

Horário da Sessão Nº. 1 - 1st Session - GP Cidade do Funchal

31/05/2024 - 19:15

Aquecimento: 17:45 até 19:00

Reunião de Delegados: 18:45

Reunião de Arbitragem: 18:55

Período de aquecimento (warm up time): 1:15min.

SCHEDULE:

19:15	1.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:15	2 Séries	11
19:30	2.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:18	3 Séries	21
19:48	3.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:09	2 Séries	11
19:57	4.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	12
20:05	Intervalo (5 minutos)						0:05	
20:10	5.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	3 Séries	18
20:18	6.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	23
20:24	7.	50m Costas	Todos	Tempo Final	25 +	0:01	1 Série	3
20:25	8.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	2 Séries	10
20:27	9.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	3 Séries	23
20:31	10.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	5 Séries	34
20:41	11.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:13	7 Séries	51
20:54	12.	4 x 100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	6
21:00	13.	4 x 100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	7
21:06	Final da sessão				Duração total	1:51		

Horário da Sessão Nº. 2 - 2nd Session - GP Cidade do Funchal

01/06/2024 - 9:00

Aquecimento: 7:30 até 8:45

Reunião de Delegados: 8:30

Reunião de Arbitragem: 8:40

Período de aquecimento (warm up time): 1:15min.

SCHEDULE:

9:00	14.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:11	3 Séries	20
9:11	15.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:19	5 Séries	36
9:30	16.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	17
9:36	17.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	19
9:42	Intervalo (5 minutos)						0:05	
9:47	18.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:09	2 Séries	12
9:56	19.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	12
10:04	20.	50m Bruços	Todos	Tempo Final	25 +	0:01	1 Série	6
10:05	21.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	5 Séries	37
10:11	22.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:09	8 Séries	61
10:20	23.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	4
10:23	24.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	2 Séries	12
10:30	25.	4 x 100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	1 Série	7
10:37	26.	4 x 100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:11	2 Séries	9
10:48	Final da sessão				Duração total	1:48		

Horário da Sessão Nº. 3 - 3rd Session - GP Cidade do Funchal

01/06/2024 - 16:00

Aquecimento: 14:30 até 15:45

Reunião de Delegados: 15:30

Reunião de Arbitragem: 15:40

Período de aquecimento (warm up time): 1:15min.

SCHEDULE:

16:00	27.	4 x 50m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	2 Séries	10	
16:07	28.	4 x 50m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	2 Séries	13	
16:13	29.	50m Mariposa	Todos	Tempo Final	25 +	0:02	1 Série	6	
16:15	30.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	3 Séries	21	
16:22	31.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:13	4 Séries	31	
16:35	Intervalo (5 minutos)					0:05			
16:40	32.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	17	
16:46	33.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	3 Séries	21	
16:51	34.	50m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	3 Séries	17	
16:55	35.	50m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	3 Séries	22	
16:59	36.	50m Livres	Todos	Tempo Final	25 +	0:01	1 Série	7	
17:00	37.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:11	3 Séries	21	
17:11	38.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:20	6 Séries	44	
17:31	39.	4 x 50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	8	
17:34	40.	4 x 50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	2 Séries	14	
17:40	Cerimónia de Entrega de Prémios / CLUBES						0:20		
18:00	Final da sessão				Duração total	2:00			