

PROVAS DE PREPARAÇÃO DE CADETES (CADETES A/B)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscinas Municipais de Folgosa (Maia)
3. DATA: 22 e 23 de outubro de 2022
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 22 OUT 22

Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 15h30

2ª JORNADA – 23 OUT 22

Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

- ✓ Destina-se aos seguintes escalões etários:

| | |
|------------|-------------------------------------|
| FEMININOS | CADETES A (2012) e CADETES B (2013) |
| MASCULINOS | CADETES A (2011) e CADETES B (2012) |

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **4 provas individuais (máximo de 2 provas por sessão)** ao longo das 2 jornadas, com a premissa de não serem inscritos na mesma técnica nas provas de 50 e 100 metros, nem poderem nadar as duas provas de estilos (cadetes A).
- ✓ Os nadadores serão agrupados por séries, independentemente do escalão a que pertençam, de acordo com os tempos de inscrição.

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 14 de outubro de 2022.

7. CLASSIFICAÇÕES:

- ✓ Haverá classificação separada por prova, escalão etário (Cadetes A e B) e género.

8. PROGRAMA:

| 1ª JORNADA – 22 OUT 22 | | | | |
|-------------------------------|-----|-----|-------|---------|
| 1ª Prova | 100 | EST | FEM. | 2012-13 |
| 2ª Prova | 50 | MAR | MASC. | 2011-12 |
| 3ª Prova | 50 | COS | FEM. | 2012-13 |
| 4ª Prova | 100 | MAR | MASC. | 2011-12 |
| 5ª Prova | 100 | COS | FEM. | 2012-13 |
| 6ª Prova | 50 | BRU | MASC. | 2011-12 |
| 7ª Prova | 50 | LIV | FEM. | 2012-13 |
| 8ª Prova | 100 | BRU | MASC. | 2011-12 |
| 9ª Prova | 100 | LIV | FEM. | 2012-13 |
| 10ª Prova | 200 | LIV | MASC. | 2011 |
| 11ª Prova | 200 | EST | FEM. | 2012 |

| 2ª JORNADA – 23 OUT 22 | | | | |
|-------------------------------|-----|-----|-------|---------|
| 12ª Prova | 100 | EST | MASC. | 2011-12 |
| 13ª Prova | 50 | MAR | FEM. | 2012-13 |
| 14ª Prova | 50 | COS | MASC. | 2011-12 |
| 15ª Prova | 100 | MAR | FEM. | 2012-13 |
| 16ª Prova | 100 | COS | MASC. | 2011-12 |
| 17ª Prova | 50 | BRU | FEM. | 2012-13 |
| 18ª Prova | 50 | LIV | MASC. | 2011-12 |
| 19ª Prova | 100 | BRU | FEM. | 2012-13 |
| 20ª Prova | 100 | LIV | MASC. | 2011-12 |
| 21ª Prova | 200 | LIV | FEM. | 2012 |
| 22ª Prova | 200 | EST | MASC. | 2011 |