PISTAS DE AQUECIMENTO: 1.ª SESSÃO

OPEN DE NATAÇÃO DO LICEU - MADEIRA

FUNCHAL, 19 e 20 DE FEVEREIRO DE 2022

COMPLEXO DE PISCINAS OLIMPICAS DO FUNCHAL (P50M)

PISTAS			PISTAS
9	**Clube Desportivo São Roque** (11)	**Associação Desportiva da Camacha** (7)	9
8	**Juventude Atlântico Clube** (20)		8
7	**Clube Natação Colégio Efanor** (21)		7
6	**Clube Naval do Funchal** (19)		6
5	**Clube Naval do Funchal** (20)		5
4	**Clube Naval do Funchal** (20)		4
3	**Clube Desportivo Nacional** (20)	**Associação Desportiva Galomar** (5)	3
2	**Clube Desportivo Nacional** (19)		2
1	**Clube de Natação Torres Novas** (9)	**Viana Natação Clube** (7)	1
0	**Futebol Clube do Porto** (12) + Natação Adaptada	**Clube Escola O Liceu** (6)	0

C U B A

OBSERVAÇÕES:

1) O período de aquecimento é de **1 hora e 30 minutos**. Podem e devem dividir o período de aquecimento em duas sessões, diminuindo o número de nadadores por pista;

2) O número máximo de nadadores por pista são **vinte** (20). A cuba de saltos está disponível para aquecimento e recuperação. A temperatura da cuba é inferior à P50m.

		AQUECIMENTO	REUNIÃO DE DELEGADOS	COMPETIÇÃO
SÁBADO DE MANHÃ	**1.ª SESSÃO**	**07:30** – **09:00**	**08:45**	**09:15** – **11:27**
SÁBADO DE TARDE	**2.ª** SESSÃO	**15:00** – **16:15**	**16:00** (se necessário)	**16:30** – **18:48**
DOMINGO DE MANHÃ	**3.ª** SESSÃO	**07:30** – **09:00**	**08:45**	**09:15** – **11:35**

OUTRAS INFORMAÇÕES:

1.ª SESSÃO: 196 NADADORES / 11 CLUBES | **1.ª SESSÃO:** 2h12 |

2.ª SESSÃO: 173 NADADORES / 10 CLUBES | **2.ª SESSÃO:** 2h18 + **Entrega de Prémios** |

3.ª SESSÃO: 202 NADADORES / 12 CLUBES | **2.ª SESSÃO:** 2h20 (+/-) + **Entrega de Prémios** |

TOTAL: 223 NADADORES

ANM
ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DA MADEIRA

CEOL
CLUBE ESCOLA O LICEU