

Horário da Sessão N . 1 - 1.ª Jornada / Sessão de Fundo | 19h15

07/05/2021 - 19:15

Aquecimento: 18:00 até 19:00

Reunião de Delegados: 18:45

Reunião de Arbitragem: 18:55

Período de Aquecimento de 1h00min.

- Podem utilizar também a piscina de 20 metros.

19:15	1.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:21	3 Séries	21
19:36	2.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:27	4 Séries	30
20:03	3.	400m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	1 Série	5
20:11	4.	400m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	1 Série	5
20:18	Período Comum de Recupera�o					0:10		
20:28	Final da sessão				Dura�o total	1:13		

Horário da Sessão N . 2 - 2.ª Jornada / Sessão "A" | 08h30

08/05/2021 - 8:30

Aquecimento: 7:45 até 8:15

Reunião de Delegados: 8:00

Reunião de Arbitragem: 8:10

Período de Aquecimento de 0h30min.

- Podem utilizar também a piscina de 20 metros.

8:30	5.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	7
8:33	6.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	3 Séries	20
8:40	7.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	1 Série	5
8:42	8.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:02	1 Série	6
8:44	9.	200m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:09	2 Séries	9
8:53	10.	200m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	7
8:58	Período Comum de Recupera�o					0:10		
9:08	11.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	1 Série	5
9:10	12.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:02	2 Séries	13
9:12	13.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:09	2 Séries	14
9:21	14.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:12	3 Séries	21
9:33	Período Comum de Recupera�o					0:10		
9:43	Final da sessão				Dura�o total	1:13		

Horário da Sessão N . 3 - 2.ª Jornada / Sessão "B" | 11h15

08/05/2021 - 11:15

Aquecimento: 10:30 até 11:00

Reunião de Delegados: 10:45

Reunião de Arbitragem: 10:55

Período de Aquecimento de 0h30min.

- Podem utilizar também a piscina de 20 metros.

11:15	15.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	2 Séries	10
11:19	16.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	2 Séries	16
11:23	17.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:01	1 Série	5
11:24	18.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:02	1 S�rie	4
11:26	19.	200m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	1 S�rie	4
11:30	20.	200m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	1 S�rie	6
11:34	Período Comum de Recupera�o					0:10		
11:44	21.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	2 S�ries	12
11:47	22.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:02	2 S�ries	16
11:49	23.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	2 Séries	10
11:56	24.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	2 Séries	10
12:03	Período Comum de Recupera�o					0:10		
12:13	Final da sessão				Dura�o total	0:58		

Horário da Sessão N . 4 - 2.ª Jornada / Sessão "A" | 15h30

08/05/2021 - 15:30

Aquecimento: 14:45 até 15:15

Reunião de Delegados: 15:00

Reunião de Arbitragem: 15:10

Período de Aquecimento de 0h30min.

- Podem utilizar também a piscina de 20 metros.

15:30	25.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	1 Série	1	
15:34	26.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	3	
15:39	27.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	3 Séries	17	
15:46	28.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	3 Séries	22	
15:54	29.	50m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	1 Série	7	
15:56	30.	50m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:01	1 Série	8	
15:57	Período Comum de Recupera�o						0:10		
16:07	31.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	2	
16:10	32.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	6	
16:15	33.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:13	3 Séries	19	
16:28	34.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:15	4 Séries	29	
16:43	Período Comum de Recupera�o						0:10		
16:53	Final da sessão				Dura�o total	1:23			

Horário da Sessão N . 5 - 2.ª Jornada / Sessão "B" | 18h15

08/05/2021 - 18:15

Aquecimento: 17:30 até 18:00

Reunião de Delegados: 17:45

Reunião de Arbitragem: 17:55

Período de Aquecimento de 0h30min.

- Podem utilizar também a piscina de 20 metros.

18:15	35.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	1 Série	2	
18:19	36.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	6	
18:22	37.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 S�ries	15	
18:27	38.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	2 S�ries	9	
18:31	39.	50m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:01	1 S�rie	2	
18:32	40.	50m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:02	1 S�rie	5	
18:34	Período Comum de Recupera�o						0:10		
18:44	41.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	1 S�rie	3	
18:46	42.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	1 S�rie	7	
18:49	43.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	2 Séries	15	
18:55	44.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:09	3 Séries	20	
19:04	Período Comum de Recupera�o						0:10		
19:14	Final da sessão				Dura�o total	0:59			

Horário da Sessão N . 6 - 3.ª Jornada / Sessão "A" | 08h30

09/05/2021 - 8:30

Aquecimento: 7:45 até 8:15

Reunião de Delegados: 8:00

Reunião de Arbitragem: 8:10

Período de Aquecimento de 0h30min.

- Podem utilizar também a piscina de 20 metros.

8:30	45.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	8	
8:35	46.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	7	
8:40	47.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	2 Séries	16	
8:46	48.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	4 Séries	32	
8:54	Período Comum de Recupera�o						0:10		
9:04	49.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	1 Série	2	
9:06	50.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	2 Séries	9	
9:09	51.	100m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	3 Séries	18	
9:17	52.	100m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	14	
9:22	Período Comum de Recupera�o						0:10		
9:32	Final da sessão				Dura�o total	1:02			

Horário da Sessão N . 7 - 3.ª Jornada / Sessão "B" | 11h15

09/05/2021 - 11:15

Aquecimento: 10:30 até 11:00

Reunião de Delegados: 10:45

Reunião de Arbitragem: 10:55

Período de Aquecimento de 0h30min.

- Podem utilizar também a piscina de 20 metros.

11:15	53.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	10
11:23	54.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	6
11:26	55.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	18
11:32	56.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	3 Séries	21
11:37	Período Comum de Recupera�o					0:10		
11:47	57.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	1 Série	8
11:49	58.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:01	1 Série	8
11:50	59.	100m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	12
11:55	60.	100m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	17
12:01	Período Comum de Recupera�o					0:10		
12:11	Final da sessão				Dura�o total	0:56		