

**JORNADA DE ABERTURA DE CATEGORIAS**

**1. LOCAL**

Piscina Municipal de **Torres Novas**

**2. DATA**

20 de Outubro de 2019 - Domingo

**3. HORÁRIO**

**1ª Sessão** 09.30 horas

**2ª Sessão** 15.30 horas

**4. PARTICIPAÇÃO**

- Categoria ABS (SÉN/JUN/JUV/INF)
- Cada nadador da categoria de **Juvenis, Juniores e Séniores** poderão participar em 3 (três) provas individuais por sessão.
- Os nadadores da categoria de **Infantis**, só poderão participar em 2 (duas) provas individuais por sessão.

**5. INSCRIÇÕES**

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24H00 horas do dia **14/10/2019**

**6. CLASSIFICAÇÕES**

Haverá uma classificação individual por prova.

**PROGRAMA DE PROVAS**

1ª Sessão			2ª Sessão		
1	400 E	F	8	100 E	M
2	400 E	M	9	100 E	F
3	100 C	F	10	100 B	M
4	100 C	M	11	100 B	F
5	100 M	F	12	100 L	M
6	100 M	M	13	100 L	F
Intervalo de 10 minutos			Intervalo de 10 minutos		
7	800 L (b)(c)	F	14	1500 L (a) (c)	M

**(a) Prova dependendo dos 16 melhores tempos (até ao máximo de 3 nadadores por clube), no caso de a sessão exceder o tempo regulamentado.**

**(b) Prova dependendo dos 24 melhores tempos (até ao máximo de 3 nadadores por clube). No caso de existirem pistas vagas, recorre-se aos melhores tempos de inscrição até completar as séries, mesmo que se ultrapasse a limitação de 3 nadadores por clube, respeitando o definido em (c).**

**(c) Será dado prioridade a nadadores Juvenis, Juniores e Séniores.**