

Horário da Sessão Nº. 1 - Jornada Única / 1.ª Sessão "A"

26/09/2020 - 8:30

Aquecimento: 7:45 até 8:15

Reunião de Delegados: 8:00

Reunião de Arbitragem: 8:10

Periodo de aquecimento de 0h30min.

8:30	1.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	11	
8:35	2.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	12 +	0:03	1 Série	6	
8:38	3.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	1 Série	2	
8:43	4.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	12 +	0:04	1 Série	4	
8:47	5.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +	0:10	4 Séries	26	
8:57	6.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	12 +	0:08	3 Séries	19	
9:05	Período Comum de Recuperação						0:10		
9:15	7.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	9	
9:20	8.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	12 +	0:03	1 Série	7	
9:23	9.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:15	4 Séries	30	
9:38	10.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	12 +	0:08	2 Séries	16	
9:46	11.	400m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +	sem inscrições		-	
9:46	12.	400m Estilos	Femin.	Tempo Final	12 +	sem inscrições		-	
9:46	Período Comum de Recuperação						0:10		
9:56	Final da sessão				Duração total	1:26			

Horário da Sessão Nº. 2 - Jornada Única / 1.ª Sessão "B"

26/09/2020 - 11:15

Aquecimento: 10:30 até 11:00

Reunião de Delegados: 10:45

Reunião de Arbitragem: 10:55

Periodo de aquecimento de 0h30min.

Reunião de delegados apenas se solicitado por algum clube.

11:15	13.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	13 +	0:06	3 Séries	19
11:21	14.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	12 +	0:04	2 Séries	10
11:25	15.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	13 +	0:04	1 Série	6
11:29	16.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	12 +	0:08	2 Séries	10
11:37	17.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	12
11:42	18.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	2 Séries	10
11:47	Período Comum de Recuperação						0:10	
11:57	19.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	13 +	0:02	1 Série	8
11:59	20.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	12 +	0:03	1 Série	7
12:02	21.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:09	3 Séries	17
12:11	22.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	12 +	0:10	3 Séries	19
12:21	23.	400m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +	0:07	1 Série	5
12:28	24.	400m Estilos	Femin.	Tempo Final	12 +	0:06	1 Série	2
12:34	Período Comum de Recuperação						0:10	
12:44	Final da sessão				Duração total	1:29		

Horário da Sessão Nº. 3 - Jornada Única / 2.ª Sessão "A"

26/09/2020 - 15:30

Aquecimento: 14:45 até 15:15

Reunião de Delegados: 15:00

Reunião de Arbitragem: 15:10

Periodo de aquecimento de 0h30min.

Reunião de delegados apenas se solicitado por algum clube.

15:30	25.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	12 +	0:04	1 Série	2
15:34	26.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	13 +	sem inscrições		-
15:34	27.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	12 +	0:07	3 Séries	17
15:41	28.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:09	4 Séries	26
15:50	29.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	12 +	0:04	1 Série	3
15:54	30.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	1 Série	4
15:59	Período Comum de Recuperação						0:10	
16:09	31.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	12 +	0:06	2 Séries	10
16:15	32.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	12

16:20	33.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	12 +	0:04	1 Série	3
16:24	34.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +	0:08	2 Séries	10
16:32	35.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	12 +	0:08	1 Série	3
16:40	36.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:08	1 Série	5
16:48	Período Comum de Recuperação						0:10	
16:58	Final da sessão				Duração total	1:28		

Horário da Sessão Nº. 4 - Jornada Única / 2.ª Sessão "B"

26/09/2020 - 18:15

Aquecimento: 17:30 até 18:00

Reunião de Delegados: 17:45

Reunião de Arbitragem: 17:55

Período de aquecimento de 0h30min.

Reunião de delegados apenas se solicitado por algum clube.

18:15	37.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	12 +	0:04	1 Série	2
18:19	38.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	13 +	0:03	1 Série	3
18:22	39.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	12 +	0:06	3 Séries	23
18:28	40.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:07	4 Séries	30
18:35	41.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	1 Série	5
18:40	42.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	13 +	0:04	1 Série	8
18:44	Período Comum de Recuperação						0:10	
18:54	43.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	12 +	0:04	2 Séries	9
18:58	44.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	13 +	0:02	1 Série	4
19:00	45.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	12 +	0:04	1 Série	7
19:04	46.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +	0:07	2 Séries	15
19:11	47.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	12 +	0:13	2 Séries	12
19:24	48.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:11	2 Séries	11
19:35	Período Comum de Recuperação						0:10	
19:45	Final da sessão				Duração total	1:30		