

CAMPEONATO REGIONAL JUN/SEN (PISCINA CURTA)

1 – LOCAL

Piscina Municipal **TOMAR**

2 – DATA

23, 24 e 25 Novembro 2012

3 – HORÁRIO

23 de Novembro

1ª Sessão às 16:00 Horas

24 de Novembro

2ª Sessão às 9:30 Horas

3ª Sessão às 15:30 Horas

25 de Novembro

4ª Sessão às 9:30 Horas

5ª Sessão às 15:30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

Categorias: JUN e SEN

Estes Campeonatos terão tempos a cumprir **(TCC)**

A participação de cada nadador está limitada a um máximo de duas provas (2) individuais e uma (1) coletiva, por sessão.

5 – INSCRIÇÕES

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia 13/11/2012.
- Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações á lista inicial de inscrições.
- Só serão permitidas desistência de provas sem direito a substituição.

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova/categoria.

7 – PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por Prova/Categoria (Juniões e Seniores)

8 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª SESSÃO (sexta)			4ª SESSÃO (domingo manha)		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	800 L	Fem	29	200 C	Fem
2	100 E	Mas	30	200 C	Mas
3	100 E	Fem	31	100 M	Fem
4	400 L	Mas	32	100 M	Mas
5	50 B	Fem	33	200 E	Fem
6	50B	Mas	34	200 E	Mas
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)			Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)		
7	4X200 L	Fem	35	4x 100 E	Fem
8	4X200 L	Mas	36	4X100 E	Mas
2ª SESSÃO (sábado manhã)			5ª SESSÃO (domingo tarde)		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
9	200 M	Fem	37	50 M	Fem
10	200 M	Mas	38	50 M	Mas
11	100 L	Fem	39	400 E	Fem
12	100 L	Mas	40	400 E	Mas
13	50 C	Fem	41	200 L	Fem
14	50 C	Mas	42	200 L	Mas
15	200 B	Fem	Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)		
16	200 B	Mas			
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)					
17	4X50 Livres	Mas	43	4x100 L	Fem
18	4X50 Livres	Fem	44	4x100 L	Mas
3ª SESSÃO (sábado tarde)					
Nº Ordem	Prova	Sexo			
19	50 L	Mas			
20	50 L	Fem			
21	100 B	Fem			
22	100 B	Mas			
23	100 C	Mas			
24	100 C	Fem			
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)					
25	4x50 E	Mas			
26	4x50 E	Fem			
27	400 L	Fem			
28	1500 L	Mas			