

ENCONTRO TÉCNICAS ALTERNADAS (CADETES C/D)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscinas Municipais de Paços de Ferreira
3. DATA: 05 de Dezembro 2021
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 05 DEZ 21	
Abertura da piscina:	08h15
Início do aquecimento:	08h30
Fim do aquecimento:	09h30
Início da competição:	09h45

5. PARTICIPAÇÃO:

✓ Destina-se às seguintes categorias:

FEMININOS	Cadetes (C – 2013/D - 2014)
MASCULINOS	Cadetes (C – 2012/D – 2013/14)

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **2 provas (individuais e/ou estafetas)**.
 - ✓ Os nadadores do grupo etário mais velho (femininos 2013 e masculinos 2012) 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..
6. INSCRIÇÕES:
 - ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 22 de Novembro de 2021.

7. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 05 DEZ 21				
1ª Prova	25	COS	FEM	2013/14
2ª Prova	25	COS	MASC	2012/13/14
3ª Prova	50	COS	FEM	2013
4ª Prova	50	COS	MASC	2012
5ª Prova	25	LIV	FEM	2013/14
6ª Prova	25	LIV	MASC	2012/13/14
7ª Prova	50	LIV	FEM	2013
8ª Prova	50	LIV	MASC	2012
INTERVALO				
9ª Prova	4x25	LIV	MISTO	JUNTOS
10ª Prova	4x25	COS	MISTO	JUNTOS
11ª Prova	4x50	LIV	MISTO	JUNTOS
12ª Prova	4x50	COS	MISTO	JUNTOS