

ENCONTRO DE TÉCNICAS SIMULTÂNEAS (CADETES C/D)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATACÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscinas do Clube Fluvial Portuense
3. DATA: 15 de março de 2020
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 15 MAR 20
Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

✓ Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	Cadetes (C - 2011/D - 2012)
MASCULINOS	Cadetes (C - 2010/D - 2011/12)

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **2 provas (individuais e/ou estafetas)**.
- ✓ Os nadadores do grupo etário mais velho (femininos 2011 e masculinos 2010) poderão ser inscritos nas provas de 25 metros, não podendo no entanto ser inscritos na mesma técnica nas provas de 50 metros.
- ✓ Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de estafetas, as quais obrigatoriamente deverão ser mistas e designadas por 1, 2, 3 etc..

8. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro Ixf, até às 19h00 do dia 2 de março de 2020.

9. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 15 MAR 20				
1ª Prova	25	MAR	FEM	2011/12
2ª Prova	25	MAR	MASC	2010/11/12
3ª Prova	50	MAR	FEM	2011
4ª Prova	50	MAR	MASC	2010
5ª Prova	25	BRU	FEM	2011/12
6ª Prova	25	BRU	MASC	2010/11/12
7ª Prova	50	BRU	FEM	2011
8ª Prova	50	BRU	MASC	2010
INTERVALO				
9ª Prova	4x25	MAR	MISTO	JUNTOS
10ª Prova	4x25	BRU	MISTO	JUNTOS
11ª Prova	4x50	MAR	MISTO	JUNTOS
12ª Prova	4x50	BRU	MISTO	JUNTOS