



REGULAMENTO DISTRIAL NATAÇÃO - 2022/2023

PROVA DE APURAMENTO DE INFANTIS - 2º TORNEIO DE CADETES

1 – LOCAL - Piscina Municipal de ABRANTES

2 – DATA - 27 de NOVEMBRO de 2022

3 – HORÁRIO

1ª Sessão 09.30 horas

2ª Sessão 15.30 horas

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria INF, CAD A e B
- Cada nadador INF e CAD A só pode participar em 3 (três) provas individuais por sessão. Os CAD B podem nadar 2 provas por sessão. Os cadetes A e B poderão ainda nadar uma prova de estafetas por sessão para além das provas individuais.

5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia **21/11/2022**

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

7 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª Sessão			2ª Sessão de Março		
N.	Prova	Gen	N.	Prova	Gen
1	200 E	Fem - INF.	11	400 E	MISTO - INF.
2	200 E	Mas - INF.	12	50 L	CAD A e B Mas
3	100 E	CAD A e B Fem	13	50 L	CAD A e B Fem
4	100 E	CAD A e B Mas	14	100 M	Mas
5	100 B	Fem - INF.	15	100 M	Fem
6	100 B	Mas - INF.	Intervalo 5		
7	50 B	CAD A e B Fem	16	50 C	CAD A e B Mas
8	50 B	CAD A e B Mas	17	50 C	CAD A e B Fem
Intervalo 10			Intervalo 10		
9	4X50 L	CAD - MISTO	18	4X50 E	CAD - MISTO
10	800 L (*)	MISTO - INF.	19	1500 L(*)	MISTO - INF.

(*) Prova dependendo dos 24 melhores tempos (até ao máximo de 4 nadadores por clube), no caso de a sessão exceder o tempo regulamentado. Se o nº de nadadores não ultrapassar os 24 melhores tempos, recorre-se aos melhores tempos de inscrição excedentários até completar as séries, independentemente do clube a que pertença.

7- Esta jornada de apuramento tem tempos mínimos a cumprir conforme tabela em anexo a este regulamento.

PRÉMIO SURPRESA MELHOR NADADOR FINA MASC E FEM- CADETES

Rua Garcia da Mata, 20 - 2300-494 TOMAR Tel. 249323268 / 964813669

<http://www.ands.pt> ands@ands.pt