

**1º TORREGI DE CADETES - Sessão Única**

1. LOCAL - Piscinas Municipais de Mação
2. DATA – 28 de Outubro de 2023
3. HORÁRIO – Aquecimento: 13H30 Início da prova: 15H00
4. **PARTICIPACÃO - Categoria de Cadetes A e B**
  - Cadetes B só podem participar em 2 (duas) provas individuais e em 2 (duas) coletivas;
  - Os cadetes A poderão nadar (3) três provas individuais e 2 (duas) coletivas.
5. INSCRIÇÕES - As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24H00 horas do dia 24/10/2023
6. CLASSIFICAÇÕES - Haverá uma classificação individual por prova.
7. PROGRAMA DE PROVAS

Nº PROVA	Prova	ESCALÃO	Sexo
1	100 Mariposa	CAD A misto	FEM - 2013 MAS 2012
2	50 - 25 M+25C	CAD B misto	MASC - 2013-2014
			FEM - 2015-2014
3	100 Costas	CAD A misto	FEM - 2013 MAS 2012
4	50 - 25 C+25B	CAD B misto	MASC - 2013-2014
			FEM - 2015-2014
INTERVALO 5 MINUTOS			
5	4 X 50 Estilos* <sup>i</sup>	CAD A	FEM - 2013 MAS 2012
6	4 X 25 Estilos <small>(M.C. M.C. B.Cr. B.Cr)</small>	CAD B misto	MASC - 2013-2014
			FEM - 2015-2014
7	100 Bruços	CAD A misto	FEM - 2013 MAS 2012
8	50- 25 B+25C	CAD B misto	MASC - 2013-2014
			FEM - 2015-2014
9	200 Livres	CAD A misto	FEM - 2013 MAS 2012
10	100 Livres	CAD B misto	MASC - 2013-2014
			FEM - 2015-2014
11	100 Estilos	CAD A misto	FEM - 2013 MAS 2012
INTERVALO 10 MINUTOS			
12	4 X 50 Livres	CAD A	Misto- FEM - 2013 MAS 2012
13	4 X 25 Livres	CAD B	MASC - 2013-2014
			FEM - 2015-2014

\*1: 1º e 2º elementos nadam 25m Mariposa + 25m Costas, 3º e 4º elementos nadam 25m Bruços + 25m Crol;