

Horário da Sessão N . 1 - DIA DO PAI | Domingo de Manhã

19/03/2023 - 10:15

Aquecimento: 8:00 até 9:00

Reunião de Delegados: 8:45

Reunião de Arbitragem: 8:50

Período de aquecimento: 1 hora.

SESSÃO ÚNICA: 1 hora de dura o

INFORMAÇOES:

- Vamos utilizar da pista 1   pista 4;
*** exce o para a prova número 14, 100m Mariposa Femin. Vamos tentar fazer uma serie com 5 nadadoras;
- Não haverá "Câmara de Chamada". Ou seja, os nadadores seguem diretamente para a sua pista, segundo a startlist;
- Os intervalos poderão ser ajustados e/ou acrescentados, se solicitado pelos técnicos presentes e aprovado pela dire o da prova;
- As séries foram ajustadas manualmente;
- Todas as altera es têm como objetivo a redu o dos custos de prova, como também o aumento da pressão e envolvimento competitiva.

HORÁRIO PREVISTO:

10:15	1.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	2
10:20	2.	200m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	2 Séries	6
10:27	3.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:01	1 Série	3
10:28	4.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	2
10:31	5.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	2 Séries	6
10:37	Intervalo de 10 minutos						0:10	
10:47	6.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:02	2 Séries	6
10:49	7.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	2 Séries	7
10:51	8.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	sem inscri�es		-
10:51	9.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:01	1 Série	4
10:52	10.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:01	1 Série	4
10:53	11.	50m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:01	1 Série	2
10:54	12.	50m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:01	1 Série	4
10:55	Intervalo de 10 minutos						0:10	
11:05	13.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	4
11:08	14.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	2 Séries	5
11:11	15.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	2 Séries	7
11:14	16.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:01	1 Série	3
11:15	Final da sessão				Dura�o total	1:00		