# TREINO DE **SEXTA-FEIRA**

# **OPEN DE NATAÇÃO DO LICEU - MADEIRA**

FUNCHAL, 18 DE FEVEREIRO DE 2022

COMPLEXO DE PISCINAS OLIMPICAS DO FUNCHAL (P50M)

<table>
<tr><th rowspan="2">PISTAS</th><th colspan="10">HORÁRIO & EQUIPAS</th><th rowspan="2">PISTAS</th></tr>
<tr><th>16h00</th><th>16h30</th><th>17h00</th><th>17h30</th><th>18h00</th><th>18h30</th><th>19h00</th><th>19h30</th><th>20h00</th><th>20h30</th></tr>
<tr><td>9</td><td colspan="9"><u>15h30</u> Clube Desportivo São Roque (…)</td><td></td><td>9</td></tr>
<tr><td>8</td><td></td><td></td><td></td><td colspan="5">Clube Natação Torres Novas (9)</td><td></td><td></td><td>8</td></tr>
<tr><td>7</td><td></td><td></td><td colspan="6">Viana Natação Clube (7)</td><td></td><td></td><td>7</td></tr>
<tr><td>6</td><td></td><td></td><td colspan="8" rowspan="3">Clube Desportivo Nacional (…)</td><td></td><td>6</td></tr>
<tr><td>5</td><td></td><td></td><td></td><td>5</td></tr>
<tr><td>4</td><td></td><td></td><td></td><td>4</td></tr>
<tr><td>3</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td colspan="5" rowspan="2">Clube Natação Colégio Efanor (23)</td><td></td><td>3</td></tr>
<tr><td>2</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>2</td></tr>
<tr><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td colspan="5" rowspan="2">Futebol Clube do Porto (12)<br>+ Natação Adaptada (Pista 0)</td><td></td><td>1</td></tr>
<tr><td>0</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>0</td></tr>
</table>

**OBSERVAÇÕES:**

**1)** Entrada pelo PISO **3** junto à sede da Associação de Natação da Madeira. Para enquadrar, PISO **1** – Piscina de 50 metros, PISO **2** – Entrada da Receção Principal;

**2)** Obrigatório passar no duche antes de entrar na água. Utilizar o calçado adequado também (<u>chinelos</u>). Não retirar a touca dentro de água. Manter as mesmas rotinas durante a competição, se faz favor;

**3)** Solicito especial atenção às equipas regionais (**CDSR** e **CDN**) que vão manter as suas rotinas normais. Sexta-feira é um dia de escola normal. <u>O Clube Desportivo São Roque irá começar o treino às 15h30</u>;

**4)** A hora de entrada no Complexo será entre a hora de início do treino e quinze (15) minutos antes. PISO **3**, reforço;

**NOTA:** No dia da competição a entrada é pelo PISO **2**. Público pelo PISO **3**. Depois do início da competição apenas a porta do PISO **3** estará aberta para entradas e saídas.

**5)** Os jantares das equipas do continente será logo depois do treino (sexta-feira). O **CNTN** e o **VNC** jantam mais cedo. O **CNCE** e o **FCP** jantam logo depois;

**6)** Um agradecimento às equipas regionais (**JACL** e **CNF**) que dispensaram o seu espaço para as equipas do continente. Um agradecimento também ao **CDSR** e ao **CDN** que facultaram uma pista cada pela mesma razão;

**7)** O Complexo de Piscinas Olímpicas do Funchal (**CPOF**) fecha às **21h15**. Vamos cumprir o horário de funcionamento do complexo impreterivelmente. **Muito obrigado!**