

DISTRIBUIÇÃO DAS PISTAS PARA AQUECIMENTO

FUNCHAL, 23 OUTUBRO DE 2021

CAMP. DE ABERTURA “**ROGÉRIO RODRIGUES**”: 2.ª SESSÃO “A”

COMPLEXO DE PISCINAS OLIMPICAS DO FUNCHAL (P25M)

C
U
B
A

PISTAS	NADADORES		PISTAS
9	Associação Desportiva de Machico (11x)		9
8	Clube Desportivo São Roque (9x)		8
7	Juventude Atlântico Clube (7x)		7
6	Juventude Atlântico Clube (7x)		6
5	Clube Naval do Funchal (10x)		5
4	Clube Naval do Funchal (10x)		4
3	Clube Desportivo Nacional (8x)		3
2	Clube Desportivo Nacional (7x)		2
1	AD Galomar (5x)	Clube Sport Marítimo (3x + 3x)	1
0	CE O Liceu (5x)		0

CAIS MOVIVEL

AQUECIMENTO LIVRE

OBSERVAÇÕES:

- 1) O período de aquecimento é de **30 minutos**;
- 2) O número máximo de nadadores por pista são **doze** (12). Aquecimento livre, sem pistas definidas por clube, no lado poente da piscina de 50 metros;
- 3) 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	1.ª SESSÃO “A”	07:45 – 08:15	08:00	08:30 – 10:01
SÁBADO DE MANHÃ	1.ª SESSÃO “B”	10:30 – 11:00	10:45 (se necessário)	11:15 – 12:24
SÁBADO DE TARDE	2.ª SESSÃO “A”	14:45 – 15:15	15:00 (se necessário)	15:30 – 17:02
SÁBADO DE TARDE	2.ª SESSÃO “B”	17:30 – 18:00	17:45 (se necessário)	18:15 – 19:35

OUTRAS INFORMAÇÕES:

SESSÃO “A”: **92** NADADORES / **8** CLUBES

| 1.ª SESSÃO “A”: **1h31** |

| 2.ª SESSÃO “A”: **1h32** |

SESSÃO “B”: **78** NADADORES / **5** CLUBES

| 1.ª SESSÃO “B”: **1h09** |

| 2.ª SESSÃO “B”: **1h20** |

TOTAL: **170** NADADORES

