

PROVA Nº.7 – PROVA DE PREPARAÇÃO - INFANTIS E ABSOLUTOS

1. **ORGANIZAÇÃO:** ANDL
2. **LOCAL:** Piscinas Municipais Óbidos (8 pistas x 25m)
3. **DATA:** 23 de janeiro 2022
4. **HORÁRIO:**

	Aquecimento	Início da prova
Jornada – 1ª sessão	08h30	10h00
Jornada – 2ª sessão	14h30	16h00

5. **PROGRAMA:**

JORNADA - 1ª sessão				JORNADA - 2ª sessão			
N.º	Distância	Estilo	Género	N.º	Distância	Estilo	Género
1	50	Costas	Fem	17	50	Livres	Mas
2	50	Costas	Mas	18	50	Livres	Fem
3	400	Livres	Fem	19	400	Livres	Mas
4	200	Mariposa	Mas	20	100	Mariposa	Fem
5	200	Mariposa	Fem	21	100	Mariposa	Mas
6	100	Costas	Mas	22	200	Costas	Fem
7	100	Costas	Fem	23	200	Costas	Mas
8	200	Bruços	Mas	24	100	Bruços	Fem
9	200	Bruços	Fem	25	100	Bruços	Mas
10	100	Livres	Mas	26	200	Livres	Fem
11	100	Livres	Fem	27	200	Livres	Mas
12	50	Mariposa	Mas	28	50	Bruços	Fem
13	50	Mariposa	Fem	29	50	Bruços	Mas
14	200	Estilos	Mas	30	200	Estilos	Fem
15	400	Estilos	Fem	31	400	Estilos	Mas
16	1500	Livres	Mas	32	800	Livres	Fem

6. **CATEGORIAS:** Infantis, Juvenis, Juniores e Séniores.

7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:

- a) Cada nadador poderá participar em duas (2) provas por sessão;
- b) 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 **13 de janeiro de 2022;**
- b) Pagamento: Conforme Tabela do ponto 5 das disposições gerais.

9. ORGANIZAÇÃO DAS SERIES: As series serão organizadas pelos tempos de inscrição em piscina de 25 ou 50 e ordenados pela conversão dos pontos FINA.

10. CLASSIFICAÇÃO: Por prova, género e categoria (por escalão).

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