

Programa

Meeting Águas Abertas da Goma 2022

3 de julho de 2022

O Clube Millennium bcp convida-o a participar no **Meeting Águas Abertas da Goma 2022**, prova de águas abertas nas distâncias de 4000, 2000 ou 500 metros, que terá lugar na Barragem das Andorinhas, em Póvoa de Lanhoso.

A prova é organizada pela Associação de Natação do Minho, pela FPN e pela C.M. de Póvoa de Lanhoso.

Lembramos que este tipo de prova exige um bom domínio do meio aquático, nomeadamente bom controlo respiratório e estar à vontade com correntes marítimas e possível ondulação.

É obrigatório consultar a informação do regulamento da prova, que pode ser consultada [aqui](#).



Distâncias	Idades	Uso de Fato Isotérmico
4 km CNAА (Federados FPN e FTP) 4 km Isotérmico (Não federados) 2 km (Federados e não federados)	Mínima: 14 anos Mínima: 14 anos Mínima: 14 anos	Conforme regras da FINA Permitido Permitido
500 metros (Populares)	Mínima: 10 anos	Permitido

**Local
Data/Hora**

Barragem das Andorinhas – Póvoa de Lanhoso | **3 de julho** (domingo).

- ◆ Prova de Divulgação: 500 metros, com partida às 10h45.
- ◆ Prova Circuito Nacional de AA: 4 km, com partida às 11h00.
- ◆ Prova 4 km isotérmico, com partida às 11h05.
- ◆ Prova 2 km, com partida às 11h10.



Custos

Gratuito (8,00€ PVP).

Diversos

Inscrições até 8 de junho de 2022 e limitadas a 5 nadadores. A 9 do mesmo mês informaremos os Sócios cujas inscrições forem consideradas.

A desistência, após a confirmação da respetiva inscrição, implica o pagamento pelo seu custo real.

Só serão válidas as inscrições confirmadas pelo Clube Millennium bcp

FICHA DE INSCRIÇÃO