

NATAÇÃO

PROGRAMA HORÁRIO

Dia: 22/06/2019 - A partir das 13h00 o aquecimento

Local: APCEF - DF

14h00	.- 50 mts livre Feminino - Categoria Absoluto
14h10	.- 50 mts livre Masculino - Categoria Absoluto
14h20	.- 50 mts livre Feminino - Categoria Master
14h30	.- 50 mts livre Masculino - Categoria Master
14h40	.- 50 mts costa Feminino - Categoria Absoluto
14h50	.- 50 mts costa Masculino - Categoria Absoluto
15h00	.- 50 mts costa Feminino - Categoria Master
15h10	.- 50 mts costa Masculino - Categoria Master
Intervalo 10 min	
15h30	.- Rev 4 x 50 livre Feminino - Categoria Livre
15h40	.- Rev 4 x 50 livre Masculino - Categoria Livre
15h50	.- Rev 4 x 50 livre Feminino - Categoria Master
16h00	.- Rev 4 x 50 livre Masculino - Categoria Master
Intervalo 20 min	
16h30	.- 50 mts peito Feminino - Categoria Absoluto
16h40	.- 50 mts peito Masculino - Categoria Absoluto
16h50	.- 50 mts peito Feminino - Categoria Master
17h00	.- 50 mts peito Masculino - Categoria Master
17h10	.- 50 mts borboleta Feminino - Categoria Absoluto
17h20	.- 50 mts borboleta Masculino - Categoria Absoluto
17h30	.- 50 mts Borboleta Feminino - Categoria Master
17h40	.- 50 mts Borboleta Masculino - Categoria Master
Intervalo 10 min	
18h00	.- Rev 4 x 50 medley Feminino - Categoria Livre
18h10	.- Rev 4 x 50 medley Masculino - Categoria Livre
18h20	.- Rev 4 x 50 medley Feminino - Categoria Master
18h30	.- Rev 4 x 50 medley Masculino - Categoria Master