

### 1º TORREGI - CADETES

**1. LOCAL**

Piscinas Municipais de Abrantes

**2. DATA 26 de outubro de 2024**

**3. HORÁRIO**

Aquecimento: 14H00

Início da prova: 15H30

**4. PARTICIPAÇÃO - Categoria de Cadetes A e B**

Cadetes B só podem participar em 2 (duas) provas individuais e 2 (duas) coletivas;

Os cadetes A poderão nadar (3) três provas individuais e 2 (duas) coletivas.

**5. INSCRIÇÕES** - As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24H00 horas do dia **21/10/2023**

**6. CLASSIFICAÇÕES** - Haverá uma classificação individual por prova.

**7. PROGRAMA DE PROVAS**

Nº PROVA	PROVA	ESCALÃO
1	100 Mariposa	CAD A misto
2	50 - 25 M+25C	CAD B misto
3	100 Costas	CAD A misto
4	50 - 25 C+25 B	CAD B misto
5	4 X 50 Estilos (1) (M.C, M.C, B.Cr, B.Cr)	CAD A
6	4 X 25 Estilos (2) (M,C,B,Cr)	CAD B
7	100 Bruços	CAD A misto
8	50- 25 B+25 C	CAD B misto
9	200 Livres	CAD A misto
10	100 Livres	CAD B misto
11	100 Estilos	CAD A misto
12	4 X 50 Livres	CAD A
13	4 X 25 Livres	CAD B

- (1) 1º e 2º elemento nadam 25 MARIPOSA + 25 COSTAS – 3º e 4º elemento nadam 25 BRUÇOS + 25 CROL  
(2) cada nadador nada 25 metros pela seguinte ordem de nado: MARIPOSA,COSTAS,BRUÇOS, CROL