

## TORREGRI 2 (CADETES A/B)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscinas Municipais de Paços de Ferreira
3. DATA: 2 e 3 de Abril de 2022
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 2 ABR 22
Abertura da piscina: 13h45
Início do aquecimento: 14h00
Fim do aquecimento: 14h50
Início da competição: 15h00

2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 3 ABR 22	2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 3 ABR 22
Abertura da piscina: 07h45	Abertura da piscina: 14h45
Início do aquecimento: 08h00	Início do aquecimento: 15h00
Fim do aquecimento: 08h50	Fim do aquecimento: 15h50
Início da competição: 09h00	Início da competição: 16h00

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	CADETES (A - 2011/B - 2012)
MASCULINOS	CADETES (A - 2010/B - 2011)
CADETES A - Femininos (2011)	Poderão ser inscritos em 4 provas individuais mais as estafetas.
CADETES A - Masculinos (2010)	
CADETES B - Femininos (2012)	Poderão ser inscritos em 3 provas individuais mais as estafetas.
CADETES B - Masculinos (2011)	

- ✓ Cada nadador apenas poderá participar em **2 provas individuais por sessão mais as provas de estafetas**.
- ✓ Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de estafetas por grupo etário e género, as quais obrigatoriamente devem ser designadas por 1, 2, 3 etc.
- ✓ Os clubes que não tenham nadadores em número suficiente para formar equipas do mesmo grupo etário e género poderão, com classificação extracompetição, constituir equipas de estafetas respeitando a seguinte constituição:
- ✓ Equipa mista constituída por elementos do mesmo género (Cadetes A e B)
- ✓ Equipa mista constituída por elementos de ambas as categorias (2 de cada género).

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 21 de Março de 2022.

7. PROGRAMA:

<b>1ª JORNADA – 2 ABR 22</b>				
<b>1ª Prova</b>	400	LIV	FEM.	2011
<b>2ª Prova</b>	400	LIV	MASC.	2010
<b>3ª Prova</b>	200	LIV	FEM.	2012
<b>4ª Prova</b>	200	LIV	MASC.	2011
<b>INTERVALO</b>				
<b>5ª Prova</b>	100	MAR	FEM.	2011
<b>6ª Prova</b>	100	MAR	MASC.	2010
<b>7ª Prova</b>	50	MAR	FEM.	2012
<b>8ª Prova</b>	50	MAR	MASC.	2011

<b>2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 3 ABR 22</b>					<b>2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 3 ABR 22</b>				
<b>9ª Prova</b>	100	COS	FEM.	2011	<b>21ª Prova</b>	100	LIV	FEM.	2011
<b>10ª Prova</b>	100	COS	MASC.	2010	<b>22ª Prova</b>	100	LIV	MASC.	2010
<b>11ª Prova</b>	50	COS	FEM.	2012	<b>23ª Prova</b>	50	LIV	FEM.	2012
<b>12ª Prova</b>	50	COS	MASC.	2011	<b>24ª Prova</b>	50	LIV	MASC.	2011
<b>13ª Prova</b>	100	BRU	FEM.	2011	<b>25ª Prova</b>	200	EST	FEM.	2011
<b>14ª Prova</b>	100	BRU	MASC.	2010	<b>26ª Prova</b>	200	EST	MASC.	2010
<b>15ª Prova</b>	50	BRU	FEM.	2012	<b>27ª Prova</b>	100	EST	FEM.	2012
<b>16ª Prova</b>	50	BRU	MASC.	2011	<b>28ª Prova</b>	100	EST	MASC.	2011
<b>INTERVALO</b>					<b>INTERVALO</b>				
<b>17ª Prova</b>	4X100	LIV	FEM.	2011	<b>29ª Prova</b>	4x100	EST*2	FEM.	2011
<b>18ª Prova</b>	4X100	LIV	MASC.	2010	<b>30ª Prova</b>	4x100	EST*2	MASC.	2010
<b>19ª Prova</b>	4X50	LIV	FEM.	2012	<b>31ª Prova</b>	4x50	EST*1	FEM.	2012
<b>20ª Prova</b>	4X50	LIV	MASC.	2011	<b>32ª Prova</b>	4x50	EST*1	MASC.	2011

EST\*1: 1º e 2º elementos nadam 25 Mariposa + 25 Costas, 3º e 4º elementos nadam 25 Braços + 25 Crol;  
EST\*2: Cada elemento da estafeta nada 100 Estilos.