
PROVA Nº13 – 2º TORREGRI - CADETES

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscinas Municipais de Peniche (6 pistas x 25m)
3. DATA: 23 março de 2024
4. HORÁRIO:

Aquecimento	Início da prova
14h00	15h00

5. PROGRAMA:

Jornada com Sessão Única				
	Distância	Estilo	Categoria	Género
1 e 2	200	Livres	CAD A	Fem/ Masc
3 e 4	100	Livres	Todos	Fem/ Masc
5 e 6	50	Mariposa	Todos	Fem/ Masc
7 e 8	25	Mariposa	Todos	Fem/ Masc
9 e 10	50	Bruços	Todos	Fem/ Masc
11 e 12	25	Bruços	Todos	Fem/ Masc
13	4x25	Livres	Todos	Mistos
14	4x50	Livres	Todos	Mistos
Intervalo 10 minutos				
15 e 16	50	Livres	Todos	Fem/ Masc
17 e 18	100	Estilos	Todos	Fem/ Masc
19 e 20	100	Costas	Todos	Fem/ Masc
21 e 22	50	Costas	Todos	Fem/ Masc
Intervalo 10 minutos				
23	4x25	Estilos	Todos	Mistos
24	4x50	Estilos	Todos	Mistos

6. CATEGORIA/ ESCALÃO: Cadetes A, B e C.

7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:

- a) Cada nadador pode participar no máximo em 2 (duas) provas individuais e 1 (uma) estafetas;
- b) Não existe limite de inscrições de equipas de estafetas por cada clube;
- c) As estafetas mistas têm de que ser compostas por dois elementos de cada género;
- 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 18 de março de 2024, 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, realizados em piscina de 25 metros.

10.CLASSIFICAÇÃO: Por prova, género e Escalão etário (A, B e C);

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

12.CRONOMETRAGEM: Manual