

### Horário da Sessão Nº. 1 - Sábado de Manhã

20/05/2023 - 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.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:19	5 Séries	43
9:34	2.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:18	5 Séries	41
9:52	3.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	5 Séries	48
9:57	4.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	4 Séries	32
10:02	5.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	1 Série	5
10:06	6.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	7
10:11	7.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	3 Séries	22
10:16	8.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	25
10:22	Intervalo de 10 minutos						0:10	
10:32	9.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	23
10:38	10.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	3 Séries	21
10:46	11.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	3 Séries	24
10:50	12.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	3 Séries	28
10:54	13.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:13	4 Séries	37
11:07	14.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:13	4 Séries	35
11:20	Final da sessão				Duração total	2:05		

### Horário da Sessão Nº. 2 - Sábado de Tarde

20/05/2023 - 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	15.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:11	6 Séries	49
16:41	16.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	5 Séries	48
16:48	17.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	1 Série	2
16:52	18.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	7
16:55	19.	50m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	3 Séries	27
16:59	20.	50m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	3 Séries	27
17:03	21.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	27
17:09	22.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	3 Séries	21
17:16	Intervalo de 10 minutos						0:10	
17:26	23.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:09	2 Séries	15
17:35	24.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	16
17:43	25.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	3 Séries	21
17:46	26.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	4 Séries	37
17:51	27.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:21	3 Séries	26
18:12	28.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:19	3 Séries	28
18:31	Final da sessão				Duração total	2:01		