



ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL

PREPARAÇÃO INFANTIS

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Vila Meã
3. DATA: 10/11 OUTUBRO 2009
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 10OUT 09	2ª JORNADA – 11OUT 09
Abertura da piscina: 14h15	Abertura da piscina: 08h15
Início do aquecimento: 14h30	Início do aquecimento: 08h30
Fim do aquecimento: 15h20	Fim do aquecimento: 09h20
Início da competição: 15h30	Início da competição: 09h30

5. PARTICIPAÇÃO:

✓ Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	INFANTIS(A -1997/B-1998)
MASCULINOS	INFANTIS (A -1996/B-1997)

- ✓ Cada nadador só pode ser inscrito e participar em 3 provas no conjunto das duas jornadas, sendo permitida a inscrição condicionada na prova de 400 Livres.
- ✓ Caso a inscrição nos 400L seja aceite, o clube deve indicar a prova a excluir.
- ✓ Cada clube pode inscrever uma equipa de estafetas por grupo/sexo.
- ✓ As estafetas deverão, obrigatoriamente de ter um tempo de inscrição
- ✓ A indicação da constituição das equipas de estafetas deve ser entregue na mesa de júri após o final da prova de 200m Estilos.
- ✓ Os nadadores são agrupados por tempos de inscrição.
- ✓ Nas provas de 400m Livres apenas são efectuadas 4 séries.

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respectivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 02 de Outubro de 2009.
- ✓ A taxa de inscrição por nadador/prova individual é de 1,50€. Nas provas de estafetas é de 2€.

7. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 10OUT 09				2ª JORNADA – 11OUT 09			
1ª Prova	200m	EST	FEM.	7ª Prova	200m	EST	MASC.
2ª Prova	200m	MAR	MASC.	8ª Prova	200m	MAR	FEM.
3ª Prova	200m	BRUÇ	FEM.	9ª Prova	200m	BRUÇ	MASC.
4ª Prova	200m	COST	MASC.	10ª Prova	200m	COST	FEM.
INTERVALO: 10 MINUTOS				INTERVALO: 10 MINUTOS			
5ª Prova	4x200m	LIV	FEM.	11ª Prova	4x200m	LIV	MASC.
6ª Prova	400m	LIV	MASC.	12ª Prova	400m	LIV	FEM.