

PISTAS PARA AQUECIMENTO | 1.ª SESSÃO

FUNCHAL, 7 DE JULHO DE 2023

CAMPEONATO “RUBINA ANDRADE”

COMPLEXO DE PISCINAS OLIMPICAS DO FUNCHAL (P25M)

C
U
B
A

PISTAS	NADADORES		PISTAS
9	CD São Roque (7x)	AD Camacha (5x)	9
8	Juventude Atlântico Clube (12x)		8
7	Juventude Atlântico Clube (13x)		7
6	Clube Naval do Funchal (15x)		6
5	Clube Naval do Funchal (16x)		5
4	Clube Naval do Funchal (16x)		4
3	Clube Naval do Funchal (15x)		3
2	Clube Desportivo Nacional (13x)		2
1	Clube Desportivo Nacional (14x)		1
0	CD Nacional (13x)	CEO Liceu (2x)	0

CAIS MOVÍVEL

AQUECIMENTO LIVRE

OBSERVAÇÕES:

- 1) O período de aquecimento é de **1 hora e 30 minutos** na 1.ª (primeira) sessão e de **1 hora de 15 minutos** nas restantes 3 (três) sessões;
- 2) A prova de homenagem (25 metros livres) para a nadadora Internacional “Rubina Andrade” será na 4.ª (quarta) e última sessão, domingo de manhã, pelas 10h00.

		AQUECIMENTO	REUNIÃO DE DELEGADOS	COMPETIÇÃO
SEXTA DE TARDE	1.ª SESSÃO	17:30 – 19:00	18:45	19:15 – 20:47
SÁBADO DE MANHÃ	2.ª SESSÃO	07:45 – 09:00	08:45 (se necessário)	09:15 – 11:05
SÁBADO DE TARDE	3.ª SESSÃO	15:00 – 16:15	16:00 (se necessário)	16:30 – 18:19
DOMINGO DE MANHÃ	4.ª SESSÃO	07:45 – 09:00	08:45 (se necessário)	09:15 – 11:28

OUTRAS INFORMAÇÕES:

1.ª SESSÃO: **141** NADADORES / **6** CLUBES
 2.ª SESSÃO: **147** NADADORES / **8** CLUBES
 3.ª SESSÃO: **124** NADADORES / **5** CLUBES
 4.ª SESSÃO: **140** NADADORES / **7** CLUBES
 TOTAL: **167** NADADORES / **9** CLUBES

1.ª SESSÃO: **1h32**
 2.ª SESSÃO: **1h50**
 3.ª SESSÃO: **1h49**
 4.ª SESSÃO: **2h03 + 10' ENTREGA DE PRÉMIOS - MVS (2h13)**

