

JORNADA DE ABERTURA DE CATEGORIAS**1. LOCAL**

Piscina Municipal de Coruche

2. DATA

22 de outubro de 2023 - 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 **Infantis** poderão participar em 2 (duas) provas individuais por sessão**5. INSCRIÇÕES** - deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24H00 horas do dia **17/10/2023****6. CLASSIFICAÇÕES** - Haverá uma classificação individual por prova.**7. PROGRAMA DE PROVAS**

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

a. prova dependendo dos 24 melhores tempos ABS (até ao máximo de 3 nadadores por clube), no caso de a sessão exceder o tempo regulamentado.

b. No caso de existirem pistas vagas, recorre-se aos melhores tempos de inscrição até completar as séries mesmo que ultrapasse a limitação de 3 nadadores por clube, respeitando em definido em a..

c. Será dado prioridade a nadadores juvenis, juniores e seniores