

PROVA N.º 2 - PROVA DE ABERTURA DE CADETES

1. DATA: 24 de outubro de 2026
2. LOCAL: Piscina Municipal na Benedita (8 pistas x 25 metros)
3. ORGANIZAÇÃO: ANDL
4. HORÁRIO:

1ª Jornada - sessão da tarde	
Aquecimento	14h00 às 14h50
Início da prova	15h00

5. CRONOMETRAGEM: Manual

6. CATEGORIAS/ ESCALÃO: Cadetes

7. INSCRIÇÕES/ LIMITAÇÕES:

a) As inscrições devem ser enviadas em ficheiro LXF, até às 14h00 dia 19/10/2026, para o e-mail: inscricoes@andl.pt;

b) Cada atleta poderá participar em 3 (três) provas individuais e 1 (uma) estafeta.

c) As estafetas têm que ser compostas por 2 atletas femininos e 2 atletas masculinos. As estafetas que não cumprirem esta alínea, participam na condição de extra competição

d) Os atletas serão organizados pelos tempos de inscrição.

e) O pagamento das inscrições, será de acordo com a tabela do ponto 3 (três) das disposições gerais do Regulamento de Competições Distritais.

8. CLASSIFICAÇÃO: Por prova, género e Categoria/escalão

9. PROGRAMA:

1ª JORNADA - SESSÃO DA TARDE			
N.º	D/ T	SEXO	CATEG/ ESCALÃO
1 e 2	25 Livres	F/M	Cadetes
3 e 4	50 Costas	F/M	Cadetes
5 e 6	100 Bruços	F/M	Cadetes
7 e 8	25 Mariposa	F/M	Cadetes
9 e 10	50 Livres	F/M	Cadetes
11 e 12	100 Costas	F/M	Cadetes
13 e 14	25 Bruços	F/M	Cadetes
15 e 16	100 Livres	F/ M	Cadetes
17 e 18	50 Mariposa	F/M	Cadetes
19 e 20	25 Costas	F/ M	Cadetes
21 e 22	50 Bruços	F/ M	Cadetes
Intervalo 10 minutos			
23	4 x 50 Livres	Mistos	Cadetes
24	4 x 50 Estilos	Mistos	Cadetes