

## 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:

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

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