

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

08/10/2022 - 9:15

Aquecimento: 7:45 até 9:00

Reunião de Delegados: 8:45

Reunião de Arbitragem: 8:55

Periodo de aquecimento de 1h15min.

HORÁRIO PREVISTO:

9:15	1.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	21
9:21	2.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	2 Séries	13
9:25	3.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:13	3 Séries	17
9:38	4.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:17	4 Séries	27
9:55	5.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	23
10:01	6.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	3 Séries	17
10:08	Intervalo de 10 minutos						0:10	
10:18	7.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	14
10:23	8.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	3 Séries	23
10:30	9.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:17	5 Séries	34
10:47	10.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:19	5 Séries	37
11:06	11.	400m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	1 Série	8
11:13	12.	400m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	1 Série	5
11:20	Final da sessão				Duração total	2:05		

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

08/10/2022 - 16:30

Aquecimento: 15:00 até 16:15

Reunião de Delegados: 16:00

Reunião de Arbitragem: 16:10

Periodo de aquecimento de 1h15min.

Nesta sessão, reunião de delegados apenas se solicitado por algum clube.

HORÁRIO PREVISTO:

16:30	13.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	4
16:33	14.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	3
16:36	15.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:11	6 Séries	45
16:47	16.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:12	7 Séries	49
16:59	17.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:09	2 Séries	9
17:08	18.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	5
17:13	Intervalo de 10 minutos						0:10	
17:23	19.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	12
17:28	20.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	12
17:33	21.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:20	5 Séries	36
17:53	22.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:15	4 Séries	30
18:08	23.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:15	2 Séries	12
18:23	24.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:13	2 Séries	16
18:36	Final da sessão				Duração total	2:06		