

Campeonato nacional de AA- Castelo de Bode 19 e 20 de maio 2018



Percurso de 2500m: 2 voltas 5000m; 3 voltas = 7500m; 4 voltas = 10000m

Sentido de nado – horário, boias obrigatórias contornadas com o ombro direito

Campeonato nacional de AA- Castelo de Bode 19 e 20 de maio 2018



Percurso de 1500m: 1 volta.

Sentido de nado – anti-horário, boias obrigatórias contornadas com o ombro esquerdo