

PROVA Nº.2 – TORNEIO DE ABERTURA CADETES

1. **ORGANIZAÇÃO:** ANDL
2. **LOCAL:** Piscinas Municipais de Ansião (6 pistas x 25m)
3. **DATA:** 28 de outubro de 2023
4. **HORÁRIO:**

	Aquecimento	Início da prova
Jornada com sessão Única	14h00	15h00

5. PROGRAMA:

Jornada com Sessão Única			
1	4x25	Livres	Misto
2	4x50	Livres	Misto
Intervalo 5 minutos			
3	25	Livres	Fem
4	25	Livres	Masc
5	50	Livres	Fem
6	50	Livres	Masc
7	25	Bruços	Fem.
8	25	Bruços	Masc.
Intervalo 5 minutos			
9	25	Costas	Fem
10	25	Costas	Masc
11	50	Costas	Fem
12	50	Costas	Masc
13	25	Mariposa	Fem.
14	25	Mariposa	Masc.
15	4x25	Estilos	Misto
16	4x50	Estilos	Misto

6. CATEGORIAS: Cadetes

7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:

- a) Cada nadador pode participar em 3 (três) provas no total;
- b) Não há limite de inscrições de equipas nas provas de estafetas;
- c) As estafetas mistas têm de que ser compostas por dois elementos de cada género (As estafetas que não cumpram esta alínea, participam na condição de extracompetição);
- d) 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 **23 de outubro de 2023, até às 12h**;
- b) Pagamento: Conforme Tabela do ponto 3 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 atletas desta categoria/escalão não poderão usar fatos de competição.

12. CRONOMETRAGEM: Manual