



SCHEDULE

18 Mai 2025, Domingo

07:30-08:00	00:30	<i>Reunião de Capitães + Inspeção</i>
11:30-13:00	01:30	<i>Pausa do Almoço</i>

19 Jul 2025, Sábado

Manhã

Manhã

08:00-09:45	01:45	<i>3 Séries de Aquecimento + 1ª Distância</i>
		Distância 1
10:00-11:30	01:30	<i>15 minutos de intervalo + 2ª Distância</i>
		Distância 2

Tarde

Tarde

13:00-14:45	01:45	<i>3 Séries de Aquecimento + 1ª Distância</i>
		Distância 1
15:00-16:30	01:30	<i>15 minutos de intervalo + 2ª Distância</i>
		Distância 2