

PROVA Nº.8 – TORNEIO DE TÉCNICAS SIMULTÂNEAS- CADETES

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL

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

3. DATA: 12 de janeiro de 2022

4. HORÁRIO:

JORNADA	
Aquecimento	Início Prova
15h00	16h00

5. PROGRAMA:

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

6. CATEGORIAS/ 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 nº 7, 8, 15 e 16 serão realizadas com a 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 **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.

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

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