Horário da Sessão Nº. 1 - Sábado de manhã — 07/11/2026 - 9:15

Aquecimento: 7:45 até 9:00 | Reunião de Delegados: 8:45 | Reunião de Arbitragem: 8:55

PISCINA DE 50 METROS CONVERTIDA (PISCINA DE 25 METROS)

Periodo de aquecimento de 1h15min.

NOTAS:
1. Uma vez que os tempos de inscrição não são oficiais, o tempo previsto não é muito fiavel;
2. Por ser a primeira experiência de muitos nadadores poderá haver pequenos atrasos ao longo da prova;

Esta competição faz a ponte entre os festivais de natação e as competições oficiais.
Será um evento com pressão competitiva muito reduzida:
- Porém, haverá quadro eletrónico (para facilitar os registos de tempos das series);
- Os juizes à prova têm uma abordagem pedagógica em relação aos nadadores (ex. poucas desclassificações);
- Os treinadores têm uma maior liberdade no cais da piscina (ex. podem estar com os nadadores na altura da partida).

LEGENDA:
PC: Pernas Costas
PL: Pernas Livres

HORÁRIO PREVISTO:

9:15	1. 4 x 25m Livres	Todos	Tempo Final	8 +	0:13	3 Séries	29
9:28	Intervalo de 5 minutos				0:05		
9:33	2. 50m (25 PC+25 Costas)	Todos	Tempo Final	8 - 12	0:28	11 Séries	106
10:01	3. 100m (50 PC+50 Costas)	Todos	Tempo Final	8 - 12	0:20	5 Séries	47
10:21	4. 50m (25 PL+25 Livres)	Todos	Tempo Final	8 - 12	0:23	10 Séries	98
10:44	5. 100m (50 PL+50 Livres)	Todos	Tempo Final	8 - 12	0:18	6 Séries	55
11:02	Intervalo de 5 minutos				0:05		
11:07	6. 4 x 25m Costas	Todos	Tempo Final	8 +	0:13	3 Séries	28
11:20	Diplomas de Participação				0:15		
11:35	Final da sessão			Duração total	2:20		