



# Programaç3o

## 5ª COPA ASBAC DE NATAÇ3O MASTER

II ETAPA CIRCUITO ABRAMN 2024

23/03/2024 (50 METROS, 8 RAIAS)

CLUBE DA ASSOCIAÇ3O DOS SERVIDORES DO BANCO CENTRAL DO BRASIL - ASBAC - BRASÍLIA/DF

ABMN Competiç3o 2.63 - Sistemas de Nataç3o Swim It Up!

### 1ª ETAPA, 23/03/2024 (S3bado) - HOR3RIO DE INÍCIO DAS PROVAS: 13:00

AQUECIMENTO: INÍCIO ÀS 12:00, TÉRMINO ÀS 12:50

NÚMERO	PROVA	INSCRITOS N.SÉRIES		PREVIS3O INÍCIO	DURAÇ3O	PREVIS3O FIM
1ª PROVA	400 LIVRE FEM	42	6	13:00	00:59	13:59
2ª PROVA	400 LIVRE MASC	59	8	13:59	01:02	15:01
3ª PROVA	50 BORBOLETA FEM	36	6	15:01	00:14	15:15
4ª PROVA	50 BORBOLETA MASC	59	9	15:15	00:13	15:28
5ª PROVA	100 COSTAS FEM	30	5	15:28	00:21	15:49
6ª PROVA	100 COSTAS MASC	26	4	15:49	00:16	16:05
7ª PROVA	50 LIVRE FEM	59	9	16:05	00:21	16:26
8ª PROVA	50 LIVRE MASC	80	12	16:26	00:16	16:42
9ª PROVA	100 PEITO FEM	24	4	16:42	00:16	16:58
10ª PROVA	100 PEITO MASC	41	6	16:58	00:19	17:17
11ª PROVA	4X100 LIVRE FEM	60	2	17:17	00:21	17:38
12ª PROVA	4X100 LIVRE MASC	96	3	17:38	00:26	18:04