

### TORREGRI 3

Local

Piscina de São Bento, Lisboa (CNN)

Data

1 e 2 de junho de 2024

Arbitragem

A arbitragem estará a cargo do Conselho Regional de Arbitragem da ANL

Cronometragem

Cronometragem manual

Fatos de Competição

Os fatos de Competição devem cumprir as regras definidas pela FPN para a categoria

Horários

		Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	1ª Sessão	1-jun-24	14h00	15h00
2ª Jornada	1ª Sessão	2-jun-24	8h00	9h00
	2ª Sessão		14h30	15h30

Programa

1ª Jornada				2ª Jornada			
Sessão única				1ª Sessão			
1	4x100 Livres	Cad A	F	13	4x50 Estilos*	Cad B	Misto
2	4x100 Livres	Cad A	M	14	4x100 Estilos*	Cad A	Misto
3	4x50 Livres	Cad B	F	Intervalo (5')			
4	4x50 Livres	Cad B	M	15	200 Livres	Cad B	M
Intervalo (5')				16	200 Livres	Cad B	F
5	200 Estilos	Cad A	F	17	400 Livres	Cad A	M
6	200 Estilos	Cad A	M	18	400 Livres	Cad A	F
7	100 Estilos	Cad B	F	2ª Sessão			
8	100 Estilos	Cad B	M	19	50 Mariposa	Cad B	M
Intervalo (10')				20	50 Mariposa	Cad B	F
9	100 Livres	Cad A	F	21	100 Mariposa	Cad A	M
10	100 Livres	Cad A	M	22	100 Mariposa	Cad A	F
11	100 Livres	Cad B	F	Intervalo (10')			
12	100 Livres	Cad B	M	23	100 Bruços	Cad B	M
				24	100 Bruços	Cad B	F
				25	100 Bruços	Cad A	M
				26	100 Bruços	Cad A	F
				Intervalo (10')			
				27	100 Costas	Cad B	M
				28	100 Costas	Cad B	F
				29	100 Costas	Cad A	M
				30	100 Costas	Cad A	F

- Poderão participar nadadores filiados em natação pura na categoria de Cadetes.

Resultados

Inscrições

- Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de duas (2) provas individuais e uma estafeta por sessão.
- Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever até duas (2) equipas.
- Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever uma (1) equipa

Os resultados serão realizados por prova e escalão

- As inscrições deverão dar entrada até às 24h do dia 23 de maio de 2024.
- Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre 1 de janeiro de 2023 e o término do prazo de inscrição.
- Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (Anexo II).