

NATAÇÃO – PROGRAMA DE PROVAS

13:30 – Aquecimento

14:00 – Início das provas

1º Prova - 25m Nado Borboleta - Fem.

2º Prova - 25m Nado Borboleta- Masc.

3º Prova - 25m Nado Costas - Fem.

4º Prova - 25m Nado Costas - Masc.

5º Prova - 50m Nado Livre - Fem.

6º Prova - 50m Nado Livre - Masc.

7º Prova - Revezamento 4x25m Nado Medley - Fem.

8º Prova - Revezamento 4x25m Nado Medley - Masc.

9º Prova - Revezamento 4x25m Nado Medley - Misto

10º Prova - 25m Nado Livre - Fem.

11º Prova - 25m Nado Livre - Masc.

12º Prova - 25m Nado Peito - Fem.

13º Prova - 25m Nado Peito - Masc.

14º Prova - Revezamento 4x25m Nado Livre - Fem.

15º Prova - Revezamento 4x25m Nado Livre - Masc.

16º Prova - Revezamento 4x25m Nado Livre - Misto