

DISTRIBUIÇÃO DAS PISTAS PARA AQUECIMENTO

FUNCHAL, 17 E 18 (FESTIVAL) DE JULHO DE 2021



X TORNEIO CIDADE DO FUNCHAL

PISCINAS "PAULO CAMACHO, NAZARÉ

	PISTAS	PONTE	PISTAS			
Clube Desportivo São Roque (7x)	1		8	CD São Roque (10x)	AD Camacha (2x)	Klubi Tallinn (1x)
Juventude Atlântico Clube (9x)	2		7	Juventude Atlântico Clube (15x)		
Clube Naval do Funchal (9x)	3		6	Clube Naval do Funchal (15x)		
Clube Naval do Funchal (9x)	4		5	Clube Naval do Funchal (15x)		
Clube Desportivo Nacional (8x)	5		4	Clube Naval do Funchal (15x)		
Clube Desportivo Nacional (7x)	6		3	Clube Desportivo Nacional (15x)		
			2	Clube Desportivo Nacional (15x)		
		1	CEO Liceu (7x)	CS Marítimo (12x)		

OBSERVAÇÕES:

- 1) Vamos alongar o período de aquecimento para **1h15**. Durante esse tempo as **EQUIPAS DEVEM FAZER DOIS PERÍODOS DE AQUECIMENTOS DISTINTOS**;
- 2) Sistema de **ROTAÇÃO NORMAL** (vai e volta na mesma pista), com uma média de dez nadadores por pista, sensivelmente;
- 3) A organização não aconselha mas podem trocar os nadadores de pista, desde que não comprometam o "plano de contingência" nem os espaços dos outros clubes;
- 4) Durante o período de aquecimento podem cruzar os grupos (**indicados a cor**), abrindo a possibilidade de todos trabalharem com os blocos de partida;
- 5) A piscina de 20 metros estará disponível para aquecimento e recuperação. Sendo uma zona de menor controle por parte dos treinadores pedimos alguma atenção.

		AQUECIMENTO	REUNIÃO DE DELEGADOS	COMPETIÇÃO
SÁBADO DE MANHÃ	1.ª SESSÃO	7:30 – 8:45	8:30	9:00 – 10:38
SÁBADO DE TARDE	2.ª SESSÃO	17:45 – 15:45	15:30 (se necessário)	16:00 – 17:33 (+30 min.)

NOTA: A organização poderá, a pedido dos treinadores ou da equipa de arbitragem, definir um ou dois intervalos de 10 minutos (*a confirmar*) a meio de ambas as sessões.

OUTRAS INFORMAÇÕES:

- **166** NADADORES / **8** CLUBES

- **144** NADADORES NA 1.ª SESSÃO

- **164** NADADORES NA 2.ª SESSÃO

| DURAÇÃO: **1h38**

| DURAÇÃO: **1h33**

| ENTREGA DE PRÉMIOS NO POLIDESPORTIVO: **+30 minutos** (2h03)



ANM
ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO
DA MADEIRA