

ENCONTRO DE TÉCNICAS SIMULTÂNEAS (CADETES B/C)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAC  O DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Penafiel
3. DATA: 17 de Março de 2018
4. HORÁRIO:

1  JORNADA – 17 MAR 18

Abertura da piscina: 14h15

In cio do aquecimento: 14h30

Fim do aquecimento: 15h20

In cio da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

✓ Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS Cadetes (B - 2009/C - 2010)

MASCULINOS Cadetes (B - 2008/C - 2009)

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **2 provas (individuais e/ou estafetas)**.
- ✓ Os nadadores do grupo etário mais velho (femininos 2009 e masculinos 2008) poderão ser inscritos nas provas de 25 metros, não podendo no entanto ser inscritos na mesma técnica aos 50 metros.
- ✓ Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de estafetas, as quais obrigatoriamente deverão ser mistas e designadas por 1, 2, 3 etc..

8. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 05 de Março de 2018.
- ✓ A taxa de inscrição por nadador/prova individual é de 2.50 . Nas provas de estafetas   de 3.00 .

9. PROGRAMA:

1� JORNADA – 17 MAR 18				
1� Prova	25	MAR	FEM	2009/10
2� Prova	25	MAR	MASC	2008/09
3� Prova	50	MAR	FEM	2009
4� Prova	50	MAR	MASC	2008
5� Prova	25	BRU	FEM	2009/10
6� Prova	25	BRU	MASC	2008/09
7� Prova	50	BRU	FEM	2009
8� Prova	50	BRU	MASC	2008
INTERVALO				
9� Prova	4x25	MAR	MISTO	JUNTOS
10� Prova	4x25	BRU	MISTO	JUNTOS
11� Prova	4x50	MAR	MISTO	JUNTOS
12� Prova	4x50	BRU	MISTO	JUNTOS