

Horário da Sessão N . 1 - Sexta-feira

26/06/2026 - 19:15

Aquecimento: 17:30 até 19:00

Reunião de Delegados: 18:45

Reunião de Arbitragem: 18:55

O período de aquecimento   de 1h30min na primeira sessão.

O nosso sincero agradecimento   Associa o de Nata o da Região dos Açores e seus Clubes associados.
Uma a o que vem enaltecere a Nata o Madeirense. E nós, agradecemos!

MEDALHAS: Será atribuída uma medalha de classifica o ao primeiro, segundo e terceiro nadador com a PROVA INDIVIDUAL MAIS PONTUADA DO CAMPEONATO, (pontos AQUA em vigor na data da competi o), OPEN e CAMPEONATO REGIONAL, por categoria, para ambos os sexos.

HORÁRIO PREVISTO:

19:15	1.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:10	3 Séries	19
19:25	2.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:07	2 Séries	11
19:32	3.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:10	10 S�ries	73
19:42	4.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	5 S�ries	36
19:47	5.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:09	2 S�ries	11
19:56	6.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	2 S�ries	14
20:04	7.	1500m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:20	1 S�rie	3
20:24	8.	1500m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:23	1 S�rie	6
20:47	Intervalo de 10 minutos					0:10		
20:57	9.	4 x 100m Estilos	Misto	Tempo Final	Abs	0:07	1 Série	6
21:04	Final da sessão				Dura�o total	1:49		

Horário da Sessão N . 2 - Sábado de Manhã

27/06/2026 - 9:15

Aquecimento: 7:45 até 9:00

Reunião de Delegados: 8:45

Reunião de Arbitragem: 8:55

O período de aquecimento   de 1h15min.

NOTA 1: A ser confirmado, haverá jun o das duas series nos 400EST. O Horário Previsto ficará condicionado a essa altera o. Ou seja, todo o programa de prova poderá ser reduzido em 7 minutos.

- A ser definido na reunião de delegados. Prova n.  12 com a prova n.  13 do programa.

HORÁRIO PREVISTO:

9:15	10.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:15	5 Séries	38
9:30	11.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	3 Séries	24
9:40	12.	400m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	1 Série	5
9:47	13.	400m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	1 S�rie	2
9:53	14.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	6 S�ries	42
9:59	15.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	3 S�ries	24
10:03	16.	100m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	3 S�ries	22
10:09	17.	100m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	3 S�ries	18
10:15	Intervalo de 10 minutos					0:10		
10:25	18.	4 x 100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	1 S�rie	6
10:29	19.	4 x 100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	5
10:35	Final da sessão				Dura�o total	1:20		

Horário da Sessão N . 3 - Sábado de Tarde

27/06/2026 - 16:15

Aquecimento: 14:45 até 16:00

Reunião de Delegados: 15:45

Reunião de Arbitragem: 15:50

O período de aquecimento   de 1h15min.

NOTA 2: A ser confirmado, haverá jun o das series nos 200M e 800L. O Horário Previsto ficará condicionado a essa altera o. Ou seja, todo o programa de prova poderá ser reduzido em 15 minutos.

- A ser definido na reunião de delegados. 1.  serie da prova n.  22 com a prova n.  23 do programa;

- A ser definido na reunião de delegados. Prova n.  28 com a prova n.  29 do programa.

HORÁRIO PREVISTO:

16:15	20.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:13	8 Séries	57
16:28	21.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	5 Séries	40
16:36	22.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	2 Séries	9
16:43	23.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	3
16:46	24.	50m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	3 Séries	21
16:50	25.	50m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:02	2 Séries	14
16:52	26.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:11	4 Séries	27
17:03	27.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	3 Séries	22
17:11	28.	800m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:11	1 Série	4
17:22	29.	800m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:13	1 Série	3
17:35	Intervalo de 10 minutos						0:10	
17:45	30.	4 x 100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	6
17:50	31.	4 x 100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	5
17:56	Final da sessão				Dura�o total	1:41		

Horário da Sessão N . 4 - Domingo de Manhã

28/06/2026 - 9:15

Aquecimento: 7:45 até 9:00

Reunião de Delegados: 8:45

Reunião de Arbitragem: 8:55

O período de aquecimento   de 1h15min.

NOTA 3: A ser confirmado, haverá jun o das duas series nos 4x200L. O Horário Previsto ficará condicionado a essa altera o. Ou seja, todo o programa de prova poderá ser reduzido em 12 minutos.

- A ser definido na reunião de delegados. Prova n.  41 com a prova n.  42 do programa.

MEDALHAS: Será atribuída uma medalha de classifica o ao primeiro, segundo e terceiro nadador com a PROVA INDIVIDUAL MAIS PONTUADA DO CAMPEONATO, (pontos AQUA em vigor na data da competi o), OPEN e CAMPEONATO REGIONAL, por categoria, para ambos os sexos. Ou seja, haverá dois momentos de pódio.

HORÁRIO PREVISTO:

9:15	32.	4 x 100m Livres	Misto	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	4
9:21	Intervalo de 5 minutos						0:05	
9:26	33.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:18	3 Séries	20
9:44	34.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:20	3 Séries	19
10:04	35.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	4 Séries	28
10:12	36.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	3 Séries	18
10:17	37.	200m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	13
10:25	38.	200m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	13
10:33	39.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	4 Séries	30
10:40	40.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:04	2 Séries	15
10:44	Intervalo de 10 minutos						0:10	
10:54	41.	4 x 200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:11	1 Série	3
11:05	42.	4 x 200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:12	1 Série	4
11:17	Entrega de Medalhas Campeonato Regional + Meeting da Madeira						0:15	
11:32	Final da sessão				Dura�o total	2:17		