

Torneio de Abertura - Cadetes e Infantis
Lagoa, 14 - 15/11/2020

Horário da Sessão Nº. 1 - 14 de Novembro de 2020

14/11/2020 - 13:30

13:30	Aquecimento						0:35		
14:05	Pausa						0:10		
14:15	1.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +		0:10	2 Séries	28
14:25	2.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Inf.		0:05	1 Série	16
14:30	3.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	10 - 12		0:05	2 Séries	19
14:35	4.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	9 - 11		0:10	3 Séries	21
14:45	5.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	13 +			2 Séries	24
14:45	6.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Inf.		0:05	3 Séries	20
14:50	7.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	10 - 12	sem atribuição de pistas			12
14:50	8.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	9 - 11	sem atribuição de pistas			4
14:50	Intervalo						0:10		
15:00	9.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	13 +		0:05	1 Série	11
15:05	10.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Inf.			1 Série	6
15:05	11.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	10 - 12		0:05	3 Séries	36
15:10	12.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	9 - 11		0:10	4 Séries	35
15:20	13.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	13 +			2 Séries	21
15:20	14.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	Inf.		0:05	2 Séries	13
15:25	15.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	13 +		0:05	2 Séries	26
15:30	16.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Inf.		0:05	2 Séries	22
15:35	Intervalo de 20 minutos (todos os participantes que tiveram presentes da primeira sessão c0:20m sair das instalações desportivas)								
15:55	Final da sessão					Duração total	2:25		

Horário da Sessão Nº. 2 - 14 de Novembro de 2020

14/11/2020 - 15:55

15:55	Aquecimento						0:35		
16:30	Pausa						0:10		
16:40	33.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +		0:15	3 Séries	28
16:55	34.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Inf.		0:05	2 Séries	16
17:00	35.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	10 - 12		0:05	2 Séries	19
17:05	36.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	9 - 11		0:05	1 Série	21
17:10	37.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	13 +		0:05	3 Séries	24
17:15	38.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Inf.		0:05	2 Séries	20
17:20	39.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	10 - 12			2 Séries	12
17:20	40.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	9 - 11		0:05	1 Série	4
17:25	Intervalo						0:10		
17:35	41.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	13 +			1 Série	11
17:35	42.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Inf.		0:05	1 Série	6
17:40	43.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	10 - 12		0:05	4 Séries	36
17:45	44.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	9 - 11		0:05	2 Séries	35
17:50	45.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	13 +			2 Séries	21
17:50	46.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	Inf.		0:05	1 Série	13
17:55	47.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	13 +		0:05	3 Séries	26
18:00	48.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Inf.		0:05	2 Séries	22
18:05	Final da sessão					Duração total	2:10		

Torneio de Abertura - Cadetes e Infantis
Lagoa, 14 - 15/11/2020

Horário da Sessão Nº. 3 - 15 de Novembro de 2020

15/11/2020 - 8:00

8:00	Aquecimento						0:35		
8:35	Pausa						0:10		
8:45	17.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	13 +	0:10	3 Séries	30	
8:55	18.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Inf.	0:05	2 Séries	20	
9:00	19.	50m Bruços	Masc.	Tempo Final	10 - 12	0:05	3 Séries	36	
9:05	20.	50m Bruços	Femin.	Tempo Final	9 - 11	0:05	5 Séries	39	
9:10	21.	50m Bruços	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	1 Série	10	
9:15	22.	50m Bruços	Femin.	Tempo Final	Inf.		1 Série	9	
9:15	23.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:10	3 Séries	29	
9:25	24.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Inf.	0:05	3 Séries	21	
9:30	Intervalo						0:10		
9:40	25.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	10 - 12	0:05	3 Séries	38	
9:45	26.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	9 - 11	0:10	5 Séries	39	
9:55	27.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +		1 Série	15	
9:55	28.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Inf.		1 Série	10	
9:55	29.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:15	2 Séries	14	
10:10	30.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Inf.	0:10	1 Série	10	
10:20	31.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +		1 Série	10	
10:20	32.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Inf.	0:05	2 Séries	9	
10:25	Intervalo de 20 minutos (todos os participantes que tiveram presentes da primeira sessão c0:20m sair das instalações desportivas)								
10:45	Final da sessão					Duração total	2:45		

Horário da Sessão Nº. 4 - 15 de Novembro de 2020

15/11/2020 - 10:45

10:45	Aquecimento						0:35		
11:20	Pausa						0:10		
11:30	49.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	13 +	0:10	3 Séries	30	
11:40	50.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Inf.	0:05	3 Séries	20	
11:45	51.	50m Bruços	Masc.	Tempo Final	10 - 12	0:10	4 Séries	36	
11:55	52.	50m Bruços	Femin.	Tempo Final	9 - 11	0:05	3 Séries	39	
12:00	53.	50m Bruços	Masc.	Tempo Final	13 +		1 Série	10	
12:00	54.	50m Bruços	Femin.	Tempo Final	Inf.		1 Série	9	
12:00	55.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:10	3 Séries	29	
12:10	56.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Inf.	0:05	2 Séries	21	
12:15	Intervalo						0:10		
12:25	57.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	10 - 12	0:05	4 Séries	38	
12:30	58.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	9 - 11	0:05	3 Séries	39	
12:35	59.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	15	
12:40	60.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Inf.		1 Série	10	
12:40	61.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:15	2 Séries	14	
12:55	62.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Inf.	0:15	2 Séries	10	
13:10	63.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +		1 Série	10	
13:10	64.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Inf.	0:05	1 Série	9	
13:15	Final da sessão					Duração total	2:30		