

Horário da Sessão Nº. 1 - Jornada Única / 1.ª Sessão "A"

23/10/2021 - 8:30

Aquecimento: 7:45 até 8:15

Reunião de Delegados: 8:00

Reunião de Arbitragem: 8:10

Período de aquecimento de 0h30min.

8:30	1.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	11	
8:35	2.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	1 Série	2	
8:37	3.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	12	
8:45	4.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	4	
8:50	5.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	22	
8:56	6.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	3 Séries	17	
9:03	Período Comum de Recuperação						0:10		
9:13	7.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	3 Séries	17	
9:20	8.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	9	
9:25	9.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:14	4 Séries	32	
9:39	10.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:12	3 Séries	20	
9:51	11.	400m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	sem inscrições		-	
9:51	12.	400m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	sem inscrições		-	
9:51	Período Comum de Recuperação						0:10		
10:01	Final da sessão				Duração total	1:31			

Horário da Sessão Nº. 3 - Jornada Única / 2.ª Sessão "A"

23/10/2021 - 15:30

Aquecimento: 14:45 até 15:15

Reunião de Delegados: 15:00

Reunião de Arbitragem: 15:10

Período de aquecimento de 0h30min.

Reunião de delegados apenas se solicitado por algum clube.

15:30	25.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	sem inscrições		-
15:30	26.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	1
15:33	27.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	24
15:39	28.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:11	6 Séries	46
15:50	29.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	5
15:55	30.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	8
16:00	Período Comum de Recuperação						0:10	
16:10	31.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	1 Série	8
16:12	32.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	3 Séries	20
16:19	33.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:09	2 Séries	12
16:28	34.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:12	3 Séries	19
16:40	35.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	2
16:46	36.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	4
16:52	Período Comum de Recuperação						0:10	
17:02	Final da sessão				Duração total	1:32		