Benedita Sport Club Natação
Associação sem fins lucrativos para prática de actividades desportivas
Sala Polivalente, Piscinas
Rua das Piscinas - Apart. 79
2476-901 Benedita

CONVOCATÓRIA

PROVA: **CAMPEONATO Regional Inverno**
LOCAL: **Coimbra**
DATA: **11 , 12 e 13 Março**

NOME	LIVRES									COSTAS			BRUÇOS			MARIPOSA			ESTILOS				
	50	100	200	400	800	1500	4X50	4X100	4X200	50	100	200	50	100	200	50	100	200	100	200	400	4X50	4X100
Tiago Ribeiro	X	X	X													X	X	X					
Henrique Marques	X												X	X	X					X	X		
Luís Tarquinio		X								X	X	X				X	X						
Leonardo Reis		X		X										X						X	X		
Adriana Passarinho		X	X													X	X	X					
Soraia Marques													X	X	X					X			
Isa Penas	X	X	X				X	X	X	X	X	X										X	X
Elisa Pedras	X	X	X				X	X	X							X	X					X	X
Ana Margarida	X	X	X				X	X	X	X	X	X										X	X
Patricia Paulo							X	X	X			X	X	X	X					X		X	X
Maria Luis			X	X	X	X	X	X	X													X	X
Filipa Custoias		X	X									X								X	X		

Esta convocatória está tacitamente aceite pelos encarregados de educação dos Atletas convocados, que não tenham comunicado antecipadamente qualquer oposição à mesma.

Delegados há Prova	Jornadas - Sessões			
Sessões / Jornadas	*1ª-1ª*	*1ª-2ª*	*2ª-2ª*	*3ª-1ª*
António Rodrigues				
José Custoias				
Adélia Pina				
Cristina Morais				
Helena Serralheiro			X	
Helen Nicolau				
Paula Vicente				
Fátima Marques	X	X		

HORÁRIOS	**Dia 11**		
Concentração (piscinas)	14:20		
Partida	14:30		
Aquecimento	16:30		
Inicio Prova	18:00	10:00	10:00
Almoço (previsto)			
Aquecimento			
Inicio Prova		16:00	16:00
Final (previsto)			
Chegada (prevista)			

Benedita, 02-03-2010

O Técnico