

### Horário da Sessão N . 1 - Quinta-feira

16/11/2023 - 19:15

Aquecimento: 17:30 até 19:00

Reunião de Delegados: 18:45

Reunião de Arbitragem: 18:55

SPEAKER:  lia Vieira da Rádio Clube Madeira

Período de aquecimento de 1h30min.

NOTA 1: Não há inscri es nos 1500 metros livres femininos. Serie normal nos 1500 metros masculinos.

CAMPEÃO REGIONAL (MEDALHAS): Prova mais pontuada segundo a tabela FINA em vigor na data da competi o.

#### HORÁRIO PREVISTO:

19:15	1.	1500m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:20	1 Série	7
19:35	2.	1500m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	sem inscri�es		-
19:35	3.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:22	6 Séries	44
19:57	4.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:23	6 Séries	43
20:20	5.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	5 Séries	33
20:25	6.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	4 Séries	27
20:29	7.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:09	4 Séries	27
20:38	8.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	5 Séries	38
20:48	Intervalo de 10 minutos					0:10		
20:58	9.	4 x 100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	1 Série	6
21:05	10.	4 x 100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	1 Série	6
21:12	Final da sessão				Dura�o total	1:57		

### Horário da Sessão N . 2 - Sexta-feira

17/11/2023 - 19:15

Aquecimento: 17:30 até 19:00

Reunião de Delegados: 18:45

Reunião de Arbitragem: 18:55

Período de aquecimento de 1h30min.

#### HORÁRIO PREVISTO:

19:15	11.	4 x 50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	6
19:18	12.	4 x 50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	1 Série	4
19:22	Intervalo de 5 minutos					0:05		
19:27	13.	400m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:13	2 Séries	11
19:40	14.	400m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	1 Série	4
19:48	15.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:14	8 Séries	58
20:02	16.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:13	7 Séries	55
20:15	17.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:03	3 Séries	24
20:18	18.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:01	1 Série	6
20:19	19.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:09	2 Séries	13
20:28	20.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:13	3 Séries	19
20:41	Intervalo de 10 minutos					0:10		
20:51	21.	4 x 50m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	1 Série	6
20:55	22.	4 x 50m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	1 Série	6
20:59	Final da sessão				Dura�o total	1:44		

### Horário da Sessão Nº. 3 - Sábado de manhã

18/11/2023 - 9:15

Aquecimento: 7:30 até 9:00

Reunião de Delegados: 8:45

Reunião de Arbitragem: 8:55

Período de aquecimento de 1h30min.

NOTA 2: Poderá haver junção de series nos 4x200 metros livres. O horário previsto ficará condicionado a essa alteração.  
- A ser definido na reunião de delegados. Prova n.º 35 com a prova n.º 36.

#### HORÁRIO PREVISTO:

9:15	23.	4 x 50m Estilos	Misto	Tempo Final	13 - 14	0:04	1 Série	4
9:19	24.	4 x 100m Estilos	Misto	Tempo Final	14 +	0:06	1 Série	3
9:25		Intervalo de 5 minutos				0:05		
9:30	25.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:33	5 Séries	34
10:03	26.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:20	3 Séries	23
10:23	27.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	2 Séries	13
10:27	28.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	2 Séries	9
10:31	29.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	15
10:39	30.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:13	3 Séries	21
10:52	31.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	2 Séries	11
10:56	32.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	2 Séries	15
10:59	33.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:10	5 Séries	35
11:09	34.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	3 Séries	17
11:16		Intervalo de 10 minutos				0:10		
11:26	35.	4 x 200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:09	1 Série	3
11:35	36.	4 x 200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	1 Série	2
11:45		Final da sessão			Duração total	2:30		

### Horário da Sessão Nº. 4 - Sábado de tarde

18/11/2023 - 16:30

Aquecimento: 15:00 até 16:15

Reunião de Delegados: 16:00

Reunião de Arbitragem: 16:10

Período de aquecimento de 1h15min.

NOTA 3: Poderá haver junção de series nos 800 metros livres. O horário previsto ficará condicionado a essa alteração.  
- A ser definido na reunião de delegados. Prova n.º 41 com a prova n.º 42.

CAMPEÃO REGIONAL (MEDALHAS): Prova mais pontuada segundo a tabela FINA em vigor na data da competição.

#### HORÁRIO PREVISTO:

16:30	37.	4 x 50m Livres	Misto	Tempo Final	13 - 14	0:04	1 Série	4
16:34	38.	4 x 100m Livres	Misto	Tempo Final	14 +	0:04	1 Série	2
16:38		Intervalo de 5 minutos				0:05		
16:43	39.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	2 Séries	13
16:49	40.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	2 Séries	11
16:56	41.	800m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:13	1 Série	6
17:09	42.	800m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:12	1 Série	2
17:21	43.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	3 Séries	24
17:29	44.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:12	4 Séries	32
17:41	45.	50m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:02	2 Séries	11
17:43	46.	50m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	3 Séries	18
17:47	47.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:26	8 Séries	60
18:13	48.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:21	6 Séries	45
18:34		Intervalo de 10 minutos				0:10		
18:44	49.	4 x 100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	7
18:50	50.	4 x 100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	6
18:56		Cerimónia de Entrega de Medalhas				0:15		
19:11		Final da sessão			Duração total	2:41		