

TORREGRI 3 – CADETES A/B

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Clube Fluvial Portuense
3. DATA: 14-15 JULHO 2012
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – (1ª SESSÃO) 14JUL12	1ª JORNADA – (2ª Sessão) 14JUL12
Abertura da piscina: 07h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 08h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 08h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 09h00	Início da competição: 15h30

2ª JORNADA – 15JUL12
Abertura da piscina: 08h15
Início do aquecimento: 08h30
Fim do aquecimento: 09h20
Início da competição: 09h30

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	CADETES (A-2001/B-2002)
MASCULINOS	CADETES (A-2000/B-2001)
CADETES A - Fem. - 2001/ Masc. - 2000	Poderão ser inscritos em 4 provas individuais mais as estafetas.
CADETES B - Fem. - 2002/ Masc. - 2001	Poderão ser inscritos em 3 provas individuais mais as estafetas.

- ✓ Cada nadador só pode ser inscrito em duas provas individuais por sessão.

TEMPOS LIMITE DE PARTICIPAÇÃO

Os tempos limite de participação são os seguintes:

PROVA	FEMININOS		MASCULINOS	
	2001	2002	2000	2001
200L	-----	3.25.00	-----	3.10.00
400L	6.40.00	-----	6.10.00	-----
200E	3.35.00	4.00.00	3.15.00	3.45.00

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respectivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 02 de Julho de 2012.
- ✓ A taxa de inscrição por nadador/prova individual é de 2,00€. Nas provas de estafetas é de 2,50€.

7. PROGRAMA:

1ª JORNADA (1ª sessão) – 14JUL12				
1ª Prova	4000m	LIV	FEM.	2001
2ª Prova	200m	EST	MASC.	2000
3ª Prova	200m	LIV	FEM.	2002
4ª Prova	200m	LIV	MASC.	2001
INTERVALO: 10MINUTOS				
5ª Prova	4x100m	EST	FEM.	2001
6ª Prova	4x100m	EST	MASC.	2000
7ª Prova	4x100m	EST	FEM.	2002
8ª Prova	4x100m	EST	MASC	2001

1ª JORNADA (2ª sessão) – 14JUL12				
9ª Prova	100 m	MAR	FEM.	2001
10ª Prova	100 m	MAR	MASC	2000
11ª Prova	200m	EST	FEM.	2002
12ª Prova	200m	EST	MASC	2001
13ª Prova	100m	COST	FEM.	2001
14ª Prova	100m	COST	MAS.	2000
15ª Prova	100 m	COST	FEM.	2001
16ª Prova	100 m	COST	MASC	2001
17ª Prova	100 m	LIV	FEM.	2001
18ª Prova	100 m	LIV	MASC	2000
INTERVALO: 10MINUTOS				
19ª Prova	4X100 m	LIV	FEM.	2002
20ª Prova	4X100 m	LIV	MASC	2001
21ª Prova	4X100 m	LIV	FEM.	2001
22ª Prova	4X100 m	LIV	MASC	2000

1ª JORNADA – 15JUL12				
23ª Prova	200m	EST	FEM.	2001
24ª Prova	400m	LIV	MASC.	2000
25ª Prova	100m	BRU	FEM.	2002
26ª Prova	100m	BRU	MASC	2001
INTERVALO: 10MINUTOS				
27ª Prova	100m	BRU	FEM.	2001
28ª Prova	100m	BRU	MASC.	2000
29ª Prova	100m	MAR	FEM.	2002
30ª Prova	100m	MAR	MASC	2001

8. PRÉMIOS

- ✓ Serão distribuídas medalhas de presença a todos os nadadores.

9. PENALIZAÇÕES

- ✓ Os nadadores que não cumprirem os TLP fixados para esta prova serão sujeitos a uma penalização de 4€ por prova.