

PROVA Nº.4 – TORNEIO DE TECNICAS ALTERNADAS - CADETES

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL

2. LOCAL: Piscinas Municipais Ansião (6 pistas x 25m)

3. DATA: 13 de novembro de 2021

4. HORÁRIO:

JORNADA	
Aquecimento	Início Prova
14h30	15h30

5. PROGRAMA:

JORNADA			
N.º	DISTÂNCIA	ESTILO	GÉNERO
1	25	Livres	Fem
2	25	Livres	Masc
3	50	Livres	Fem
4	50	Livres	Masc
5	100	Livres	Fem
6	100	Livres	Masc
7	50	Pernas Livres	Fem
8	50	Pernas Livres	Masc
9	25	Costas	Fem
10	25	Costas	Masc
11	50	Costas	Fem
12	50	Costas	Masc
13	100	Costas	Fem
14	100	Costas	Masc
15	50	Pernas Costas	Fem
16	50	Pernas Costas	Masc

6. ESCALÃO: Cadetes A, B e C.

7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:

- a) Cada nadador pode participar em três (3) provas individuais, sendo que uma delas terá que ser uma prova de pernas;
- b) As provas 7 e 8 serão realizadas com partida dentro de água;
- c) Podem participar nadadores de Natação Adaptada desde que estejam inscritos no FPNSystem e devidamente classificados, de acordo com a Circular da FPN nº. 39/14.

8. INSCRIÇÕES:

- a) As inscrições deverão ser enviadas para inscricoes@andl.pt , até ao **dia 03 de novembro de 2021**;
- b) Pagamento: Conforme Tabela do ponto 5 das disposições gerais.

9. ORGANIZAÇÃO DAS SERIES: As series serão organizadas pelos tempos de inscrição.

10. CLASSIFICAÇÃO: Por prova, género e categoria.

11. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS: Os nadadores deste escalão não poderão usar fatos de competição.