

Programação de Natação

Dia 10 de julho de 2019 - segunda feira

Local - C.E. João Carlos De Oliveira “João Do Pulo”
End.: Rua Eng. Orlando Drumond Murgel - São Benedito

Horário Aquecimento : Das 07h00 às 08h25
Entrega dos Cartões : 08h00
Início da Competição : 08h30

3º ETAPA

| Manhã | | |
|--------------|---------------------------|-----------|
| 22 | 50 metros nado costas | Feminino |
| 23 | 50 metros nado costas | Masculino |
| 24 | 200 metros nado peito | Feminino |
| 25 | 200 metros nado peito | Masculino |
| 26 | 200 metros nado livre | Feminino |
| 27 | 200 metros nado livre | Masculino |
| 28 | 200 metros nado medley | Feminino |
| 29 | 200 metros nado medley | Masculino |
| 30 | 4 x 100 metros nado livre | Feminino |
| 31 | 4 x 100 metros nado livre | Masculino |

Horário Aquecimento : Das 12h40 às 13h40
Entrega dos Cartões : até 13h
Início da Competição : 14h00

4º ETAPA

| Tarde | | |
|--------------|----------------------------|-----------|
| 32 | 100 metros nado costas | Feminino |
| 33 | 100 metros nado costas | Masculino |
| 34 | 100 metros nado borboleta | Feminino |
| 35 | 100 metros nado borboleta | Masculino |
| 36 | 400 metros nado livre | Feminino |
| 37 | 400 metros nado livre | Masculino |
| 38 | 4 x 100 metros nado medley | Feminino |
| 39 | 4 x 100 metros nado medley | Masculino |