

DISTRIBUIÇÃO DAS PISTAS PARA AQUECIMENTO

FUNCHAL, 31 DE OUTUBRO DE 2020

FASE DE QUALIFICAÇÃO (ANMAD) – 3.ª DIVISÃO

– FEMININOS

C
U
B
A

PISTAS	NADADORES		PISTAS
9	Clube Desportivo São Roque (4x)	CAIS MOVIVEL	Clube Desportivo São Roque (3x)
8	Juventude Atlântico Clube (4x)		Juventude Atlântico Clube (4x)
7	Juventude Atlântico Clube (4x)		Juventude Atlântico Clube (3x)
6	Clube Naval do Funchal (4x)		Clube Naval do Funchal (4x)
5	Clube Naval do Funchal (4x)		Clube Naval do Funchal (3x)
4	Clube Naval do Funchal (4x)		Clube Naval do Funchal (3x)
3	Seleção de PORTUGAL (4x)		Clube Naval do Funchal (3x)
2	Clube Desportivo Nacional (4x)		Clube Desportivo Nacional (3x)
1	Clube Desportivo Nacional (4x)		Clube Desportivo Nacional (4x)
0	Clube Desportivo Nacional (4x)		Clube Desportivo Nacional (4x)

OBSERVAÇÕES:

- 1) O período de aquecimento é **01h15**. A porta do complexo abre por volta das **07h30** com o período de aquecimento a dar início a essa hora. Termina às **08h45**;
- 2) Atenção que **haverá três períodos de aquecimento** ao longo da sessão. Não é obrigatório nem necessário todos aquecerem no primeiro aquecimento da sessão;
- 3) Sistema de **ROTAÇÃO NORMAL** (vai e volta na mesma pista), com **4** nadadores por pista (**distanciamento social obrigatório**). Máximo de **5** nadadores por pista;
- 4) A organização não aconselha mas podem trocar os nadadores de pista, deste que não comprometam o “plano de contingência” nem os espaços dos outros clubes;
- 5) Durante o período de aquecimento podem cruzar os grupos (**indicados a cor**), abrindo a possibilidade de todos trabalharem com os festões e com os blocos de partida.

		AQUECIMENTO	REUNIÃO DE DELEGADOS	COMPETIÇÃO
SÁBADO DE MANHÃ	SESSÃO ÚNICA	07:30 – 08:45	08:30	09:00 – 11:43

OUTRAS INFORMAÇÕES:

- **180** NADADORES / **6** CLUBES
- **74** NADADORES FEMININOS

| **SESSÃO ÚNICA: 2h43** |

| **CNF: 25** nadadores | **CDN: 23** | **JACL: 15** | **CDSR: 7** | **PORTUGAL: 4** nadadores

