



CONFEDERAÇÃO
BRASILEIRA
DE DESPORTOS
AQUÁTICOS

PROTOCOLO DE AQUECIMENTO
TORNEIO CENTRO OESTE INFANTIL A SÊNIOR
ANAPÓLIS – GO

1. O aquecimento será dividido em três grupos, com horários pré-determinados e com a quantidade de atletas divididos de forma equitativa;
2. Haverá um rodízio nos horários de aquecimento;
3. O tempo de aquecimento será de 30 minutos, totalizando 90 minutos;
4. Não poderão ocorrer trocas entre as equipes sem o conhecimento da Comissão Organizadora do evento.

DIVISÃO DOS GRUPOS		
Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3
DF	DF	DF
Aquanai: 33	SESC Olímpico: 16	AABB: 12
GO	ES	IATE Clube: 37
UniEvangélica: 34	CNRAC: 9	GO
Clube Engenharia: 5	GO	GEC: 20
New Fit: 6	GAMA/SESI: 9	Zitti: 9
MS	Swimmers/SESI: 13	MS
APAN – Costa: 1	MG	AABB/Uniderp: 15
MT	Minas TC: 1	MT
ASPANAT/Sorriso: 10	MS	GAN: 11
Medley: 4	FUNLEC: 8	
RJ	Rádio Clube: 33	
Flamengo: 3	MT	
TO	Pica Pau: 2	
APANAT: 8	SP	
	APAN Prudente: 13	
TOTAL: 104	TOTAL: 104	TOTAL: 104

RODÍZIO DOS HORÁRIOS DE AQUECIMENTO				
I Etapa	II Etapa	III Etapa	IV Etapa	V Etapa
Grupo 1	Grupo 3	Grupo 2	Grupo 1	Grupo 3
Grupo 2	Grupo 1	Grupo 3	Grupo 2	Grupo 1
Grupo 3	Grupo 2	Grupo 1	Grupo 3	Grupo 2



CONFEDERAÇÃO
BRASILEIRA
DE DESPORTOS
AQUÁTICOS

HORÁRIOS DE AQUECIMENTO*				
I Etapa	II Etapa	III Etapa	IV Etapa	V Etapa
14:00h	8:00h	14:30h	8:00h	14:30h
14:30h	8:30h	15:00h	8:30h	15:00h
15:00h	9:00h	15:30h	9:00h	15:30h

**Os horários de início do aquecimento poderão ser alterados de acordo com o decorrer da competição, ou por decisão do Congresso Técnico, em conformidade com a Comissão Organizadora do Evento.*

DIVISÃO DAS EQUIPES POR RAIA PARA AQUECIMENTO		
Raia 1: Aquanai	Raia 1: Rádio Clube	Raia 1: AABB-DF
Raia 2: Aquanai	Raia 2: Rádio Clube	Raia 2: GEC
Raia 3: UniEvangélica/Aquanai	Raia 3: Rádio Clube / FUNLEC	Raia 3: GEC
Raia 4: UniEvangélica/Flamengo	Raia 4: APAN Prudente	Raia 4: Zitti
Raia 5: UniEvangélica/Flamengo	Raia 5: GAMA / Pica Pau / Minas TC	Raia 5: AABB/Uniderp // GAN
Raia 6: Clube de Engenharia / New Fit	Raia 6: Swimmers	Raia 6: Iate Clube / GAN
Raia 7: ASPANAT/Sorriso // Medley	Raia 7: CNRAC / SESC Olímpico	Raia 7: Iate Clube
Raia 8: APAN – Costa // APANAT	Raia 8: SESC Olímpico	Raia 8: Iate Clube