



ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL

ENCONTRO TÉCNICAS COMBINADAS - CADETES B

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Paços de Ferreira
3. DATA: 26 JUNHO 2010
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 26 JUN 10
Abertura da piscina: 14h00
Início do aquecimento: 14h20
Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

- ✓ Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	CADETES B (2001/02)
MASCULINOS	CADETES B (2000/01/02)

- ✓ Cada nadador apenas pode ser inscrito em duas provas individuais mais uma estafeta.
- ✓ Cada clube pode inscrever um número ilimitado de equipas de estafetas, as quais obrigatoriamente devem ser mistas e designadas por A, B, C, etc..
- ✓ Os nadadores e as estafetas são agrupados ***por tempos de inscrição cedidos obrigatoriamente pelos treinadores. Caso não o façam as inscrições não serão aceites.***

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respectivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 11 de Junho de 2010.
- ✓ A taxa de inscrição por nadador/prova individual é de 1.50€. Nas provas de estafetas é de 2€.



ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL

7. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 26 JUN 10				
1ª Prova	100m	EST	FEM	2001
2ª Prova	100m	EST	MASC	2000
3ª Prova	25 m	MAR	FEM	2002
4ª Prova	25 m	MAR	MASC	2001/02
5ª Prova	50 m	MAR	FEM	2001
6ª Prova	50 m	MAR	MASC	2000
7ª Prova	50m	COST	FEM	2002
8ª Prova	50m	COST	MASC	2001/02
9ª Prova	50m	COST	FEM	2001
10ª Prova	50m	COST	MASC	2000
11ª Prova	50m	LIV	FEM	2002
12ª Prova	50m	LIV	MASC	2001/02
13ª Prova	100m	LIV	FEM	2001
14ª Prova	100m	LIV	MASC	2000
15ª Prova	50m	BRUÇ	FEM	2002
16ª Prova	50m	BRUÇ	MASC	2001/02
17ª Prova	50m	BRUÇ	FEM	2001
18ª Prova	50m	BRUÇ	MASC	2000
INTERVALO: 10MINUTOS				
19ª Prova	4x50 m	EST	MISTO	JUNTOS