

FESTIVAL NATAÇÃO "INVERNO"

28 de janeiro 2024

Provas AMA 1

- Atividades lúdicas
- Atividade musical

Provas AMA 2

- 12,5 metros pernas crol (apoio)
- 12,5 metros pernas costas (apoio)
- Atividades lúdicas
- Atividade musical

Provas Natação 1, 2, 3 e 4:

- 12,5 metros pernas Crol (apoio)
- 12,5 metros pernas Costas (apoio)
- 25 metros "Pernas Crol"
- 25 metros "Crol"
- 25 metros "Costas"
- 50 metros "Crol"
- 50 metros "Costas"
- 8 x 25 "Crol" - Estafetas
- Hidrokids (**os pais podem participar**)

Horário:

9h entrada balneários AMA 1 (**Os pais podem assistir no tanque. Uso obrigatório chinelos**)

9h30 início da atividade AMA 1

10h15 final da atividade AMA 1

10h entrada AMA 2 (**Os pais podem assistir no tanque. Uso obrigatório chinelos**)

10h20 início da atividade AMA 2

11h05 final da atividade AMA 2

10h30 entrada nível 1 2 3 e 4

10h45 início da atividade 1, 2, 3 e 4

11h30 final da atividade 1, 2, 3 e 4

Regulamento:

- Participantes dos 3 aos 14 anos ;
- As inscrições são feitas na receção, presencialmente ou através do 263400490, 961890278 (sms ou WhatsApp) e piscinas@cm-azambuja.pt. Data limite dia **23 de janeiro 2024**.
- As provas realizadas por cada participante são escolhidas pelo Professor.
- Os participantes devem trazer touca, fato de banho ou tanga, toalha, chinelos e óculos.
- Não devem beber bebidas lácteas 1 hora antes da atividades.

No final do evento serão atribuídas diplomas de participação a todos os participantes.