



7ª Região Esportiva do Estado de São Paulo
De 08 a 18 de Julho de 2024

Programação Dia 13 de Julho de 2024 - Sábado

Local	Ginásio Antonio Karan			
End.	Rua Benedito Elias de Andrade, 270			
Horário	Mod	Gr	Jogo	
9h00	Bad M L		Palmital	x Presidente Prudente
	Bad M L		Ourinhos	x Marília
	Bad F L		Presidente Prudente	x Ourinhos
Na sequência Torneio Individual - Simples e Duplas				

Local	Complexo Aquático Tupã Tênis Clube			
End.	Avenida Tamoios, 1450			
Horário	Mod	Gr	Jogo	
8h00	BI	A	Adamantina	x Tupã
8h30	BI	A	Garça	x Rancheira
9h00	BI	B	Flórida Paulista	x Marília
9h30	BI	B	Presidente Prudente	x Maracaí
10h00	BI	A	Tupã	x Garça
10h30	BI	A	Rancheira	x Adamantina
11h00	BI	B	Marília	x Presidente Prudente
11h30	BI	B	Maracaí	x Flórida Paulista
12h00	BI	A	Rancheira	x Tupã
12h30	BI	A	Adamantina	x Garça
13h00	BI	B	Maracaí	x Marília
13h30	BI	B	Flórida Paulista	x Presidente Prudente

Local	Complexo da Camap			
End.	Rua Severino Ferreira de Oliveira, s/n			
DAMAS				
8h30	F 21		Tarumã	x Inúbia Paulista
			Ourinhos	x Presidente Prudente
			Parapuã	x Bye
8h30	M 21		Tarumã	x Inúbia Paulista
			Parapuã	x Lucélia
			Presidente Prudente	x Marília
			Ourinhos	x Bye

Local	Estádio Municipal de Tupã			
End.	Rua Tapajós, S/N			
Horário	Mod	Gr	Jogo	
14h00	Fut M	G	Alvares Machado	x Santa Mercedes
15h30	Fut M	D	Tupã	x Presidente Epitácio

Local	Complexo da Camap			
End.	Rua Severino Ferreira de Oliveira, s/n			
XADREZ				
14h00	Congresso Específico			
	Logo após competição			

Local	Cancha de Malha e Bocha Jardim Santa Adélia			
End.	Rua Yukio Andaku, s/n			
Horário	Mod	Gr	Jogo	
9h00	BOC		Ourinhos	x Flórida Paulista
	BOC		Santa Cruz do Rio Pardo	x Marília

Local	Ginásio Elias Kenaifes			
End.	Rua Tapajós, s/n			
Horário	Mod	Gr	Jogo	
8h00	BM 21		Ourinhos	x Rancheira
9h00	BM 21		Presidente Prudente	x Marília
10h30	BM L		Regente Feijó	x Assis
14h00 BF 21 Presidente Prudente x Marília				
15h00	BF L		Assis	x Tupã
16h30	VF		Tupã	x Salmourão
18h00 VM Tupã x Bastos				
19h30	BML		Tupã	x Dracena

Local	Campo do Almoarifado			
End.	Rua Dr Lima - Pq Industrial			
Horário	Mod	Gr	Jogo	
8h30h	Fut M	I	Pacaembu	x Taquarituba
10h00	Fut M	E	Canitar	x Lucélia

Local	Estádio Municipal de Arco Iris			
End.	Rua Vicente Montezani, s/n			
Horário	Mod	Gr	Jogo	
14h00	Fut M	A	Ipaussu	x Assis
15h30	Fut M	H	Arco Iris	x Candido Mota

Local	Campo da Amae 2			
End.	Rua Presidente Tancredo Neves, 120			
Horário	Mod	Gr	Jogo	
8h30h	Fut M	M	Ourinhos	x Nantes
10h00	Fut M	J	Ibirarema	x Paraguaçu Paulista
14h00 Fut M C Salmourão x Marília				
15h30	Fut M	G	Taciba	x Palmital

Local	Clube Alto Sumaré			
End.	Rua Ernesto Coquemala, 250			
Horário	Mod	Gr	Jogo	
8h30h	Fut M	F	Regente Feijó	x Adamantina
10h00	Fut M	B	Flórida Paulista	x Presidente Prudente



7ª Região Esportiva do Estado de São Paulo
De 08 a 18 de Julho de 2024

Programação

Dia 13 de Julho de 2024 - Sábado

Local	Quadra do Tupã Tênis Clube				
End.	Av Tamoios, 1450				
Horário	Mod	Gr	Jogo		
8h30	FSF 21		Canitar	x	Pirajú
9h30	FSF 21		Dracena	x	Taquarituba
15h00	FSM L	B	Tupã	x	Tarumã
16h30	FSF L		Marília	x	Martinópolis
18h00	FSF L		Presidente Prudente	x	Garça

Local	Cancha de Malha e Bocha Jardim Santa Adélia				
End.	Rua Yukio Andaku, s/n				
Horário	Mod	Gr	Jogo		
8h00	MAL	A	Presidente Venceslau	x	Pirajú
9h00	MAL	D	Tupã	x	Marília
10h00	MAL	A	Presidente Prudente	x	Ourinhos
11h00	MAL	D	Florínia	x	Alvares Machado
14h00	MA	B	Assis	x	Dracena
15h00	MA	B	Bastos	x	Ribeirão do Sul
16h00	MA	C	Presidente Bernardes	x	Salto Grande

Local	Ginásio Instituto Federal				
End.	Av dos Universitários, 145				
Horário	Mod	Gr	Jogo		
8h00	VF 21	A	Taquarituba	x	Marília
9h00	VF 21	A	Rinópolis	x	Tarumã
10h00	VF 21	C	Candido Mota	x	Adamantina
11h00	VF 21	C	Taciba	x	Tupi Paulista
14h00	VM 21	E	Adamantina	x	Martinópolis
15h00	VM 21	E	Marília	x	Paraguaçu Paulista
16h30	VML	A	Oriente	x	Rancharia
18h00	VML	B	Arco Iris	x	Presidente Prudente

Local	Complexo Aquático Instituto Federal				
End.	Av dos Universitários, 145 Jd Ipiranga				
Natação					
7h30	Confirmação				
9h00	Início da Competição				

Local	Ginásio Nova Tupã				
End.	Rua Virginia Zoner Nave, 1150				
Horário	Mod	Gr	Jogo		
8h00	FSM 21		Ourinhos	x	Presidente Venceslau
9h00	FSM 21		Tupi Paulista	x	Taciba
10h30	FSM 21		Salto Grande	x	Assis
15h00	FSM 21		Santa Cruz do Rio Pardo	x	Regente Feijó
16h30	FSM L	A	Dracena	x	Lucélia

Local	Quadra Poliesportiva da ETEC				
End.	Rua Bezerra de Menezes, 215 Vila Independência				
Horário	Mod	Gr	Jogo		
8h00	VM 21	A	Santa Cruz do Rio Pardo	x	Assis
9h00	VM 21	F	Inúbia Paulista	x	Taciba
10h00	VM 21	C	Lucélia	x	Dracena
11h00	VM 21	D	Iepê	x	Tarumã
14h00	VM 21	B	Taquarituba	x	Maracáí
15h30	VF 21	B	Inúbia Paulista	x	Assis
16h30	VFL	B	Oriente	x	Herculândia
18h00	VFL	B	Martinópolis	x	Presidente Prudente

Local	Quadra Tupã Tênis Clube				
End.	Rua Bororós, 135				
Horário	Mod	Jg	Jogo		
8h00	TML	4	Tupi Paulista	x	Regente Feijó
8h00	TM L	5	Marília	x	Assis

Local	Residencial Parque dos Antúrios				
End.	Vicinal Tupã Parnaso				
Ciclismo					
8h00	Prova de Resistência Individual				

Local	Ginásio da Amae 2				
End.	Rua Presidente Tancredo Neves, 120				
Ginástica Artística					
8h00	Aquecimento				
9h00	Início da Competição				



7ª Região Esportiva do Estado de São Paulo
De 08 a 18 de Julho de 2024

Programação de Ginástica Artística

Local - Ginásio da Amae 2

End - Rua Presidente Tancredo Neves, 120

Dia 13 de julho de 2024 - sábado

Competição Feminina - Categoria até 14 anos

Competição de **salto e paralelas assimétricas**

Aquecimento liberado nos aparelhos das 08h às 08h50

Início da competição - 9h

13/07/2024	<i>Salto</i>	<i>Paralelas</i>	<i>Descanso</i>
1	Marília	Martinópolis	Ourinhos
2	Ourinhos	Marília	Martinópolis
3	Martinópolis	Ourinhos	Marília
4	Pres. Prudente	Tupã	
5	Tupã	Pres. Prudente	

Competição Masculina - Categoria até 16 anos

Competição de **solo, cavalo com alças e barra fixa**

Aquecimento liberado nos aparelhos das 8h às 8h50

Início da competição - 9h

13/07/2024	<i>Solo</i>	<i>Cavalo c/ alças</i>	<i>Barra</i>
1	Marília		
2		Marília	
3			Marília

Obs. 10 minutos de aquecimento por aparelho



7ª Região Esportiva do Estado de São Paulo
De 08 a 18 de Julho de 2024

Programação de Natação

Dia 13 de julho de 2024 - Sábado

Local - Complexo Aquático Instituto Federal
End - Av dos Universitários, 145 - Jardim Ipiranga

Horário Aquecimento : 7h30 / Entrega dos Cartões : 8h45

Início da Competição : 9h

1º ETAPA

Manhã		
1	800 metros nado livre	Feminino
2	1500 metros nado livre	Masculino
3	50 metros nado borboleta	Feminino
4	50 metros nado borboleta	Masculino
5	100 metros nado livre	Feminino
6	100 metros nado livre	Masculino
7	100 metros nado peito	Feminino
8	100 metros nado peito	Masculino
9	200 metros nado costas	Feminino
10	200 metros nado costas	Masculino
11	4 x 50 metros nado medley	Misto

Horário Aquecimento : 13h30 / Entrega dos Cartões : 14h45

Início da Competição : 15h

2º ETAPA

Tarde		
12	200 metros nado borboleta	Feminino
13	200 metros nado borboleta	Masculino
14	50 metros nado peito	Feminino
15	50 metros nado peito	Masculino
16	50 metros nado livre	Feminino
17	50 metros nado livre	Masculino
18	400 metros nado medley	Feminino
19	400 metros nado medley	Masculino
20	4 x 200 metros nado livre	Feminino
21	4 x 200 metros nado livre	Masculino



7ª Região Esportiva do Estado de São Paulo
De 08 a 18 de Julho de 2024

Programação de Natação

Dia 14 de julho de 2024 - Domingo

Local - Complexo Aquático Instituto Federal
End - Av dos Universitários, 145 - Jardim Ipiranga

Horário Aquecimento : 7h30 / Entrega dos Cartões : 8h45

Início da Competição : 14h30

3º ETAPA

Manhã		
22	50 metros nado costas	Feminino
23	50 metros nado costas	Masculino
24	200 metros nado peito	Feminino
25	200 metros nado peito	Masculino
26	200 metros nado livre	Feminino
27	200 metros nado livre	Masculino
28	200 metros nado medley	Feminino
29	200 metros nado medley	Masculino
30	4 x 100 metros nado livre	Feminino
31	4 x 100 metros nado livre	Masculino

Horário Aquecimento : 13h / Entrega dos Cartões : 14h15

Início da Competição : 14h30

4º ETAPA

Tarde		
32	100 metros nado costas	Feminino
33	100 metros nado costas	Masculino
34	100 metros nado borboleta	Feminino
35	100 metros nado borboleta	Masculino
36	400 metros nado livre	Feminino
37	400 metros nado livre	Masculino
38	4 x 100 metros nado medley	Feminino
39	4 x 100 metros nado medley	Masculino



7ª Região Esportiva do Estado de São Paulo
De 08 a 18 de Julho de 2024

Índices de Natação para os Jogos Abertos

Prova	Feminino		Masculino	
	25m	50m	25m	50m
50m Livre	27"39	27"79	23"06	23"76
100m Livre	59"74	1'00"74	51"63	53"23
200m Livre	2'14"65	2'17"05	1'56"77	2'00"17
400m Livre	4"45"31	4'50"51	4'05"89	4'13"09
800m Livre	10'06"00	10'17"96	-----	-----
1.500m Livre	-----	-----	16'50"67	17'20"17
50m Costas	31"29	32"29	27"29	28"39
100m Costas	1'09"66	1'11"86	58"57	1'01"07
200m Costas	2'34"01	2'39"71	2'09"10	2'14"80
50m Peito	34"63	35"23	29"05	29"85
100m Peito	1'15"14	1'17"14	1'05"76	1'08"06
200m Peito	2'42"42	2'45"42	2'30"08	2'36"08
50m Borboleta	29"86	30"16	25"34	25"64
100m Borboleta	1'08"52	1'09"32	57"09	58"39
200m Borboleta	2'40"13	2'42"53	2'10"08	2'13"18
200m Medley	2'30"69	2'33"79	2'10"92	2'15"82
400m Medley	5'21"55	5'29"05	4'42"18	4'52"18
04 X 200 Livre	9'19"24	9'28"84	8'11"64	8'25"24
04 X 100 Livre	4'12"18	4'16"18	3'35"01	3'41"60
04 X 100 Medley	4'48"27	4'54"27	4'01"38	4'09"08
04x50 Medley Misto	Piscina de 25 m – 1'55"90 – Piscina de 50 m – 1'57"80			



7ª Região Esportiva do Estado de São Paulo
De 08 a 18 de Julho de 2024

Programação de Karatê

Dia 13 de Julho de 2024 - Sábado

Local - Ginásio do Distrito de Universo
End - Rua Dinamarca, 321 - Universo

Pesagem extra oficial: **16h às 17h**

Pesagem oficial: **17h às 18h**

Congresso técnico: **18h**

Dia 14 de Julho de 2024 - Domingo

Competição início às **8h**



7ª Região Esportiva do Estado de São Paulo
De 08 a 18 de Julho de 2024

Programação de Ginástica Rítmica

Local - Instituto Federal

End - Avenida dos Universitários, 145 - Jd Ipiranga

Dia 15 de julho de 2024 - segunda feira

18h - Congresso Específico

(Para definir ginastas do Conjunto)

Local - Ginásio da Amae 2

End - Rua Presidente Tancredo Neves, 120

Dia 16 de julho de 2024 - terça feira

09h	Abertura	<i>(Categoria 14 anos e Livre)</i>
09h15	Início da Competição	
	Categoria 14 - Individual	<i>Mãos Livres</i>
	Categoria Livre - Individual	<i>Bola</i>
	Categoria 14 - Individual	<i>Maças</i>
	Categoria Livre - Individual	<i>Fita</i>
14h30	Categoria 14 - Dupla	<i>Bola</i>
	Categoria Livre - Trio	<i>Fita</i>

Dia 17 de julho de 2024 - quarta feira

09h	Categoria 14 - Conjunto	<i>5 Arcos</i>
	Categoria Livre - Conjunto	<i>10 Maças</i>

Premiação