

ÉPOCA

2019/20



TORNEIO DISTRITAL DE FUNDO

JUVENIS

PISCINAS MUNICIPAIS DE CORUCHE

16-17/11/2019

10H00/09H30

ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO DISTRITO DE SANTARÉM

APOIOS: CÂMARA MUNICIPAL DE CORUCHE



TORNEIO DISTRITAL DE FUNDO- JUVENIS

Piscinas Municipais de Coruche

16-17/11/2019

BUZIOS

Delegados: Arquimínio Macharréu
Treinadores: Tiago Leão

CAFZ

Delegados: Elisabete Matias e Luís Graça
Treinadores: Sebastião Santos

CLAC

Delegados: Cecília Gonçalves e Carla Chambel
Treinadores: Luís Domingues, João Rosa e José Simões

CNAB

Delegados: Adérito Garcia
Treinadores: Nuno Valente

CNCA

Delegados: Fábio Azinheirinha
Treinadores: Maria Luisa Sousa, João Nunes

CNRM

Delegados: Guilherme Gaboleiro
Treinadores: Guilherme Sá/ Rafael Melo

CNSM

Delegados: Carlos Nunes e Teresa Bernardo
Treinadores: Paulo Soares

CNTN

Delegados: Carla Pinho, Rita Jorge e Mário Lopes
Treinadores: Pascoal Mendes/Duarte Policarpo

JO

Delegados: Judite Oliveira
Treinadores: Albertino Constantino

SFGP

Delegados: Nuno Evaristo / Nuno Nobre / Sérgio Louro
Treinadores: Vasco Fortunato

VS

Delegados: António Alves, Paulo Teixeira e Rui Cabral
Treinadores: Renato Rodrigues



Torneio Distrital Fundo
Coruche, 16 e 17 de Novembro de 2019

Estatística de inscrições

Todas as provas

Clube	Código	Região	Atletas			Individuais			Estafetas		
			Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total
BUZIOS-Coruche	BUZIOS	ANDS	2	2	4	3	4	7	-	-	-
Clube Atletismo Ferreira do Zezere	CAFZ	ANDS	2	-	2	4	-	4	-	-	-
Clube Lazer Aventura e Competicao	CLAC	ANDS	3	3	6	6	6	12	-	-	-
Clube Nautico de Abrantes	CNAB	ANDS	-	5	5	-	10	10	-	-	-
Clube de Natacao do Cartaxo	CNCA	ANDS	5	2	7	9	4	13	-	-	-
Clube Natacao de Rio Maior	CNRM	ANDS	4	-	4	8	-	8	-	-	-
Clube Nautico de Salvaterra de Mago	CNSM	ANDS	1	2	3	2	4	6	-	-	-
Clube de Natacao de Torres Novas	CNTN	ANDS	2	1	3	4	2	6	-	-	-
Juventude Ouriense	JO	ANDS	1	1	2	1	2	3	-	-	-
Sociedade Filarmonica Gualdim Pais	SFGP	ANDS	2	2	4	4	4	8	-	-	-
Viver Santarem	VS	ANDS	4	5	9	8	10	18	-	-	-
Numero total de 11 Clubes			26	23	49	49	46	95	-	-	-



Torneio Distrital Fundo
Coruche, 16 e 17 de Novembro de 2019

1 - 1ª Jornada - 1ª Sessão

16/11/2019 - 10:00

Prova 1

Masc., 1500m Livres

Juvenil

16/11/2019 - 10:00

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
1	Guilherme Filipe Gaboleiro	130049	05	Rio Maior	18:45.19	___:___:___
2	Artur Paulo Aleksyeyev	200380	05	Viver Santarem	18:26.80	___:___:___
3	Carlos Daniel Nunes	132140	05	Nautico Salvaterra Magos	18:08.53	___:___:___
4	Martim Henriques Carvalho	148627	04	Rio Maior	16:48.29	___:___:___
5	Tiago Charrua Gago	200567	04	Rio Maior	18:06.91	___:___:___
6	Miguel Alexandre Martins	130558	04	BUZIOS-Coruche	18:21.86	___:___:___
7	Jose Pinto Cabral	130623	05	Viver Santarem	18:27.82	___:___:___
8	Ricardo Filipe Gaboleiro	130050	05	Rio Maior	18:50.20	___:___:___

Série 2 de 3

1	Joao Miguel Conrado	205811	05	BUZIOS-Coruche	19:36.72	___:___:___
2	Andre Jesus Gaspar	132481	04	Gualdim Pais	19:27.08	___:___:___
3	Rodrigo Cardoso Fernandes	200556	04	Cartaxo	19:08.79	___:___:___
4	Jose Miguel Monteiro	129576	04	Gualdim Pais	18:51.34	___:___:___
5	Miguel Filipe Nunes	128372	04	Cartaxo	19:05.20	___:___:___
6	Joao Marques Ferreira	202191	04	Viver Santarem	19:13.64	___:___:___
7	Ricardo Matias Santos	209305	05	Atletismo Ferreira do Zezere	19:32.46	___:___:___
8	Simao Dinis Rosa	132611	05	Torres Novas	20:01.67	___:___:___

Série 3 de 3

1	Antonio Pedro Martins	210262	05	Atletismo Ferreira do Zezere	25:00.00	___:___:___
2	Diogo Rafael Antunes	207443	04	CLAC-Entroncamento	21:57.56	___:___:___
3	Joao Antonio Pires	201027	05	Torres Novas	21:05.50	___:___:___
4	Bernardo Boal Duarte	129930	04	Cartaxo	20:04.29	___:___:___
5	Goncalo Maria Mendonca	132540	04	Viver Santarem	20:33.24	___:___:___
6	Ivo Rafael Serra	133066	04	CLAC-Entroncamento	21:35.74	___:___:___
7	Francisco Polonio Alexandre	129522	04	CLAC-Entroncamento	23:55.54	___:___:___
8	Joao Nuno Nobre	209840	04	Cartaxo	NT	___:___:___

Prova 2

Femin., 800m Livres

Juvenil

16/11/2019 - 11:05

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
1	Marta Filipa Bucha	132484	06	Viver Santarem	10:24.15	___:___:___
2	Ariana Espirito Louro	128140	05	Gualdim Pais	10:04.03	___:___:___
3	Margarida Claudino Nicolau	200214	05	Torres Novas	9:52.55	___:___:___
4	Catarina Isabel Carlota	132493	05	BUZIOS-Coruche	9:30.98	___:___:___
5	Maria Madalena Bento	127217	05	BUZIOS-Coruche	9:37.93	___:___:___
6	Beatriz Gaspar Nobre	153134	05	Gualdim Pais	9:54.79	___:___:___
7	Ines Goncalves Fernandes	132489	06	Nautico Abrantes	10:17.47	___:___:___
8	Constanca Grincho Sousa	132482	06	Viver Santarem	10:32.68	___:___:___



Torneio Distrital Fundo
Coruche, 16 e 17 de Novembro de 2019

Prova 2, Femin., 800m Livres

Série 2 de 3

1	Barbara Maia Freitas	147081	06	CLAC-Entroncamento	11:37.83	___:___:___
2	Maria Beatriz Teixeira	204101	06	Viver Santarem	11:25.11	___:___:___
3	Carolina Manuela Guia	200378	05	Viver Santarem	11:07.96	___:___:___
4	Rita Bernardo Tome	132142	06	Nautico Salvaterra Magos	10:40.51	___:___:___
5	Ines Filipa Cotovio	130632	05	Nautico Salvaterra Magos	10:44.14	___:___:___
6	Joana Silva Januario	132544	06	Nautico Abrantes	11:17.10	___:___:___
7	Joana Patricia Antunes	133117	06	CLAC-Entroncamento	11:33.41	___:___:___
8	Eleonor Dias Alves	200107	06	Nautico Abrantes	11:42.56	___:___:___

Série 3 de 3

1	Beatriz Boal Duarte	131605	05	Cartaxo	NT	___:___:___
2	Margarida Miguel Mendes	205367	06	Viver Santarem	NT	___:___:___
3	Leonor Barreto Cruz	203123	05	Nautico Abrantes	12:47.81	___:___:___
4	Margarida Viegas Medroa	200866	06	Nautico Abrantes	12:09.51	___:___:___
5	Matilde Nabeiro Monraia	206511	06	CLAC-Entroncamento	12:47.64	___:___:___
6	Sara Alexandra Ribeiro	201028	06	Juventude Ouriense	14:51.55	___:___:___
7	Sofia Diniz Correa	207864	06	Cartaxo	NT	___:___:___

2 - 2ª Jornada - 2ª Sessão

17/11/2019 - 9:30

Prova 3

Masc., 400m Estilos

Juvenil

17/11/2019 - 9:30

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 4</u>						
3	Vasco Duarte Nunes	209843	05	Cartaxo	NT	___:___:___
4	Antonio Pedro Martins	210262	05	Atletismo Ferreira do Zezere	7:30.00	___:___:___
5	Joao Nuno Nobre	209840	04	Cartaxo	NT	___:___:___

Série 2 de 4

2	Rui Osvaldo Rocha	128355	04	Juventude Ouriense	6:36.22	___:___:___
3	Ricardo Matias Santos	209305	05	Atletismo Ferreira do Zezere	6:03.68	___:___:___
4	Ivo Rafael Serra	133066	04	CLAC-Entroncamento	6:01.76	___:___:___
5	Goncalo Maria Mendonca	132540	04	Viver Santarem	6:03.17	___:___:___
6	Francisco Polonio Alexandre	129522	04	CLAC-Entroncamento	6:07.31	___:___:___
7	Diogo Rafael Antunes	207443	04	CLAC-Entroncamento	7:02.16	___:___:___

Série 3 de 4

1	Joao Miguel Conrado	205811	05	BUZIOS-Coruche	5:45.83	___:___:___
2	Rodrigo Cardoso Fernandes	200556	04	Cartaxo	5:39.78	___:___:___
3	Joao Marques Ferreira	202191	04	Viver Santarem	5:39.48	___:___:___
4	Artur Paulo Aleksyeyev	200380	05	Viver Santarem	5:32.79	___:___:___
5	Tiago Charrua Gago	200567	04	Rio Maior	5:35.28	___:___:___
6	Miguel Filipe Nunes	128372	04	Cartaxo	5:39.60	___:___:___
7	Joao Antonio Pires	201027	05	Torres Novas	5:43.87	___:___:___
8	Bernardo Boal Duarte	129930	04	Cartaxo	5:59.16	___:___:___



Torneio Distrital Fundo
Coruche, 16 e 17 de Novembro de 2019

Prova 3, Masc., 400m Estilos

Série 4 de 4

1	Andre Jesus Gaspar	132481	04	Gualdim Pais	5:31.59	___:___:___
2	Ricardo Filipe Gaboleiro	130050	05	Rio Maior	5:22.00	___:___:___
3	Carlos Daniel Nunes	132140	05	Nautico Salvaterra Magos	5:11.98	___:___:___
4	Martim Henriques Carvalho	148627	04	Rio Maior	4:43.04	___:___:___
5	Jose Pinto Cabral	130623	05	Viver Santarem	5:07.40	___:___:___
6	Simao Dinis Rosa	132611	05	Torres Novas	5:15.42	___:___:___
7	Guilherme Filipe Gaboleiro	130049	05	Rio Maior	5:23.05	___:___:___
8	Jose Miguel Monteiro	129576	04	Gualdim Pais	5:31.71	___:___:___

Prova 4

Femin., 400m Estilos

Juvenil

17/11/2019 - 10:00

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 3						
1	Leonor Barreto Cruz	203123	05	Nautico Abrantes	NT	___:___:___
2	Margarida Miguel Mendes	205367	06	Viver Santarem	NT	___:___:___
3	Sara Alexandra Ribeiro	201028	06	Juventude Ouriense	7:32.74	___:___:___
4	Margarida Viegas Medroa	200866	06	Nautico Abrantes	6:49.11	___:___:___
5	Matilde Nabeiro Monraia	206511	06	CLAC-Entroncamento	6:50.00	___:___:___
6	Sofia Diniz Correa	207864	06	Cartaxo	NT	___:___:___
7	Beatriz Boal Duarte	131605	05	Cartaxo	NT	___:___:___

Série 2 de 3

1	Joana Silva Januario	132544	06	Nautico Abrantes	6:30.30	___:___:___
2	Joana Patricia Antunes	133117	06	CLAC-Entroncamento	6:22.87	___:___:___
3	Ines Filipa Cotovio	130632	05	Nautico Salvaterra Magos	6:11.48	___:___:___
4	Margarida Claudino Nicolau	200214	05	Torres Novas	6:05.45	___:___:___
5	Barbara Maia Freitas	147081	06	CLAC-Entroncamento	6:10.65	___:___:___
6	Eleonor Dias Alves	200107	06	Nautico Abrantes	6:13.58	___:___:___
7	Carolina Manuela Guia	200378	05	Viver Santarem	6:26.25	___:___:___
8	Maria Beatriz Teixeira	204101	06	Viver Santarem	6:38.81	___:___:___

Série 3 de 3

1	Beatriz Gaspar Nobre	153134	05	Gualdim Pais	5:56.57	___:___:___
2	Ines Goncalves Fernandes	132489	06	Nautico Abrantes	5:47.67	___:___:___
3	Catarina Isabel Carlota	132493	05	BUZIOS-Coruche	5:30.60	___:___:___
4	Ariana Espirito Louro	128140	05	Gualdim Pais	5:17.64	___:___:___
5	Maria Madalena Bento	127217	05	BUZIOS-Coruche	5:26.30	___:___:___
6	Marta Filipa Bucha	132484	06	Viver Santarem	5:44.10	___:___:___
7	Constanca Grincho Sousa	132482	06	Viver Santarem	5:51.31	___:___:___
8	Rita Bernardo Tome	132142	06	Nautico Salvaterra Magos	6:00.66	___:___:___

TORNEIO DISTRITAL DO NADADOR COMPLETO DE INFANTIS**TORNEIO DISTRITAL DE FUNDO DE JUVENIS****1. LOCAL:**

Piscina Municipal de Coruche

2. DATA / HORÁRIO

1ª Jornada - 16 Nov 2019	2ª Jornada 17 Nov 2019
1ª Sessão	3ª Sessão
Aquecimento - 08H00 Início - 09h30	Aquecimento – 08H00 Início - 09H00
2ª Sessão	Entrega de Prémios
Aquecimento – 14H30 Início – 16H00	

3. PARTICIPAÇÃO

Podem participar todos os nadadores filiados em Natação Pura pela FPN nas categorias de Infantis e Juvenis.

Os nadadores terão de nadar obrigatoriamente cinco provas (TNC- Infantis), e duas provas (TF – Juvenis) de acordo com o programa de provas definido. Em face desta disposição a Falta, Desclassificação ou Desistência em qualquer prova determina a eliminação imediata do nadador, podendo o mesmo continuar a participar nas provas em que se encontra inscrito, sendo os respetivos tempos oficializados.

TORNEIO DO NADADOR COMPLETO INFANTIS

Infantis: 100M + 100B + 100C + 100L + 200E.

TORNEIO DE FUNDO JUVENIS

Juvenis: 1500L Mas / 800L Fem + 400E.

Deverá ser SEMPRE indicado um tempo estimativo de inscrição para nadadores que nunca tenham nadado estas provas .

4. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia 05/11/2019.

5. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Haverá classificações separadas por prova, escalão etário e género.

O somatório (100M + 100B + 100C + 100L + 200E INFANTIS, e 1500L Mas/ 800L Fem + 400E JUVENIS) das pontuações Tabela **FINA EM VIGOR** de cada nadador(a) definirá um Ranking Regional deste Torneio, que permitirá atribuir **um prémio** aos três primeiros classificados a nível Regional de cada escalão etário (**INF B, INF A Masculinos e Femininos e JUV B, JUV A Masculinos e Femininos**).

6. PROGRAMA DE PROVAS

1ª Sessão				3ª Sessão		
1	1500 L JUV *	M		8	400 E JUV	M
2	800 L JUV*	F		9	400 E JUV	F
2ª Sessão				Intervalo		
3	100 M INF	F		10	100 M INF	M
4	200 E INF	M			200 E INF	F
Intervalo				Intervalo		
5	100 B INF	F		11	100 B INF	M
6	100 C INF	M		12	100 C INF	F
7	100 L INF	F		13	100 L INF	M
				Entrega de Prémios		

*As provas de 800L e 1500L devem ser organizadas com a partida a ser efetuada dentro de água, e com uma das mãos em contacto com a parede, podendo optar-se pela realização da prova com dois nadadores por pista, em função das necessidades de cada AT. A organização das séries nas provas de 800L e 1500L deverá permitir que os nadadores com os melhores tempos de inscrição nadem nas primeiras séries.

Nota: O programa de provas e horários poderão sofrer alterações face às inscrições e consequente tempo de prova para cada sessão.

		ANDS								
		MASCULINOS								
Piscina - 25m		ABS	SEN 2001 e + velhos	JUN 2002-03	JUV 2004/05	JUV-A 2004	JUV-B 2005	INF 2006/07	INF-A 2006	INF-B 2007
Líves	50	00,23,21	00,23,95	00,23,21	X	00,24,11	00,25,01	X	00,26,33	00,27,90
	100	00,51,09	00,51,09	00,51,49	X	00,52,32	00,53,89	X	00,56,70	00,58,15
	200	01,50,67	01,51,08	01,50,67	X	01,54,36	01,57,53	X	02,03,75	02,09,72
	400	03,51,74	03,57,24	03,51,74	X	03,59,33	04,09,90	X	04,22,64	04,33,73
	800	08,00,80	08,14,47	08,00,80	X	08,09,51	08,39,75	X	09,13,57	09,31,06
	1500	15,05,57	15,49,26	15,05,57	X	15,50,63	16,27,54	X	17,24,44	17,52,60
	4X50	01,38,39	01,38,39	01,40,42	01,43,02	01,43,02	01,50,14	02,07,85	-	02,08,16
	4X100	03,29,76	03,33,27	03,41,93	03,42,18	03,42,18	03,50,09	04,01,44	04,01,44	04,24,07
	4X100-Sel	-	-	-	03,39,95	03,43,96	03,47,65	03,56,13	03,58,95	-
4X200	07,49,97	07,49,97	07,58,93	08,03,97	08,03,97	08,31,94	08,48,83	08,48,83	09,34,74	
Brcos	50	00,30,03	00,30,36	00,30,03	X	00,30,82	00,31,74	X	00,32,61	00,34,28
	100	01,04,19	01,05,49	01,04,19	X	01,05,79	01,07,41	X	01,08,46	01,13,64
	200	02,21,08	02,24,92	02,21,08	X	02,26,42	02,32,94	X	02,32,70	02,44,17
Costas	50	00,24,97	00,24,97	00,26,29	X	00,27,00	00,28,69	X	00,29,45	00,32,08
	100	00,52,63	00,52,63	00,57,01	X	00,58,30	00,58,65	X	01,02,20	01,06,59
	200	01,53,06	01,53,06	02,01,95	X	02,04,29	02,07,15	X	02,16,13	02,22,57
Mariposa	50	00,24,99	00,24,99	00,25,28	X	00,25,50	00,26,82	X	00,27,92	00,29,83
	100	00,54,74	00,54,74	00,55,88	X	00,56,43	00,57,72	X	01,01,82	01,06,88
	200	01,56,66	01,56,66	02,01,40	X	02,04,48	02,07,06	X	02,19,06	02,31,65
Estilos	100	00,58,41	00,58,62	00,58,41	X	01,02,19	01,02,26	X	01,06,36	01,11,50
	200	02,08,23	02,08,23	02,08,45	X	02,08,71	02,13,93	X	02,19,63	02,30,29
	400	04,25,81	04,25,81	04,35,64	X	04,33,58	04,44,55	X	04,55,60	05,18,20
	4X50	01,50,40	01,50,40	01,52,51	01,55,57	01,55,57	02,01,56	01,56,03	01,56,03	02,28,35
	4X100	03,57,51	03,57,94	03,57,51	04,10,24	04,10,24	04,25,50	04,38,60	04,38,45	05,03,85
	4X100-Sel	-	-	-	04,08,35	04,10,87	04,10,63	04,32,99	04,23,93	-
FEMININOS										
Piscina - 25m		ABS	SEN 2002 e +velhas	JUN 2003-04	JUV 2005/06	JUV- A 2005	JUV- B 2006	INF 2007/08	INF-A 2007	INF-B 2008
Líves	50	00,27,06	00,27,16	00,27,10	X	00,27,06	00,27,39	X	00,29,29	00,30,31
	100	00,58,34	00,58,34	00,58,34	X	00,59,74	01,00,11	X	01,02,99	01,05,17
	200	02,04,85	02,05,74	02,04,85	X	02,09,96	02,12,10	X	02,15,24	02,21,98
	400	04,25,09	04,26,97	04,25,09	X	04,26,26	04,33,98	X	04,39,54	04,50,13
	800	08,53,34	09,11,24	08,53,34	X	09,10,38	09,21,21	X	09,30,62	09,49,16
	1500	17,03,84	17,55,02	17,03,84	X	17,22,70	17,57,44	X	18,45,41	18,28,43
	4X50	01,53,19	02,00,58	01,54,68	01,58,63	01,58,92	02,01,10	02,05,17	02,05,17	02,10,98
	4X100	04,06,65	04,24,37	04,15,63	04,15,57	04,18,41	04,25,37	04,32,74	04,33,44	04,38,72
	4X100-Sel	-	-	-	04,10,34	04,14,30	-	04,23,09	04,23,09	-
4X200	08,58,84	09,36,84	09,11,68	09,11,29	09,42,57	09,46,07	09,40,34	09,52,20	09,51,48	
Brcos	50	00,32,72	00,32,72	00,32,83	X	00,34,95	00,35,64	X	00,36,63	00,38,51
	100	01,12,09	01,12,09	01,12,62	X	01,15,77	01,16,54	X	01,16,72	01,24,51
	200	02,34,64	02,38,10	02,34,64	X	02,45,14	02,43,30	X	02,45,10	02,56,46
Costas	50	00,30,06	00,30,86	00,30,06	X	00,31,39	00,31,04	X	00,33,45	00,35,45
	100	01,05,39	01,06,03	01,05,39	X	01,08,22	01,06,64	X	01,10,28	01,14,07
	200	02,20,73	02,23,56	02,20,73	X	02,25,91	02,25,27	X	02,29,81	02,39,44
Mariposa	50	00,29,14	00,29,30	00,29,14	X	00,30,64	00,30,13	X	00,32,04	00,32,28
	100	01,05,17	01,05,17	01,05,21	X	01,05,91	01,06,68	X	01,08,95	01,11,62
	200	02,22,94	02,22,94	02,24,28	X	02,30,04	02,29,81	X	02,33,22	02,40,30
Estilos	100	01,06,14	01,07,27	01,06,14	X	01,09,96	01,09,68	X	01,13,17	01,15,55
	200	02,22,74	02,23,05	02,22,74	X	02,27,45	02,26,86	X	02,31,59	02,39,45
	400	05,05,86	05,06,58	05,05,86	X	05,12,61	05,16,20	X	05,21,39	05,41,97
	4X50	02,08,94	02,17,69	02,08,94	02,10,82	02,16,29	02,16,03	02,21,89	02,24,46	02,31,20
	4X100	04,35,67	05,01,26	04,43,58	04,50,81	04,50,81	04,59,16	05,00,37	05,00,37	05,26,00
	4X100-Sel	-	-	-	04,39,17	04,39,17	-	04,59,34	05,00,49	-

RECORDES ACTUALIZADOS EM 11/11/2019



Torneio Distrital Fundo
Coruche, 16 e 17 de Novembro de 2019

Horário da Sessão N . 1 - 1  Jornada - 1  Sessão**16/11/2019 - 10:00**

Aquecimento: 8:30 a 9:50

Reunião de Delegados: 9:15

Reunião de Arbitragem: 9:30

10:00	1.	1500m Livres	Masc.	Tempo Final	Juv	1:05	3 Séries
11:05	2.	800m Livres	Femin.	Tempo Final	Juv	0:40	3 Séries
11:45	Final da sessão				Duração total	1:45	

Horário da Sessão N . 2 - 2  Jornada - 2  Sessão**17/11/2019 - 9:30**

Aquecimento: 8:00 a 9:20

Reuni o de Delegados: 8:45

Reuni o de Arbitragem: 9:00

9:30	3.	400m Estilos	Masc.	Tempo Final	Juv	0:30	4 S�ries
10:00	4.	400m Estilos	Femin.	Tempo Final	Juv	0:25	3 S�ries
10:25	Final da sessão				Dura��o total	0:55	