

PISTAS PARA AQUECIMENTO | 4.^a SESSÃO

FUNCHAL, 9 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 (12x)		7
6	Clube Naval do Funchal (15x)		6
5	Clube Naval do Funchal (15x)		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 (13x)		1
0	CD Nacional (13x)	CEO Liceu (3x)	0

CAIS MÓVEL

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)**

