

## ENCONTRO TÉCNICAS COMBINADAS - CADETES B

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina do Clube Fluvial Portuense
3. DATA: 16 JUNHO 2012
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 16JUN12
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 (2003/04)
MASCULINOS	CADETES B (2002/03/04)

- ✓ 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 04 de Junho de 2012.
- ✓ A taxa de inscrição por nadador/prova individual é de 2.00€. Nas provas de estafetas é de 2,50€.

7. PROGRAMA:

<b>1ª JORNADA – 16JUN12</b>				
<b>1ª Prova</b>	100m	EST	FEM	2003
<b>2ª Prova</b>	100m	EST	MASC	2002
<b>3ª Prova</b>	25 m	MAR	FEM	2004
<b>4ª Prova</b>	25 m	MAR	MASC	2003/04
<b>5ª Prova</b>	50 m	MAR	FEM	2003
<b>6ª Prova</b>	50 m	MAR	MASC	2002
<b>7ª Prova</b>	50m	COST	FEM	2004
<b>8ª Prova</b>	50m	COST	MASC	2003/04
<b>9ª Prova</b>	50m	COST	FEM	2003
<b>10ª Prova</b>	50m	COST	MASC	2002
<b>11ª Prova</b>	50m	LIV	FEM	2004
<b>12ª Prova</b>	50m	LIV	MASC	2003/04
<b>13ª Prova</b>	100m	LIV	FEM	2003
<b>14ª Prova</b>	100m	LIV	MASC	2002
<b>15ª Prova</b>	50m	BRUÇ	FEM	2004
<b>16ª Prova</b>	50m	BRUÇ	MASC	2003/04
<b>17ª Prova</b>	50m	BRUÇ	FEM	2003
<b>18ª Prova</b>	50m	BRUÇ	MASC	2002
<b>INTERVALO: 10MINUTOS</b>				
<b>19ª Prova</b>	4x50 m	EST	MISTO	JUNTOS