nº. 1 - Jornada e Sessão Única

23/07/2022 - 10:00

Aquecimento: 9:00 até 9:45

Reunião de Delegados: 9:30

Reunião de Arbitragem: 9:40

PISCINA MUNICIPAL DE MACHICO
PISCINA DE 25 METROS
- 6 PISTAS

Periodo de aquecimento de 45 minutos.

Cada nadador, independentemente do seu escalão, poderá estar inscrito em três provas:

- DUAS PROVAS DE ESTAFETA
- UMA PROVA INDIVIDUAL

RESULTADOS:

- <https://www.anatacaodamadeira.pt/>
- <https://www.swimrankings.net/>

NOTAS:

1. Uma vez que os tempos de inscrição não são oficiais, o horário previsto poderá não corresponder à realidade (a probabilidade de haver atrasos é grande, até pela pouca experiência dos participantes);
2. Não é obrigatório a participação em todas as provas do programa;
3. Entrega de diplomas de participação no final do campeonato.

HORÁRIO PREVISTO:

10:00	1. 16x25m Estilos	Todos	Tempo Final	8 +	0:22	2 Séries	9
10:22	Intervalo de 5 minutos				0:05		
10:27	2. 100m Estilos	Todos	Tempo Final	8 - 14	0:22	8 Séries	44
10:49	Intervalo de 5 minutos				0:05		
10:54	3. 16x25m Livres	Todos	Tempo Final	8 +	0:27	2 Séries	10
11:21	Entrega de Diplomas de Participação				0:15		
11:36	Final da sessão			Duração total	1:36		