



REGIONAL 1ª REGIÃO – 19 e 20/03/22 INFANTIL À SENIOR

REGULAMENTO TÉCNICO

REVISADO – R1

INFORMAÇÕES BÁSICAS

- **CATEGORIA:** Infantil – Juvenil – Junior – Senior
- **LOCAL:** Santa Mônica Clube de Campo - Colombo - PR
- **DATAS:** 19 e 20/03/22 – sábado (manhã e tarde) e domingo (manhã)
- **PISCINA:** 50 metros
- **INSCRIÇÕES:** até 6 provas/atleta, sendo no máximo 2 provas/etapa
- **DATA LIMITE INSCRIÇÕES:** 15/03/22
- **DATA LIMITE PAGAMENTO:** 16/03/22
- **VALOR INSCRIÇÕES:** individual por queda na água = R\$22,00
- **FORMATO:**
 - Etapas: 3
 - Balizamento: absoluto
 - Resultados: por sub classe
- **PREMIAÇÃO ATLETAS:** por sub classe
- **PROGRAMAÇÃO HORÁRIOS:**

ETAPA	DATA	PERÍODO	HORÁRIO AQUEC	INÍCIO COMPETIÇÃO
1a	19/03/22	SÁBADO MANHÃ	FEM: 08:00h/08:40h MASC: 08:40h/09:20	09:30h
2a	19/03/22	SÁBADO TARDE	FEM: 14:30h/15:10h MASC: 15:10h/15:50	16:00h
3a	20/03/22	DOMINGO MANHÃ	FEM: 08:00h/08:40h MASC: 08:40h/09:20	09:30h



PROGRAMA DE PROVAS

PROVA	1ª ETAPA - SÁBADO MANHÃ
1	400 LIVRE FEMININO
2	400 LIVRE MASCULINO
3	200 PEITO FEMININO
4	200 PEITO MASCULINO
5	100 COSTAS FEMININO
6	100 COSTAS MASCULINO
7	200 BORBOLETA FEMININO
8	200 BORBOLETA MASCULINO
9	50 LIVRE FEMININO
10	50 LIVRE MASCULINO
PROVA	2ª ETAPA - SÁBADO TARDE
11	400 MEDLEY FEMININO
12	400 MEDLEY MASCULINO
13	200 LIVRE FEMININO
14	200 LIVRE MASCULINO
15	50 PEITO FEMININO
16	50 PEITO MASCULINO
17	200 COSTAS FEMININO
18	200 COSTAS MASCULINO
19	100 BORBOLETA FEMININO
20	100 BORBOLETA MASCULINO
21	1500 LIVRE FEMININO
22	1500 LIVRE MASCULINO
PROVA	3ª ETAPA - DOMINGO MANHÃ
23	200 MEDLEY FEMININO
24	200 MEDLEY MASCULINO
25	800 LIVRE FEMININO
26	800 LIVRE MASCULINO
27	50 BORBOLETA FEMININO
28	50 BORBOLETA MASCULINO
29	100 PEITO FEMININO
30	100 PEITO MASCULINO
31	50 COSTAS FEMININO
32	50 COSTAS MASCULINO
33	100 LIVRE FEMININO
34	100 LIVRE MASCULINO