

## REGULAMENTO DA PROVA

### LOCAL

Localidade: Sines

Piscina: Piscina Municipal (25 metros X 8 pistas)

### DATA

30, 31 de Março e 1 de Abril de 2007

### HORÁRIO

| SESSÕES |                    | 1ª JORNADA 30.03 | 2ª JORNADA 31.03 | 3ª JORNADA 01.04 |
|---------|--------------------|------------------|------------------|------------------|
| 1ª      | Aquecimento:       | 16.00 horas      |                  |                  |
|         | Início das Provas: | 17.00 horas      |                  |                  |
| 1ª      | Aquecimento:       |                  | 08.00 horas      |                  |
|         | Início das Provas: |                  | 09.30 horas      |                  |
| 2ª      | Aquecimento:       |                  | 14.30 horas      |                  |
|         | Início das Provas: |                  | 16.00 horas      |                  |
| 1ª      | Aquecimento:       |                  |                  | 08.00 horas      |
|         | Início das Provas: |                  |                  | 09.00 horas      |
| 2ª      | Aquecimento:       |                  |                  | 14.00 horas      |
|         | Início das Provas: |                  |                  | 15.00 horas      |

### PARTICIPAÇÃO

Têm direito a participar neste Torneio os nadadores e as equipas de estafetas, 1 (uma) por clube, escalão etário e género, da categoria de infantis, que tenham obtido o TAC nas respectivas distâncias e técnicas.

Cada nadador só poderá ser inscrito, ao longo das 3 jornadas/ 5 sessões dos Campeonatos, em **5 provas individuais mais as estafetas**, sendo-lhe permitido nadar **um máximo de 2 provas por sessão**.

### INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser entregues nas respectivas associações regionais até ao dia **20 de Março de 2007**, de forma a cada associação poder verificar se as inscrições se encontram de acordo com o respectivo Regulamento e TAC's, e na ANSUL até ao dia **22 de Março de 2007**.

A indicação da constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue no Secretariado da Competição, antes do início de cada sessão. Uma por escalão/clube/género.

Todas as inscrições deverão ser enviadas por correio electrónico para **ansul@sapo.pt** utilizando os programas adoptados pela FPN- Entry Editor ou Team Manager. Paralelamente cada Associação, deverá enviar para a sede da ANSUL o respectivo pagamento para o **N.º: 00330000008889991905**, ou para o **n.º de conta: 00088899919** acompanhado de uma cópia das inscrições enviadas por E-Mail.

TAXA: A taxa de inscrição para os Zonais Sul é de 1.75€ por prova individual e de 6.00€ por equipa de estafeta.

TABELAS DE TEMPOS DE ADMISSÃO AO TORNEIO ZONAL: Tabela 4, do Regulamento Geral de Provas da FPN.

TODAS AS INSCRIÇÕES FICARÃO CONDICIONADAS À RECEPÇÃO DO RESPECTIVO PAGAMENTO.

#### ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES

Os nadadores serão agrupados por séries, segundo os tempos de inscrição, independentemente do escalão etário a que pertencem (caso haja mais do que um nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição será realizada aleatoriamente pelo programa de provas).

#### CLASSIFICAÇÕES

Haverá classificações separadas por prova, escalão etário e género.

#### PRÉMIOS

Serão concedidos prémios aos 3(três) primeiros classificados de cada prova, escalão e género.

#### PROGRAMA DE PROVAS

| 1ª JORNADA 30.03    |                     |            |
|---------------------|---------------------|------------|
| 01                  | 400 metros Estilos  | Femininos  |
| 02                  | 400 metros Estilos  | Masculinos |
| 03                  | 100 metros Costas   | Femininos  |
| 04                  | 100 metros Costas   | Masculinos |
| ENTREGA DE MEDALHAS |                     |            |
| 05                  | 4x200 metros Livres | Femininos  |
| 06                  | 4x200 metros Livres | Masculinos |

| 2ª JORNADA 31.03 • 1ª SESSÃO |                    |            |
|------------------------------|--------------------|------------|
| 07                           | 800 metros Livres  | Femininos  |
| 08                           | 400 metros Livres  | Masculinos |
| 09                           | 200 metros Bruços  | Femininos  |
| ENTREGA DE MEDALHAS          |                    |            |
| 10                           | 200 metros Costas  | Masculinos |
| 11                           | 200 metros Estilos | Femininos  |
| ENTREGA DE MEDALHAS          |                    |            |

2ª JORNADA 31.03 • 2ª SESSÃO

|                     |                      |            |
|---------------------|----------------------|------------|
| 12                  | 200 metros Livres    | Masculinos |
| 13                  | 100 metros Livres    | Femininos  |
| 14                  | 100 metros Bruços    | Masculinos |
| ENTREGA DE MEDALHAS |                      |            |
| 15                  | 200 metros Mariposa  | Femininos  |
| 16                  | 100 metros Mariposa  | Masculinos |
| ENTREGA DE MEDALHAS |                      |            |
| 17                  | 4x100 metros Estilos | Femininos  |
| 18                  | 4x100 metros Livres  | Masculinos |

3ª JORNADA 01.04 • 1ª SESSÃO

|                     |                    |            |
|---------------------|--------------------|------------|
| 19                  | 1500 metros Livres | Masculinos |
| 20                  | 400 metros Livres  | Femininos  |
| 21                  | 200 metros Bruços  | Masculinos |
| ENTREGA DE MEDALHAS |                    |            |
| 22                  | 200 metros Costas  | Masculinos |
| 23                  | 200 metros Estilos | Femininos  |
| ENTREGA DE MEDALHAS |                    |            |

3ª JORNADA 01.04 • 2ª SESSÃO

|                     |                      |            |
|---------------------|----------------------|------------|
| 24                  | 200 metros Livres    | Femininos  |
| 25                  | 100 metros Livres    | Masculinos |
| 26                  | 100 metros Bruços    | Femininos  |
| ENTREGA DE MEDALHAS |                      |            |
| 27                  | 200 metros Mariposa  | Masculinos |
| 28                  | 100 metros Mariposa  | Femininos  |
| ENTREGA DE MEDALHAS |                      |            |
| 29                  | 4x100 metros Estilos | Masculinos |
| 30                  | 4x100 metros Livres  | Femininos  |