



**Associa o Cearense de Máster de Nata o**  
**Campeonato Brasileiro MAIS MAIS de Nata o Master**

**PROGRAMA O**

**SEXTA-FEIRA(17/03):**

AQUECIMENTO: 17h30 as 18h40.

INÍCIO COMPETI O: 19h00

**SÁBADO(18/03):**

**MANHÃ**

AQUECIMENTO: 8h00 as 8:50h.

INÍCIO COMPETI O: 9h00

**TARDE**

AQUECIMENTO: 14h30 as 15h20.

INÍCIO COMPETI O:15h30

**NOITE**

**MACARRONADA**

19h00 – SÁBADO – BAR DAS PISCINAS

17/03/2023			
I ETAPA / Sexta-Feira as 18h30			
PROVA	DISTÂNCIA	ESTILO	SEXO
01	100	Medley	Feminino
02	100	Medley	Masculino
03	50	Livre	Feminino
04	50	Livre	Masculino
18/03/2023			
II ETAPA Sábado 9h00			
PROVA	DISTÂNCIA	ESTILO	SEXO
05	200	Livre	Feminino
06	200	Livre	Masculino
07	100	Borboleta	Feminino
08	100	Borboleta	Masculino
09	50	Peito	Feminino
10	50	Peito	Masculino
11	100	Costas	Feminino
12	100	Costas	Masculino
13	100	Livre	Feminino
14	4 x 50	Livre	Misto
18/03/2023			
III ETAPA /Sábado 15h30			
PROVA	DISTÂNCIA	ESTILO	SEXO
15	50	Borboleta	Masculino
16	50	Borboleta	Feminino
17	100	Peito	Masculino
18	100	Peito	Feminino
19	50	Costas	Masculino
20	50	Costas	Feminino
21	100	Livre	Masculino
22	4 x 50	Medley	Misto