

Previsão da Etapa Nº 1 - Sábado, 5 de Agosto de 2023

05/08/2023 - 9:10

Aquecimento: 8:00 até 9:00

9:10	1.	400m Livre	Feminino	Final Direta	12/14	0:14	2 Séries	12
9:24	2.	50m Livre	Masculino	Final Direta	12/14	0:16	8 Séries	58
9:40	3.	50m Livre	Feminino	Final Direta	12/14	0:12	7 Séries	55
9:52	4.	100m Costas	Masculino	Final Direta	12/14	0:08	3 Séries	17
10:00	5.	100m Costas	Feminino	Final Direta	12/14	0:10	3 Séries	22
10:10	Intervalo Soltura/Recuperação (10 Minutos)						0:14	
10:24	6.	50m Borboleta	Masculino	Final Direta	12/14	0:06	3 Séries	23
10:30	7.	50m Borboleta	Feminino	Final Direta	12/14	0:08	4 Séries	26
10:38	8.	200m Medley	Masculino	Final Direta	12/14	0:12	3 Séries	18
10:50	Intervalo Soltura/Recuperação (10 Minutos)						0:14	
11:04	9.	4 x 50m Livre	Misto	Final Direta	12/14	0:06	2 Séries	9
11:10	Fim da Etapa				Duração Total	2:00		

Previsão da Etapa Nº 2 - Sábado, 5 de Agosto de 2023

05/08/2023 - 15:40

Aquecimento: 14:30 até 15:30

15:40	10.	400m Livre	Masculino	Final Direta	12/14	0:14	2 Séries	15
15:54	11.	50m Peito	Feminino	Final Direta	12/14	0:08	4 Séries	29
16:02	12.	50m Peito	Masculino	Final Direta	12/14	0:10	5 Séries	38
16:12	Intervalo Soltura/Recuperação (10 Minutos)						0:14	
16:26	13.	100m Livre	Feminino	Final Direta	12/14	0:16	7 Séries	49
16:42	14.	100m Livre	Masculino	Final Direta	12/14	0:14	5 Séries	39
16:56	15.	200m Medley	Feminino	Final Direta	12/14	0:12	3 Séries	20
17:08	Intervalo Soltura/Recuperação (10 Minutos)						0:16	
17:24	16.	4 x 50m Livre	Masculino	Final Direta	12/14	0:04	1 Série	6
17:28	17.	4 x 50m Livre	Feminino	Final Direta	12/14	0:02	1 Série	5
17:30	Fim da Etapa				Duração Total	1:50		

Previsão da Etapa Nº 3 - Domingo, 6 de Agosto de 2023

06/08/2023 - 9:10

Aquecimento: 8:00 até 9:00

9:10	18.	100m Borboleta	Feminino	Final Direta	12/14	0:06	2 Séries	10
9:16	19.	100m Borboleta	Masculino	Final Direta	12/14	0:08	3 Séries	17
9:24	20.	50m Costas	Feminino	Final Direta	12/14	0:14	6 Séries	48
9:38	21.	50m Costas	Masculino	Final Direta	12/14	0:10	4 Séries	28
9:48	22.	100m Peito	Feminino	Final Direta	12/14	0:12	4 Séries	28
10:00	23.	100m Peito	Masculino	Final Direta	12/14	0:08	3 Séries	22
10:08	Intervalo Soltura/Recuperação (10 Minutos)						0:16	
10:24	24.	4 x 50m Medley	Feminino	Final Direta	12/14	0:04	1 Série	5
10:28	25.	4 x 50m Medley	Masculino	Final Direta	12/14	0:04	1 Série	6
10:32	Fim da Etapa				Duração Total	1:22		

