

Data	ABERTURA DA PISCINA	INICIO DE COMPETIÇÃO	Aquecimento/ COMPETIÇÃO	Aquecimento/Descontração	CERIMÓNIAS PROTOCOLARES
			Piscina de Competição	Piscina de 25 metros	
30 de março	13:30		14:00 – 21:00 (10 pistas)	NÃO	
31 de março	07:00		Juvenis	Juvenis	
			Aquecimento 7:30 – 8:15	Aquecimento 7:30 – 9:00	
		08:30	COMPETIÇÃO		
			Juniores e Absolutos	Juniores e Absolutos	
			Aquecimento 9:15 – 9:50	9:00 – 12:00	9:30 - 9:45 - Juvenis
		10:00	COMPETIÇÃO		
			Longa distância	Longa distância	
			Aquecimento 12:15	11:30 – 12:15	
		12:30	COMPETIÇÃO		
			Juvenis	Juvenis	
			Aquecimento 14:30 – 15:15	14:30 – 17:00	
		15:30	COMPETIÇÃO		17:30- 17:45 - Juvenis
	Juniores e Absolutos	Juniores e Absolutos			
	Aquecimento 17:15 – 17:50	16:00 – 20:00	18:50 - 19:00 - Absolutos		
18:00	COMPETIÇÃO		19:20 - 19:30 - Absolutos		
1 de abril	07:00		Juvenis	Juvenis	
			Aquecimento 7:30 – 8:15	7:30 – 9:00	
		08:30	COMPETIÇÃO		
			Juniores e Absolutos	Juniores e Absolutos	
			Aquecimento 9:15 – 9:50	9:00 – 12:00	9:30 - 9:45 - Juvenis
		10:00	COMPETIÇÃO		
			Juvenis	Juvenis	
			Aquecimento 14:30 – 15:15	14:30 – 17:00	
		15:30	COMPETIÇÃO		17:30- 17:45 - Juvenis
			Juniores e Absolutos	Juniores e Absolutos	
			Aquecimento 17:15 – 17:50	16:00 – 20:00	18:50 - 19:00 - Absolutos
		18:00	COMPETIÇÃO		19:20 - 19:30 - Absolutos
2 de abril	06:45		Juvenis	Juvenis	
			Aquecimento 7:00 – 07:45	7:30 – 9:00	
		08:00	COMPETIÇÃO		
			Juniores e Absolutos	Juniores e Absolutos	
			Aquecimento 9:15 – 9:50	9:00 – 12:00	9:30 - 9:45 - Juvenis
		10:00	COMPETIÇÃO		
			Longa distância	Longa distância	
			Aquecimento 12:15	11:30 – 12:15	
		12:30	COMPETIÇÃO		
			Juvenis	Juvenis	
			Aquecimento 14:30 – 15:15	14:30 – 17:00	
		15:30	COMPETIÇÃO		17:30- 17:45 - Juvenis
	Juniores e Absolutos	Juniores e Absolutos			
	Aquecimento 17:15 – 17:50	16:00 – 20:00	18:50 - 19:00 - Absolutos		
18:00	COMPETIÇÃO		19:20 - 19:30 - Absolutos		
3 de abril	06:45		Juvenis	Juvenis	
			Aquecimento 7:30 – 8:15	7:30 – 9:00	
		08:00	COMPETIÇÃO		
			Juniores e Absolutos	Juniores e Absolutos	
			Aquecimento 9:15 – 9:50	9:00 – 12:00	9:30 - 9:45 - Juvenis
		10:00	COMPETIÇÃO		
			Longa distância	Longa distância	
			Aquecimento 12:15	11:30 – 12:15	
		12:30	COMPETIÇÃO		
			Juvenis	Juvenis	
			Aquecimento 14:30 – 15:15	14:30 – 17:00	
		15:30	COMPETIÇÃO		17:30- 17:45 - Juvenis
	Juniores e Absolutos	Juniores e Absolutos			
	Aquecimento 17:15 – 17:50	16:00 – 20:00	18:50 - 19:00 - Absolutos		
18:00	COMPETIÇÃO		19:20 - 19:30 - Absolutos		