

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