Horário da Sessão Nº. 1 - 1ª Jornada - 1ª Sessão — 17.4.10 - 10:00

Aquecimento: 8:30 a 9:50 | Reunião de Delegados: 9:30 | Reunião de Arbitragem: 9:50

10:00	1.	4 x 50m Costas	Todos	Tempo Final	8 - 12	sem atribuição de pistas	0:10
10:10	2.	4 x 100m Costas	Todos	Tempo Final	8 - 12	sem atribuição de pistas	0:10
10:20	3.	4 x 50m Bruços	Todos	Tempo Final	8 - 12	sem atribuição de pistas	0:10
10:30	4.	4 x 100m Bruços	Todos	Tempo Final	8 - 12	sem atribuição de pistas	0:10
10:40	5.	4 x 50m Estilos	Todos	Tempo Final	8 - 12	sem atribuição de pistas	0:05
10:45	Final da sessão				Duração total		0:45

Horário da Sessão Nº. 2 - 1ª Jornada - 2ª Sessão — 17.4.10 - 15:30

Aquecimento: 14:30 a 15:20 | Reunião de Arbitragem: 15:20

15:30	6.	4 x 50m Mariposa	Todos	Tempo Final	8 - 12	sem atribuição de pistas	0:10
15:40	7.	4 x 100m Mariposa	Todos	Tempo Final	8 - 12	sem atribuição de pistas	0:10
15:50	8.	4 x 50m Livres	Todos	Tempo Final	8 - 12	sem atribuição de pistas	0:15
16:05	9.	4 x 100m Livres	Todos	Tempo Final	8 - 12	sem atribuição de pistas	0:15
16:20	10.	4 x 100m Estilos	Todos	Tempo Final	8 - 12	sem atribuição de pistas	0:10
16:30	Final da sessão				Duração total		1:00