

### Horário da Sessão Nº. 1 - Sexta-feira

03/03/2023 - 19:15

Aquecimento: 17:30 até 19:00

Reunião de Delegados: 18:45

Reunião de Arbitragem: 18:55

SPEAKER: Élia Vieira (Rádio Clube Madeira, 106.8 FM).

Período de aquecimento de 1h30min.

#### MEDALHAS:

Prova 1, 2, 3 e 4: Primeiro intervalo (sujeito a alteração)

Prova 5, 6, 7 e 8: Segundo intervalo (sujeito a alteração)

- Se a duração da sessão for muito extensa, faremos a entrega de medalhas no dia seguinte (2.ª sessão);

- O horário previsto ficará condicionado a essa alteração (intervalos mais curtos de 5 ou 10 minutos).

- Neste caso, todas as medalhas de sexta-feira no primeiro intervalo de sábado de manhã e;

- Todas as medalhas de sábado de manhã no segundo intervalo. Horário previsto condicionado a essa alteração.

#### HORÁRIO PREVISTO:

19:15	1.	1500m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:21	1 Série	4	
19:36	2.	1500m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:29	1 Série	8	
20:05	3.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:14	6 Séries	51	
20:19	4.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:13	5 Séries	42	
20:32	Cerimónia de Entrega Prémios 20' (sujeito a alterações)						0:20		
20:52	5.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	10	
20:55	6.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	3	
20:58	7.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	3 Séries	27	
21:01	8.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	3 Séries	25	
21:04	Cerimónia de Entrega Prémios 20' (sujeito a alterações)						0:20		
21:24	9.	4 x 100m Estilos	Misto	Tempo Final	13 +	0:13	2 Séries	14	
21:37	Final da sessão				Duração total	2:22			

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

04/03/2023 - 9:15

Aquecimento: 7:45 até 9:00

Reunião de Delegados: 8:45

Reunião de Arbitragem: 8:55

Período de aquecimento de 1h15min.

INFORMAÇÃO: Não há inscrições nos 4x200L, masculinos e femininos.

#### MEDALHAS:

Prova 9 (estafeta), 10, 11, 12 e 13: Primeiro intervalo (sujeito a alteração)

Prova 14, 15, 16 e 17: Segundo intervalo (sujeito a alteração)

- Poderá haver entrega de medalhas da sessão anterior (1.ª sessão) no primeiro intervalo;

- O horário previsto ficará condicionado a essa alteração.

#### HORÁRIO PREVISTO:

9:15	10.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:24	4 Séries	32	
9:39	11.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:16	2 Séries	15	
9:55	12.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	2 Séries	14	
9:58	13.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	2 Séries	18	
10:01	Cerimónia de Entrega Prémios 20'						0:20		
10:21	14.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	30	
10:27	15.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:09	4 Séries	37	
10:36	16.	400m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	1 Série	9	
10:43	17.	400m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	1 Série	6	
10:50	Cerimónia de Entrega Prémios 20'						0:20		
11:10	18.	4 x 200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	sem inscrições		-	
11:10	19.	4 x 200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	sem inscrições		-	
11:10	Final da sessão				Duração total	1:55			

### Horário da Sessão Nº. 3 - Sábado de Tarde

04/03/2023 - 16:30

Aquecimento: 15:00 até 16:15

Reunião de Delegados: 16:00

Reunião de Arbitragem: 16:10

Período de aquecimento de 1h15min.

#### MEDALHAS:

Prova 18, 19 (estafetas), 20, 21, 22 e 23: Primeiro intervalo

Prova 24, 25, 26 e 27: Segundo intervalo

#### HORÁRIO PREVISTO:

16:30	20.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:13	4 Séries	33
16:43	21.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:12	3 Séries	28
16:55	22.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	3 Séries	25
17:00	23.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	14
17:05	Cerimónia de Entrega Prémios 20'						0:20	
17:25	24.	50m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:02	2 Séries	13
17:27	25.	50m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	2 Séries	14
17:30	26.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:14	4 Séries	38
17:44	27.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:12	3 Séries	27
17:56	Cerimónia de Entrega Prémios 20'						0:20	
18:16	28.	4 x 100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:11	2 Séries	12
18:27	29.	4 x 100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	1 Série	8
18:34	Final da sessão				Duração total	2:04		

### Horário da Sessão Nº. 4 - Domingo de Manhã

05/03/2023 - 9:15

Aquecimento: 7:45 até 9:00

Reunião de Delegados: 8:45

Reunião de Arbitragem: 8:55

Período de aquecimento de 1h15min.

INFORMAÇÃO: Poderá haver junção dos 800L. Se aprovado, os dois nadadores mais lentos nadam na serie feminina.

O horário previsto fica condicionado a essa alteração. Ou seja, passam a duas series de 800L, em vez de três.

#### MEDALHAS:

Prova 28, 29 (estafetas), 30, 31, 32, 33, 34 e 35: Primeiro intervalo

Prova 36, 37, 38 e 39: Segundo intervalo

Prova 40 e 41: No fim da sessão.

#### HORÁRIO PREVISTO:

9:15	30.	800m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:23	2 Séries	12
9:38	31.	800m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:15	1 Série	8
9:53	32.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	13
10:01	33.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:12	3 Séries	21
10:13	34.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	2 Séries	14
10:16	35.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	2 Séries	14
10:18	Cerimónia de Entrega Prémios 25'						0:25	
10:43	36.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	5 Séries	49
10:51	37.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	4 Séries	35
10:59	38.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	19
11:07	39.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:14	3 Séries	21
11:21	Cerimónia de Entrega Prémios 20'						0:20	
11:41	40.	4 x 100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	4
11:47	41.	4 x 100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	2
11:53	Final da sessão				Duração total	2:38		