

# *ÉPOCA*

## *2020/21*



*PROVA DE APURAMENTO ZONAIS INF, CAD-A*

*CORUCHE –08 DE MAIO DE 2021*

*ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO DISTRITO DE SANTARÉM*

*APOIOS: CÂMARA MUNICIPAL DE CORUCHE*



**PROVA DE APURAMENTO ZONAIS DE INF  
E CADETES A  
Piscinas Municipais de Coruche  
08/05/2021**

**ADBA**

Delegados: Carla Sousinha  
Treinadores: Pedro Silva

**BUZIOS**

Delegados: Keetie Geus  
Treinadores: Tiago Leão, Hugo Lopes

**CLAC**

Delegados: Andreia Ferreira e Carla Chambel  
Treinadores: Luís Domingues, João Rosa

**CNAB**

Delegados: Adérito Garcia  
Treinadores: Nuno Valente

**CNRM**

Delegados: Patrícia Santos  
Treinadores: Rafael Melo

**CNSM**

Delegados: Maria Isabel Mesquita, Paulo Jorge Pereira  
Treinadores: Paulo Soares, Rui Oliveira

**CNTN**

Delegados: Carla Formigo  
Treinadores: Duarte Policarpo

**LAGAC**

Delegados:  
Treinadores: Guilherme Sá

**SFGP**

Delegados: Nuno Evaristo / Bruno Lourenço  
Treinadores: Vasco Fortunato, Luís Garcia

**VS**

Delegados: Rui Cabral, e António Alves  
Treinadores: Renato Rodrigues



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Estatística de inscrições

Todas as provas

Clube	Código	País	Atletas			Individuais			Estafetas		
			Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total
Ass. Desp. Bairro dos Anjos	ADBA	POR	10	6	16	40	24	64	-	-	-
BUZIOS-Coruche	BUZIOS	POR	5	10	15	24	44	68	-	-	-
Clube Lazer Aventura e Competicao	CLAC	POR	2	-	2	10	-	10	-	-	-
Clube Nautico de Abrantes	CNAB	POR	2	2	4	12	8	20	-	-	-
Clube Natacao de Rio Maior	CNRM	POR	9	8	17	38	32	70	-	-	-
Nautico Salvaterra Magos	CNSM	POR	1	3	4	4	16	20	-	-	-
Clube de Natacao de Torres Novas	CNTN	POR	8	6	14	21	21	42	-	-	-
Lagoa Academico Clube	LAGAC	POR	2	1	3	8	4	12	-	-	-
Sociedade Filarmonica Gualdim Pais	SFGP	POR	5	3	8	24	16	40	-	-	-
Viver Santarem	VS	POR	1	1	2	4	5	9	-	-	-
Numero total de 10 Clubes			45	40	85	185	170	355	-	-	-



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

1 - 1ª SESSÃO

08/05/2021 - 9:00

Prova 1  
08/05/2021 - 9:00

Femin., 400m Livres

Infantil  
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
1	Lia Barbosa Campos	206466	08	Ba-Leiria	NT	__ : __. __
2	Monica Ruessink	144988	09	Nautico Salvaterra Magos	7:06.28	__ : __. __
3	Maria Carlota Pombo	207445	08	Nautico Abrantes	6:48.31	__ : __. __
4	Maria Teresa Oliveira	207314	09	Ba-Leiria	6:44.12	__ : __. __
5	Maria Margarida Oliveira	207310	09	Ba-Leiria	6:44.42	__ : __. __
6	Sofia Feijoca Mesquita	205846	09	Nautico Salvaterra Magos	7:05.92	__ : __. __
7	Camila Marques Luis	202585	08	Torres Novas	7:13.22	__ : __. __
8	Ema Mestre Sa	206491	09	Ba-Leiria	NT	__ : __. __

Série 2 de 3

1	Laura Prates Morais	208599	09	BUZIOS-Coruche	6:36.07	__ : __. __
2	Margarida Sousa Luis	202587	08	Torres Novas	6:12.14	__ : __. __
3	Teresa Isabel Reis	211031	08	Rio Maior	6:09.87	__ : __. __
4	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	6:03.60	__ : __. __
5	Maria Ines Cochicho	205481	08	Torres Novas	6:07.63	__ : __. __
6	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	6:11.49	__ : __. __
7	Ines Ferreira Cheleu	206493	09	Ba-Leiria	6:21.92	__ : __. __
8	Sofia Lopes Castanheiro	203805	08	Gualdim Pais	6:37.52	__ : __. __

Série 3 de 3

1	Barbara Alexandra Rego	205809	08	BUZIOS-Coruche	5:55.66	__ : __. __
2	Alice Batista Agostinho	201151	08	Rio Maior	5:49.51	__ : __. __
3	Beatriz Belo Clara	205723	09	Ba-Leiria	5:40.66	__ : __. __
4	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	5:31.29	__ : __. __
5	Joana Pereira Santos	206442	09	Rio Maior	5:37.96	__ : __. __
6	Catarina Maria Lopes	203020	08	BUZIOS-Coruche	5:41.62	__ : __. __
7	Laura Brites Costa	211108	09	Rio Maior	5:54.36	__ : __. __
8	Margarida Maria Luiz		08	Lagoa Academico Clube	6:00.73	__ : __. __

Prova 2  
08/05/2021 - 9:25

Masc., 200m Estilos

Infantil  
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 4</u>						
2	Vadim Dovbenko	213111	08	Rio Maior	NT	__ : __. __
3	Leonardo Gomes Silva	210802	08	Rio Maior	NT	__ : __. __
4	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS-Coruche	3:44.02	__ : __. __
5	Rodolfo Charrua Gago	206444	08	Viver Santarem	3:48.44	__ : __. __
6	Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	NT	__ : __. __



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 2, Masc., 200m Estilos

Série 2 de 4

1	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	3:29.51	___:___:___
2	Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	3:18.58	___:___:___
3	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	3:15.42	___:___:___
4	Rafael Rosa Mangas	206467	07	Ba-Leiria	3:06.53	___:___:___
5	Daniel Gomes Santos	205542	08	Ba-Leiria	3:08.54	___:___:___
6	Francisco Guilherme Freixieiro	208642	08	Rio Maior	3:18.54	___:___:___
7	Rodrigo Vieira Vicente	208594	07	Torres Novas	3:23.67	___:___:___
8	Afonso Dinis Gomes	208239	08	Nautico Abrantes	3:31.67	___:___:___

Série 3 de 4

1	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS-Coruche	3:04.92	___:___:___
2	Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	3:00.62	___:___:___
3	Martim Santos Carreira	143862	07	Ba-Leiria	2:56.85	___:___:___
4	Martim Marques Gomes	206866	07	Rio Maior	2:54.18	___:___:___
5	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	2:56.51	___:___:___
6	Eugenio Melnyk	206440	07	Rio Maior	3:00.58	___:___:___
7	Tome Nunes Tome	205544	08	Ba-Leiria	3:03.87	___:___:___
8	Miguel Lourenco Velhinho	207677	07	Lagoa Academico Clube	3:06.25	___:___:___

Série 4 de 4

1	Santiago Ganso Perdigao	207674	08	Lagoa Academico Clube	2:51.23	___:___:___
2	Afonso Dinis Roque	205541	07	Ba-Leiria	2:48.33	___:___:___
3	Francisco Marques Simoes	205719	07	Ba-Leiria	2:36.97	___:___:___
4	Goncalo Pereira Colaco	205720	07	Ba-Leiria	2:27.19	___:___:___
5	Alexandre Morari	206445	07	Rio Maior	2:32.29	___:___:___
6	Joao Moura Francisco	205724	07	Ba-Leiria	2:44.17	___:___:___
7	Cristian Curjos	208128	07	Ba-Leiria	2:48.77	___:___:___
8	Bernardo Nunes Dominguez	205545	07	Ba-Leiria	2:53.82	___:___:___

Prova 3  
08/05/2021 - 9:40

Femin., 100m Livres

Cadete A  
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscri�o	
<u>Série 1 de 1</u>						
1	Maria Isabel Condeco		10	BUZIOS-Coruche	NT	___:___:___
2	Maria Eduarda Ribeiro	213505	10	BUZIOS-Coruche	NT	___:___:___
3	Francisca Sofia Alexandre	210548	10	Nautico Abrantes	1:54.39	___:___:___
4	Lara Paixao Silva	210801	10	Rio Maior	1:39.00	___:___:___
5	Leonor Sombreiro Martins	211313	10	BUZIOS-Coruche	1:46.96	___:___:___
6	Flor Fortunata Ferreira	211295	10	Gualdim Pais	2:23.37	___:___:___
7	Maria Carmo Rodrigues	211311	10	BUZIOS-Coruche	NT	___:___:___



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 4 Femin., 200m Costas Infantil  
08/05/2021 - 9:45 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
2	Sofia Rita Arsenio	208597	08	BUZIOS-Coruche	3:35.12	___:___:___
3	Sofia Lopes Castanheiro	203805	08	Gualdim Pais	3:18.64	___:___:___
4	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	2:52.31	___:___:___
5	Barbara Alexandra Rego	205809	08	BUZIOS-Coruche	3:13.94	___:___:___
6	Maria Carlota Pombo	207445	08	Nautico Abrantes	3:27.09	___:___:___
7	Laura Prates Morais	208599	09	BUZIOS-Coruche	NT	___:___:___

9:50 Intervalo 5 Min

Prova 5 Masc., 100m Costas Infantil  
08/05/2021 - 9:55 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Joao Francisco Gaspar	208596	08	BUZIOS-Coruche	NT	___:___:___
4	Vadim Dovbenko	213111	08	Rio Maior	NT	___:___:___
5	Francisco Martim Correia	213110	08	Rio Maior	NT	___:___:___
<u>Série 2 de 2</u>						
1	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	1:56.05	___:___:___
2	Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	1:38.99	___:___:___
3	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	1:31.09	___:___:___
4	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS-Coruche	1:22.72	___:___:___
5	Santiago Ganso Perdigao	207674	08	Lagoa Academico Clube	1:26.56	___:___:___
6	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	1:38.95	___:___:___
7	Rodrigo Vieira Vicente	208594	07	Torres Novas	1:40.40	___:___:___

Prova 6 Femin., 100m Costas Cadete A  
08/05/2021 - 10:00 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
3	Francisca Sofia Alexandre	210548	10	Nautico Abrantes	NT	___:___:___
4	Leonor Sombreireiro Martins	211313	10	BUZIOS-Coruche	1:50.09	___:___:___
5	Flor Fortunata Ferreira	211295	10	Gualdim Pais	NT	___:___:___



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 7  
08/05/2021 - 10:00

Femin., 100m Costas

Infantil  
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
2	Francisca da Silva Santos	213086	08	Rio Maior	NT	_:._.:
3	Catarina Isabel Galvão	212593	09	BUZIOS-Coruche	NT	_:._.:
4	Sofia Rita Arsenio	208597	08	BUZIOS-Coruche	1:46.18	_:._.:
5	Ines Rosa Rodrigues	209526	09	Rio Maior	2:08.83	_:._.:
6	Diana Silva Santos	213085	08	Rio Maior	NT	_:._.:

<u>Série 2 de 3</u>						
1	Monica Ruessink	144988	09	Nautico Salvaterra Magos	1:44.76	_:._.:
2	Ema Mestre Sa	206491	09	Ba-Leiria	1:42.27	_:._.:
3	Maria Margarida Oliveira	207310	09	Ba-Leiria	1:38.09	_:._.:
4	Maria Ines Cochicho	205481	08	Torres Novas	1:36.97	_:._.:
5	Vyeronika Barabanchuk	208607	08	BUZIOS-Coruche	1:38.09	_:._.:
6	Teresa Isabel Reis	211031	08	Rio Maior	1:41.47	_:._.:
7	Ines Ferreira Cheleu	206493	09	Ba-Leiria	1:43.36	_:._.:
8	Sofia Feijoca Mesquita	205846	09	Nautico Salvaterra Magos	1:45.56	_:._.:

<u>Série 3 de 3</u>						
1	Laura Prates Morais	208599	09	BUZIOS-Coruche	1:36.08	_:._.:
2	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	1:35.10	_:._.:
3	Joana Pereira Santos	206442	09	Rio Maior	1:30.70	_:._.:
4	Beatriz Belo Clara	205723	09	Ba-Leiria	1:30.37	_:._.:
5	Lia Barbosa Campos	206466	08	Ba-Leiria	1:30.43	_:._.:
6	Barbara Alexandra Rego	205809	08	BUZIOS-Coruche	1:34.50	_:._.:
7	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	1:35.48	_:._.:
8	Margarida Sousa Luis	202587	08	Torres Novas	1:36.21	_:._.:

Prova 8  
08/05/2021 - 10:10

Masc., 200m Costas

Infantil  
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
1	Afonso Dinis Gomes	208239	08	Nautico Abrantes	NT	_:._.:
2	Francisco Martim Correia	213110	08	Rio Maior	3:27.87	_:._.:
3	Rafael Rosa Mangas	206467	07	Ba-Leiria	3:11.61	_:._.:
4	Bernardo Nunes Dominguez	205545	07	Ba-Leiria	3:07.64	_:._.:
5	Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	3:11.13	_:._.:
6	Daniel Gomes Santos	205542	08	Ba-Leiria	3:13.86	_:._.:
7	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	NT	_:._.:

<u>Série 2 de 2</u>						
1	Joao Moura Francisco	205724	07	Ba-Leiria	2:58.00	_:._.:
2	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS-Coruche	2:55.37	_:._.:
3	Martim Santos Carreira	143862	07	Ba-Leiria	2:53.53	_:._.:
4	Goncalo Pereira Colaco	205720	07	Ba-Leiria	2:30.98	_:._.:
5	Martim Marques Gomes	206866	07	Rio Maior	2:45.76	_:._.:
6	Tome Nunes Tome	205544	08	Ba-Leiria	2:54.82	_:._.:
7	Miguel Lourenco Velhinho	207677	07	Lagoa Academico Clube	2:57.73	_:._.:
8	Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	3:03.44	_:._.:



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 9 Femin., 100m Estilos Cadete A  
08/05/2021 - 10:20 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
4	Lara Paixao Silva	210801	10	Rio Maior	1:40.57	___:___:___

2 - 2ª SESSÃO 08/05/2021 - 11:45

Prova 10 Masc., 100m Livres Cadete A  
08/05/2021 - 11:45 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
1	Antonio Viriato Silva	205834	09	Gualdim Pais	NT	___:___:___
2	Stefan Iordan Chele	210899	09	Rio Maior	1:43.20	___:___:___
3	Goncalo Duarte Timoteo	205838	09	Gualdim Pais	1:38.05	___:___:___
4	Francisco Vale Matias	208595	09	BUZIOS-Coruche	1:33.40	___:___:___
5	Gabriel Sa Chambel	205814	09	CLAC-Entroncamento	1:34.48	___:___:___
6	Vicente Alexandre Silva	205843	09	Gualdim Pais	1:41.22	___:___:___
7	Dinis Rodrigues Inacio	209519	09	Nautico Salvaterra Magos	2:01.28	___:___:___
8	Dimas Pasichnyuk	213108	09	Rio Maior	NT	___:___:___

Prova 11 Femin., 200m Bruços Infantil  
08/05/2021 - 11:50 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
3	Sofia Feijoca Mesquita	205846	09	Nautico Salvaterra Magos	NT	___:___:___
4	Catarina Maria Lopes	203020	08	BUZIOS-Coruche	3:25.98	___:___:___
5	Maria Teresa Oliveira	207314	09	Ba-Leiria	3:30.81	___:___:___
6	Francisca da Silva Santos	213086	08	Rio Maior	NT	___:___:___

Prova 12 Masc., 100m Bruços Infantil  
08/05/2021 - 11:55 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
1	Francisco Martim Correia	213110	08	Rio Maior	NT	___:___:___
2	Afonso Dinis Gomes	208239	08	Nautico Abrantes	NT	___:___:___
3	Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	1:52.44	___:___:___
4	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS-Coruche	1:49.51	___:___:___
5	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	1:49.94	___:___:___
6	Joao Francisco Gaspar	208596	08	BUZIOS-Coruche	2:38.46	___:___:___
7	Vadim Dovbenko	213111	08	Rio Maior	NT	___:___:___



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 12, Masc., 100m Bruços

Série 2 de 2

1	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	1:41.67	___:___:___
2	Rodrigo Vieira Vicente	208594	07	Torres Novas	1:38.28	___:___:___
3	Afonso Dinis Roque	205541	07	Ba-Leiria	1:31.92	___:___:___
4	Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	1:29.98	___:___:___
5	Martim Marques Gomes	206866	07	Rio Maior	1:31.89	___:___:___
6	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	1:35.74	___:___:___
7	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS-Coruche	1:40.49	___:___:___
8	Leonardo Gomes Silva	210802	08	Rio Maior	1:46.86	___:___:___

Prova 13

Masc., 100m Costas

Cadete A

08/05/2021 - 12:00

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
2	Goncalo Duarte Timoteo	205838	09	Gualdim Pais	NT	___:___:___
3	Vicente Alexandre Silva	205843	09	Gualdim Pais	NT	___:___:___
4	Dinis Rodrigues Inacio	209519	09	Nautico Salvaterra Magos	2:04.02	___:___:___
5	Antonio Viriato Silva	205834	09	Gualdim Pais	NT	___:___:___
6	Francisco Vale Matias	208595	09	BUZIOS-Coruche	NT	___:___:___

Prova 14

Femin., 100m Bruços

Infantil

08/05/2021 - 12:00

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
2	Ines Rosa Rodrigues	209526	09	Rio Maior	NT	___:___:___
3	Catarina Isabel Galvão	212593	09	BUZIOS-Coruche	2:30.89	___:___:___
4	Sofia Rita Arsenio	208597	08	BUZIOS-Coruche	2:02.13	___:___:___
5	Monica Ruessink	144988	09	Nautico Salvaterra Magos	2:03.53	___:___:___
6	Francisca da Silva Santos	213086	08	Rio Maior	NT	___:___:___
7	Diana Silva Santos	213085	08	Rio Maior	NT	___:___:___

Série 2 de 2

1	Maria Carlota Pombo	207445	08	Nautico Abrantes	1:50.42	___:___:___
2	Sofia Feijoca Mesquita	205846	09	Nautico Salvaterra Magos	1:45.45	___:___:___
3	Laura Brites Costa	211108	09	Rio Maior	1:41.91	___:___:___
4	Catarina Maria Lopes	203020	08	BUZIOS-Coruche	1:35.91	___:___:___
5	Margarida Maria Luiz		08	Lagoa Academico Clube	1:39.31	___:___:___
6	Sofia Lopes Castanheiro	203805	08	Gualdim Pais	1:43.72	___:___:___
7	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	1:49.13	___:___:___
8	Camila Marques Luis	202585	08	Torres Novas	1:57.79	___:___:___



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 15 Masc., 200m Bruços Infantil  
08/05/2021 - 12:10 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição		
<u>Série 1 de 1</u>							
2	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	NT	:	_____
3	Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	3:21.48	:	_____
4	Francisco Marques Simoes	205719	07	Ba-Leiria	2:53.34	:	_____
5	Cristian Curjos	208128	07	Ba-Leiria	3:14.81	:	_____
6	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS-Coruche	NT	:	_____

Prova 16 Masc., 100m Estilos Cadete A  
08/05/2021 - 12:15 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição		
<u>Série 1 de 1</u>							
3	Dimas Pasichnyuk	213108	09	Rio Maior	NT	:	_____
4	Stefan Iordan Chele	210899	09	Rio Maior	1:40.31	:	_____
5	Gabriel Sa Chambel	205814	09	CLAC-Entroncamento	1:43.31	:	_____

3 - 3ª SESSÃO

08/05/2021 - 15:30

Prova 17 Masc., 400m Livres Infantil  
08/05/2021 - 15:30 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição		
<u>Série 1 de 4</u>							
3	Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	NT	:	_____
4	Rodolfo Charrua Gago	206444	08	Viver Santarem	6:45.53	:	_____
5	Afonso Dinis Gomes	208239	08	Nautico Abrantes	6:48.12	:	_____

Série 2 de 4

1	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	6:39.07	:	_____
2	Leonardo Gomes Silva	210802	08	Rio Maior	6:14.67	:	_____
3	Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	5:57.52	:	_____
4	Miguel Lourenco Velhinho	207677	07	Lagoa Academico Clube	5:54.59	:	_____
5	Daniel Gomes Santos	205542	08	Ba-Leiria	5:55.50	:	_____
6	Bernardo Nunes Dominguez	205545	07	Ba-Leiria	5:59.68	:	_____
7	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	6:25.60	:	_____
8	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS-Coruche	6:44.11	:	_____

Série 3 de 4

1	Santiago Ganso Perdigao	207674	08	Lagoa Academico Clube	5:47.16	:	_____
2	Joao Moura Francisco	205724	07	Ba-Leiria	5:28.30	:	_____
3	Francisco Guilherme Freixieiro	208642	08	Rio Maior	5:26.23	:	_____
4	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	5:25.04	:	_____
5	Tome Nunes Tome	205544	08	Ba-Leiria	5:25.30	:	_____
6	Martim Santos Carreira	143862	07	Ba-Leiria	5:28.19	:	_____
7	Cristian Curjos	208128	07	Ba-Leiria	5:37.58	:	_____
8	Rafael Rosa Mangas	206467	07	Ba-Leiria	5:53.43	:	_____



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 17, Masc., 400m Livres

Série 4 de 4

1	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS-Coruche	5:21.13	___:___:___
2	Eugenio Melnyk	206440	07	Rio Maior	5:18.21	___:___:___
3	Afonso Dinis Roque	205541	07	Ba-Leiria	4:58.71	___:___:___
4	Alexandre Morari	206445	07	Rio Maior	4:45.61	___:___:___
5	Goncalo Pereira Colaco	205720	07	Ba-Leiria	4:55.04	___:___:___
6	Francisco Marques Simoes	205719	07	Ba-Leiria	5:07.91	___:___:___
7	Martim Marques Gomes	206866	07	Rio Maior	5:20.97	___:___:___
8	Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	5:21.50	___:___:___

Prova 18

Femin., 200m Estilos

Infantil

08/05/2021 - 16:00

Startlist

Pista Nome NFed Ano Clube Tp inscrição

Série 1 de 3

1	Laura Prates Morais	208599	09	BUZIOS-Coruche	NT	___:___:___
2	Sofia Feijoca Mesquita	205846	09	Nautico Salvaterra Magos	3:39.07	___:___:___
3	Monica Ruessink	144988	09	Nautico Salvaterra Magos	3:37.70	___:___:___
4	Maria Carlota Pombo	207445	08	Nautico Abrantes	3:34.62	___:___:___
5	Camila Marques Luis	202585	08	Torres Novas	3:36.10	___:___:___
6	Ema Mestre Sa	206491	09	Ba-Leiria	3:38.22	___:___:___
7	Teresa Isabel Reis	211031	08	Rio Maior	3:44.72	___:___:___

Série 2 de 3

1	Lia Barbosa Campos	206466	08	Ba-Leiria	3:30.04	___:___:___
2	Maria Margarida Oliveira	207310	09	Ba-Leiria	3:27.00	___:___:___
3	Margarida Sousa Luis	202587	08	Torres Novas	3:24.80	___:___:___
4	Sofia Lopes Castanheiro	203805	08	Gualdim Pais	3:23.76	___:___:___
5	Joana Pereira Santos	206442	09	Rio Maior	3:24.26	___:___:___
6	Maria Teresa Oliveira	207314	09	Ba-Leiria	3:25.93	___:___:___
7	Ines Ferreira Cheleu	206493	09	Ba-Leiria	3:29.10	___:___:___
8	Barbara Alexandra Rego	205809	08	BUZIOS-Coruche	3:33.03	___:___:___

Série 3 de 3

1	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	3:17.12	___:___:___
2	Beatriz Belo Clara	205723	09	Ba-Leiria	3:13.69	___:___:___
3	Catarina Maria Lopes	203020	08	BUZIOS-Coruche	3:06.38	___:___:___
4	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	2:58.94	___:___:___
5	Margarida Maria Luiz		08	Lagoa Academico Clube	3:04.52	___:___:___
6	Laura Brites Costa	211108	09	Rio Maior	3:13.19	___:___:___
7	Alice Batista Agostinho	201151	08	Rio Maior	3:15.11	___:___:___
8	Maria Ines Cochicho	205481	08	Torres Novas	3:20.45	___:___:___



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 19 Femin., 50m Mariposa Cadete A  
08/05/2021 - 16:10 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	TP inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
3	Maria Isabel Condeco		10	BUZIOS-Coruche	NT	__ : __. __
4	Angela Maria Pereira	205844	10	Nautico Salvaterra Magos	1:05.38	__ : __. __
5	Francisca Sofia Alexandre	210548	10	Nautico Abrantes	NT	__ : __. __

Prova 20 Masc., 200m Livres Infantil  
08/05/2021 - 16:15 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	TP inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
2	Martim Fernando Rodrigues	208518	07	BUZIOS-Coruche	NT	__ : __. __
3	Joao Francisco Gaspar	208596	08	BUZIOS-Coruche	3:56.64	__ : __. __
4	Vadim Dovbenko	213111	08	Rio Maior	3:03.00	__ : __. __
5	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS-Coruche	3:15.90	__ : __. __
6	Francisco Martim Correia	213110	08	Rio Maior	NT	__ : __. __

<u>Série 2 de 2</u>						
1	Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	2:56.22	__ : __. __
2	Francisco Guilherme Freixieiro	208642	08	Rio Maior	2:45.22	__ : __. __
3	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	2:35.50	__ : __. __
4	Eugenio Melnyk	206440	07	Rio Maior	2:32.95	__ : __. __
5	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS-Coruche	2:33.95	__ : __. __
6	Leonardo Gomes Silva	210802	08	Rio Maior	2:38.03	__ : __. __
7	Santiago Ganso Perdigao	207674	08	Lagoa Academico Clube	2:53.47	__ : __. __
8	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	3:00.00	__ : __. __

Prova 21 Femin., 100m Livres Infantil  
08/05/2021 - 16:25 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	TP inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
3	Catarina Isabel Galvão	212593	09	BUZIOS-Coruche	NT	__ : __. __
4	Maria Leonor Santos	209564	09	Torres Novas	2:12.55	__ : __. __
5	Diana Silva Santos	213085	08	Rio Maior	NT	__ : __. __
6	Francisca da Silva Santos	213086	08	Rio Maior	NT	__ : __. __

<u>Série 2 de 3</u>						
1	Ines Rosa Rodrigues	209526	09	Rio Maior	1:48.69	__ : __. __
2	Laura Prates Morais	208599	09	BUZIOS-Coruche	1:34.20	__ : __. __
3	Camila Marques Luis	202585	08	Torres Novas	1:26.72	__ : __. __
4	Maria Carlota Pombo	207445	08	Nautico Abrantes	1:23.62	__ : __. __
5	Sofia Rita Arsenio	208597	08	BUZIOS-Coruche	1:25.53	__ : __. __
6	Maria Teresa Oliveira	207314	09	Ba-Leiria	1:28.28	__ : __. __
7	Sofia Feijoca Mesquita	205846	09	Nautico Salvaterra Magos	1:34.76	__ : __. __
8	Laura Margarida Conde	208592	09	Torres Novas	2:09.63	__ : __. __



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 21, Femin., 100m Livres

Série 3 de 3

1	Sofia Lopes Castanheiro	203805	08	Gualdim Pais	1:21.52	__ : __. __
2	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	1:19.12	__ : __. __
3	Barbara Alexandra Rego	205809	08	BUZIOS-Coruche	1:17.46	__ : __. __
4	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	1:10.81	__ : __. __
5	Catarina Maria Lopes	203020	08	BUZIOS-Coruche	1:14.59	__ : __. __
6	Maria Ines Cochicho	205481	08	Torres Novas	1:19.10	__ : __. __
7	Margarida Sousa Luis	202587	08	Torres Novas	1:20.54	__ : __. __
8	Vyeronika Barabanchuk	208607	08	BUZIOS-Coruche	1:21.78	__ : __. __

16:30 Intervalo 5 Min

Prova 22

Femin., 100m Bruços

Cadete A

08/05/2021 - 16:35

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
	3 Leonor Sombreireiro Martins	211313	10	BUZIOS-Coruche	2:30.03	__ : __. __
	4 Lara Paixao Silva	210801	10	Rio Maior	1:54.37	__ : __. __
	5 Angela Maria Pereira	205844	10	Nautico Salvaterra Magos	2:08.19	__ : __. __
	6 Flor Fortunata Ferreira	211295	10	Gualdim Pais	NT	__ : __. __

Prova 23

Masc., 100m Livres

Infantil

08/05/2021 - 16:40

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 4</u>						
	3 Francisco Martim Correia	213110	08	Rio Maior	NT	__ : __. __
	4 Joao Francisco Gaspar	208596	08	BUZIOS-Coruche	1:51.32	__ : __. __
	5 Martim Fernando Rodrigues	208518	07	BUZIOS-Coruche	2:08.46	__ : __. __
	6 Vadim Dovbenko	213111	08	Rio Maior	NT	__ : __. __

Série 2 de 4

1	Martim Silva Oliveira	202588	08	Torres Novas	1:41.09	__ : __. __
2	Rodolfo Charrua Gago	206444	08	Viver Santarem	1:36.26	__ : __. __
3	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS-Coruche	1:35.65	__ : __. __
4	Miguel Gameiro Pereira	210184	08	Torres Novas	1:35.06	__ : __. __
5	Afonso Dinis Gomes	208239	08	Nautico Abrantes	1:35.42	__ : __. __
6	Carlos Ross Raposo	209562	08	Torres Novas	1:36.03	__ : __. __
7	Salvador Gomes Serra	206860	08	Torres Novas	1:37.34	__ : __. __
8	Joao Miguel Flores	206469	08	Torres Novas	1:51.09	__ : __. __



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 23, Masc., 100m Livres

Série 3 de 4

1	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	1:20.93	__ : __. __
2	Miguel Lourenco Velhinho	207677	07	Lagoa Academico Clube	1:18.18	__ : __. __
3	Daniel Gomes Santos	205542	08	Ba-Leiria	1:16.48	__ : __. __
4	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS-Coruche	1:12.03	__ : __. __
5	Bernardo Nunes Dominguez	205545	07	Ba-Leiria	1:15.59	__ : __. __
6	Rafael Rosa Mangas	206467	07	Ba-Leiria	1:17.53	__ : __. __
7	Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	1:20.39	__ : __. __
8	Rodrigo Vieira Vicente	208594	07	Torres Novas	1:21.38	__ : __. __

Série 4 de 4

1	Tome Nunes Tome	205544	08	Ba-Leiria	1:11.71	__ : __. __
2	Martim Santos Carreira	143862	07	Ba-Leiria	1:10.59	__ : __. __
3	Francisco Marques Simoes	205719	07	Ba-Leiria	1:06.01	__ : __. __
4	Alexandre Morari	206445	07	Rio Maior	1:00.83	__ : __. __
5	Goncalo Pereira Colaco	205720	07	Ba-Leiria	1:02.23	__ : __. __
6	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	1:10.20	__ : __. __
7	Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	1:11.27	__ : __. __
8	Cristian Curjos	208128	07	Ba-Leiria	1:11.88	__ : __. __

Prova 24  
08/05/2021 - 16:50

Femin., 200m Livres

Infantil  
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
1	Ines Rosa Rodrigues	209526	09	Rio Maior	3:29.24	__ : __. __
2	Diana Silva Santos	213085	08	Rio Maior	3:14.51	__ : __. __
3	Ema Mestre Sa	206491	09	Ba-Leiria	3:09.71	__ : __. __
4	Maria Margarida Oliveira	207310	09	Ba-Leiria	3:05.09	__ : __. __
5	Teresa Isabel Reis	211031	08	Rio Maior	3:09.58	__ : __. __
6	Monica Ruessink	144988	09	Nautico Salvaterra Magos	3:11.20	__ : __. __
7	Laura Prates Morais	208599	09	BUZIOS-Coruche	3:14.89	__ : __. __
8	Catarina Isabel Galvão	212593	09	BUZIOS-Coruche	NT	__ : __. __

Série 2 de 3

1	Margarida Maria Luiz		08	Lagoa Academico Clube	3:01.43	__ : __. __
2	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	3:00.43	__ : __. __
3	Maria Ines Cochicho	205481	08	Torres Novas	2:59.63	__ : __. __
4	Lia Barbosa Campos	206466	08	Ba-Leiria	2:56.69	__ : __. __
5	Vyeronika Barabanchuk	208607	08	BUZIOS-Coruche	2:59.62	__ : __. __
6	Margarida Sousa Luis	202587	08	Torres Novas	2:59.95	__ : __. __
7	Ines Ferreira Cheleu	206493	09	Ba-Leiria	3:01.27	__ : __. __
8	Sofia Rita Arsenio	208597	08	BUZIOS-Coruche	3:04.00	__ : __. __



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 24, Femin., 200m Livres

Série 3 de 3

1	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	2:51.26	__ : __. __
2	Beatriz Belo Clara	205723	09	Ba-Leiria	2:48.95	__ : __. __
3	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	2:41.02	__ : __. __
4	Catarina Maria Lopes	203020	08	BUZIOS-Coruche	2:40.32	__ : __. __
5	Joana Pereira Santos	206442	09	Rio Maior	2:40.68	__ : __. __
6	Alice Batista Agostinho	201151	08	Rio Maior	2:43.03	__ : __. __
7	Barbara Alexandra Rego	205809	08	BUZIOS-Coruche	2:50.78	__ : __. __
8	Laura Brites Costa	211108	09	Rio Maior	2:52.65	__ : __. __

Prova 25

Femin., 200m Livres

Cadete A

08/05/2021 - 17:05

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
2	Maria Isabel Condeco		10	BUZIOS-Coruche	NT	__ : __. __
3	Flor Fortunata Ferreira	211295	10	Gualdim Pais	NT	__ : __. __
4	Lara Paixao Silva	210801	10	Rio Maior	3:29.44	__ : __. __
5	Leonor Sombreiro Martins	211313	10	BUZIOS-Coruche	3:47.68	__ : __. __
6	Maria Carmo Rodrigues	211311	10	BUZIOS-Coruche	NT	__ : __. __

4 - 4ª SESSÃO

08/05/2021 - 18:20

Prova 26

Masc., 200m Livres

Cadete A

08/05/2021 - 18:20

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
3	Dimas Pasichnyuk	213108	09	Rio Maior	NT	__ : __. __
4	Francisco Vale Matias	208595	09	BUZIOS-Coruche	3:17.23	__ : __. __
5	Stefan Iordan Chele	210899	09	Rio Maior	NT	__ : __. __
6	Vicente Alexandre Silva	205843	09	Gualdim Pais	NT	__ : __. __

Prova 27

Masc., 200m Mariposa

Infantil

08/05/2021 - 18:25

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
4	Alexandre Morari	206445	07	Rio Maior	2:40.18	__ : __. __
5	Afonso Dinis Roque	205541	07	Ba-Leiria	3:05.78	__ : __. __



Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

Prova 28 Femin., 100m Mariposa Infantil  
08/05/2021 - 18:30 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Sofia Feijoca Mesquita	205846	09	Nautico Salvaterra Magos	NT	__ : __. __
4	Monica Ruessink	144988	09	Nautico Salvaterra Magos	1:50.12	__ : __. __
5	Sofia Lopes Castanheiro	203805	08	Gualdim Pais	1:51.37	__ : __. __
<u>Série 2 de 2</u>						
2	Barbara Alexandra Rego	205809	08	BUZIOS-Coruche	1:45.94	__ : __. __
3	Vyeronika Barabanchuk	208607	08	BUZIOS-Coruche	1:41.66	__ : __. __
4	Catarina Maria Lopes	203020	08	BUZIOS-Coruche	1:30.32	__ : __. __
5	Alice Batista Agostinho	201151	08	Rio Maior	1:30.75	__ : __. __
6	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	1:44.13	__ : __. __
7	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	1:48.93	__ : __. __

Prova 29 Masc., 100m Bruços Cadete A  
08/05/2021 - 18:35 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
1	Dimas Pasichnyuk	213108	09	Rio Maior	NT	__ : __. __
2	Vicente Alexandre Silva	205843	09	Gualdim Pais	NT	__ : __. __
3	Stefan Iordan Chele	210899	09	Rio Maior	2:14.34	__ : __. __
4	Gabriel Sa Chambel	205814	09	CLAC-Entroncamento	2:02.10	__ : __. __
5	Dinis Rodrigues Inacio	209519	09	Nautico Salvaterra Magos	2:06.59	__ : __. __
6	Antonio Viriato Silva	205834	09	Gualdim Pais	NT	__ : __. __
7	Goncalo Duarte Timoteo	205838	09	Gualdim Pais	NT	__ : __. __

Prova 30 Masc., 100m Mariposa Infantil  
08/05/2021 - 18:35 Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	NT	__ : __. __
4	Francisco Guilherme Freixieiro	208642	08	Rio Maior	NT	__ : __. __
5	Afonso Dinis Gomes	208239	08	Nautico Abrantes	NT	__ : __. __
<u>Série 2 de 2</u>						
2	Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	1:46.96	__ : __. __
3	Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	1:29.67	__ : __. __
4	Joao Moura Francisco	205724	07	Ba-Leiria	1:16.21	__ : __. __
5	Eugenio Melnyk	206440	07	Rio Maior	1:23.34	__ : __. __
6	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS-Coruche	1:39.97	__ : __. __
7	Rodolfo Charrua Gago	206444	08	Viver Santarem	NT	__ : __. __





## REGULAMENTO DISTRITAL NATAÇÃO - 2020/21

### **PROVA DE APURAMENTO DE TEMPOS DE ACESSO AO ZONAL DE INFANTIS – TORNEIO DE CADETES**

1. – **LOCAL:** Piscina Municipal de Coruche
2. A organiza o do Torneio   da responsabilidade ANDS.
3. **ARBITRAGEM:** Conselho Distrital de Santarém
4. **DATA:** 8 DE MAIO DE 2021

#### 5. HORÁRIO:

8 DE MAIO 2021	
<b>1ª Jornada - 1ª sessão</b>	<b>2ª Jornada - 3ª sessão</b>
<b>Aquecimento 08H00</b>	<b>Aquecimento 14 H00</b>
<b>Inicio da prova 09H00</b>	<b>inicio da prova 15 H 30</b>
Previsão de encerramento – 10H30	Previsão de encerramento – 17H10
<b>1ª Jornada - 2ª sessão</b>	<b>2ª Jornada - 4ª sessão</b>
<b>Aquecimento 10 H 40</b>	<b>Aquecimento 17H20</b>
<b>Inicio da prova 11 h e 45 m</b>	<b>Inicio da prova 18H20</b>
Previsão de encerramento – 12H20	Previsão de encerramento – 18H50

#### 5 – PARTICIPAÇÃO

Podem participar todos os nadadores filiados em Nata o Pura pela FPN nas categorias de Infantis, e Cadetes A.

- ✓ Categorias: Infantis (A e B), e Cadetes (A)
- ✓ A participa o de cada nadador está limitada a um máximo de Três (3) provas individuais por sessão.
- ✓ Os nadadores cadetes apenas poderão nadar duas (2) provas por sessão.

#### 6 – INSCRIÇÕES E PAGAMENTO

As inscri es deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia 3/05/2021.

O pagamento das inscri es será feito   ANDS para o seguinte NIB: 0033 **0000 5003 6910 0020 5**



## REGULAMENTO DISTRIAL NATAÇÃO - 2020/21

### 7 - PROGRAMA DE PROVAS

8 DE MAIO 2021							
1ª Jornada - 1ª sessão				2ª Jornada - 3ª sessão			
Aquecimento 08H00				Aquecimento 14 H00			
Início da prova 09H00				início da prova 15 H 30			
1	400 L	INF	FEM	17	400 L	INF	MAS
2	200 EST	INF	MAS	18	200 EST	INF	FEM
3	100 L	CAD	FEM	19	50 M	CAD	FEM
4	200 C	INF	FEM	20	200 L	INF	MAS
5	100 C	INF	MAS	21	100 L	INF	FEM
6	100 C	CAD	FEM	22	100 B	CAD	FEM
7	100 C	INF	FEM	23	100 L	INF	MAS
8	200 C	INF	MAS	24	200 L	INF	FEM
9	100 EST	CAD	FEM	25	200 L	CAD	FEM
Previsão de encerramento – 10H30				Previsão de encerramento – 17H10			
1ª Jornada - 2ª sessão				2ª Jornada - 4ª sessão			
Aquecimento 10 H 40				Aquecimento 17H20			
Início da prova 11 h e 45 m				Início da prova 18H20			
10	100 L	CAD	MAS		200 L	CAD	MAS
11	200 B	INF	FEM	26	200 M	INF	MAS
12	100 B	INF	MAS	27	100 M	INF	FEM
13	100 C	CAD	MASC	28	100 B	CAD	MAS
14	100 B	INF	FEM	29	100 M	INF	MAS
45	200 B	INF	MAS	30	200 M	INF	FEM
16	100 EST	CAD	MAS	31	50 M	CAD	MAS
Previsão de encerramento – 12H20				Previsão de encerramento – 18H50			

**NOTA (covid 19): o programa de provas e as normas de participação poderão sofrer alterações conforme orientações da DGS ou orientações regionais das delegações de saúde e normas dos municípios.**



## **ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO DISTRITO DE SANTARÉM**

Manual de procedimentos para PROVA DE APURAMENTO DE TEMPOS DE  
ACESSO AO ZONAL DE INFANTIS PROVA DE APURAMENTO DE CADETES A

Piscinas Municipais de Coruche

08 de Maio de 2021

# **(PROVA SEM PÚBLICO)**

Índice

- 1. Regras elementares obrigatórias**
- 2. Enquadramento**
  - 2.1. Plano de contingência da instalação

2.2. Procedimento por ocorrência de caso suspeito

2.3. Responsabilidade do evento

### **3. Recomendações gerais**

3.1. Instalações

3.2. Equipamentos de proteção individual

3.3. Acesso às instalações

3.4. Percursos autorizados

3.5. Instalações sanitárias, balneários, cacifos e duches

### **4. Circulação de atletas, treinadores e delegados/fisioterapeutas**

4.1. Controlo de entradas na instalação

4.2. Circulação dentro das instalações

4.3. Locais atribuídos a cada clube

4.4. Períodos de utilização da piscina para aquecimento

4.5. Acesso à câmara de chamada

4.6. Percurso de nadadores antes e depois da realização de cada prova

4.7. Circulação de treinadores

4.8. Circulação de delegados/fisioterapeutas

### **5. Procedimentos da Competição**

5.1. Reuniões técnicas

5.2. Aquecimento

5.3. Câmara de chamada

5.4. Período de descontração

5.5. Resultados

5.6. Cerimónia Protocolares

5.7. Zona exclusiva para treinadores

### **6. Arbitragem**

6.1. Acesso às instalações

6.2. Balneários

6.3. Desempenho das funções

### **7. Procedimentos de limpeza e desinfeção**

7.1. Instalações sanitárias e zonas envolventes

7.2. Câmara de chamada

7.3. Blocos de partida

7.4. Limpeza e desinfeção entre a sessão da manhã e sessão da tarde

### **8. Outros**

## **1 Regras elementares obrigatórias**

## 2. Enquadramento

- Natação Pura: Modalidade de Baixo Risco de acordo com o emanado na Orientação no 036/2020 de 25/08/2020 atualizada a 31/03/2021
- Todos os agentes desportivos na competição (atletas, treinadores, delegados, fisioterapeutas, árbitros, Staff e representantes das entidades organizadoras) no processo de filiação junto da FPN assinaram individualmente o Termo de Responsabilidade DGS para a COVID-19 (publicado na Orientação no 036/2020 de 25/08/2020 atualizada a 31/03/2021 <https://www.dgs.pt/normas-orientacoes-e-informacoes/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0362020-de-25082020.aspx>), que poderão ser disponibilizados pela ANDS ou FPN em qualquer altura às entidades de saúde.
- Para o evento atual será exigido um Termo de Responsabilidade por equipa validado pelo Clube participante e que o respetivo Delegado responsável presente ao evento tem obrigatoriamente que entregar à organização antes do início da competição.
- Resolução do Conselho de Ministros no 40/2020 de 29 de maio, nº51-A/2020 de 26 de junho e nº88/2020 suportadas pelas recomendações da DGS nº 036/2020 de 25/08/2020 atualizada a 31/03/2021. Recentemente abrangido pelo Decreto no Decreto no 6/2021, Artigo 41º.
- **Todos os intervenientes estão cientes que em qualquer altura este enquadramento pode ser alterado e carece sempre de autorização final da entidade de saúde regional.**

### 2.1. Plano de contingência da instalação

- O plano de contingência da instalação deverá estar aprovado pela entidade de Saúde Regional e anexado a este Manual de Procedimentos, fazendo parte integrante do mesmo.

### 2.2. Procedimento por ocorrência de caso suspeito

- Caso seja detetado algum caso suspeito durante a competição será aplicado o procedimento do Plano de Contingência da instalação., anexa a este manual e sendo coordenado pela CM de Coruche e ANDS.

### 2.3. Responsabilidade do evento

- O evento é realizado em parceria com a Câmara Municipal de Coruche, sendo a responsabilidade da ANDS.

### 3. Recomendações gerais

#### 3.1. Instalações

- **As instalações estão fechadas e serão usadas exclusivamente pelos agentes desportivos indispensáveis à realização do evento (Organização, arbitragem, treinadores, fisioterapeutas, delegados dos clubes e atletas).**
- O acesso à instalação será condicionado à entrada do edifício unicamente a agentes autorizados e credenciados de acordo com o regulamento da prova divulgado pela ANDS e de acordo com a planta em anexo.

#### 3.2. Equipamentos de proteção individual (EPI)

- **Uso de máscara** é de uso obrigatório dentro das instalações, exceto os nadadores imediatamente antes de entrar na piscina, quer para o aquecimento quer para prova.
- Após a prática os nadadores devem recolocar a máscara logo que possível.
- **O calçado da rua** não pode ser utilizado dentro da piscina.
- Dentro da piscina todos os intervenientes obrigatoriamente circulam com calçado exclusivo para o efeito.
- **Os nadadores, treinadores, delegados/fisioterapeutas** obrigatoriamente circulam de chinelos ou com sobrebotas de proteção (cada entidade é responsável pelo material a utilizar. A organização não disponibilizará sobrebotas para os clubes).
- **A arbitragem, staff da organização e funcionários de serviço da instalação** devem proceder à desinfeção periódica e regular do calçado que obrigatoriamente é de utilização exclusiva para dentro do cais da piscina.

#### 3.3. Acesso às instalações

- O acesso à instalação será condicionado à entrada do edifício unicamente a agentes autorizados e credenciados de acordo com o regulamento da prova divulgado pela ANDS.
- **A cada Clube será atribuído um espaço delimitado e numerado**, em que os elementos integrantes da equipa deverão permanecer durante a realização das provas.
- **Após o início das provas** não será permitida a entrada ou saída de nenhum agente desportivo, exceto em caso de emergência

#### 3.4. Percursos autorizados

- **Os percursos estarão assinalados** no chão e paredes outro sistema que possa ser visível e identificado. Sempre que possível serão de sentido único evitando o cruzamento entre pessoas.

- **Os nadadores só podem ausentar-se do espaço atribuído para o aquecimento, para a câmara de chamada para nadar a sua prova ou para irem aos sanitários.**
- **Os treinadores e delegados** manter-se-ão na zona da bancada que for atribuída ao clube.



### **3.5. Instalações sanitárias, balneários, cacifos e duches**

- **As instalações sanitárias** encontram-se abertas e apenas poderão ser utilizados os sanitários;
- **Usar a bancada para equipar e vestir. O balneário feminino servirá apenas para colocar fato de competição.**
- **Cacifos encerrados;**
- **Duches encerrados;**

## **4. Circulação de atletas, treinadores e delegados/fisioterapeutas**

### **4.1. Controlo de entradas na instalação**

- Arbitragem, staff da ANDS e funcionários da piscina terão uma credencial específica para o evento.
- Após o início das provas não será permitida a entrada ou saída de nenhum agente desportivo, exceto em caso de emergência.

### **4.2. Circulação dentro das instalações**

- A circulação deve ser evitada exceto no desempenho das funções de cada um ou do previsto para nadadores, arbitragem, organização do evento e funcionários da piscina.

### **4.3. Locais atribuídos a cada clube**

- A cada clube será atribuído um espaço numerado com capacidade para o nº de atletas previsto regulamentarmente **para cada sessão, 1 treinador e 1 delegado ( poderá ainda ser extensivo 1 treinador e um delegado para os cadetes)**. Caso o mesmo clube tenha equipa masculina e feminina serão atribuídos espaços contíguos.

### **4.4. Períodos de utilização da piscina para aquecimento**

### **4.5.**

- Só será autorizado o aquecimento na piscina de competição e no início de cada sessão de acordo com o descrito no ponto 5.2.

#### 4.6. Acesso à câmara de chamada

#### 4.7.

- **A câmara de chamada** terá 2 series de 8 lugares de espera para a cada prova. Na antecâmara serão chamados pelo locutor os próximos nadadores das 2 séries seguintes.
- O distanciamento de 2m entre nadadores nestes dois espaços será mantido.

#### 4.8. Percurso de nadadores antes e depois da realização de cada prova

- **A circulação será efetuada pelo percurso que for assinalado.** Os nadadores saem dos lugares da câmara de chamada para o local das partidas e **após a prova saem pelo lado oposto.**
- **Após a prova, os nadadores devem retirar-se imediatamente** para o local reservado da e sua equipa.

#### 4.9. Circulação de treinadores

Os treinadores permanecem no espaço reservado na bancada ao clube.

#### 4.10. Circulação de delegados/fisioterapeutas

- Estes agentes desportivos só deverão abandonar o local reservado para a sua equipa para se deslocarem às instalações sanitárias, reuniões com organização ou em caso de emergência.

### 5. Procedimentos da Competição

#### 5.1. Reuniões técnicas

- Haverá 1 reunião técnica antes do início de cada jornada ou em caso de emergência .
- Cada clube só se pode fazer representar por 1 elemento.

#### 5.2. Aquecimento

- **Na piscina de competição, no início da sessão.**
- **Nº máximo de nadadores por pista é de 6.**

#### 5.3. Câmara de chamada

- Os nadadores só deverão dirigir-se à câmara de chamada quando chamados pelo locutor. Não poderão estar no espaço mais do que 2 series de cada vez.

#### **5.4. Período de descontração**

- **Não será autorizado a utilização do tanque de apoio.** Os nadadores após terminar a sua prova recolhem diretamente para o espaço reservado ao clube.

#### **5.5. Resultados**

- **Os resultados só estarão disponíveis on-line.**

#### **5.6. Cerimónia Protocolares**

- **Não haverá lugar a cerimónias protocolares de premiação ou outras.**

### **6. Arbitragem**

#### **6.1. Acesso às instalações**

- A equipa de arbitragem deverá entrar e sair das instalações pelos circuitos que forem indicados pela organização. Não deverão circular durante as sessões, excepto no exercício das suas funções.

#### **6.2. Balneários**

- A arbitragem terá balneários e espaço exclusivo.
- É obrigatório a desinfeção do calçado a usar exclusivamente no cais da piscina.

#### **6.3. Desempenho das funções**

- Sempre que entrem ou saiam do cais da piscina devem desinfetar o calçado ou usar sobrebotas.
- O uso de máscara é obrigatório durante o desempenho das funções.
- Aos árbitros será solicitada a colaboração na higienização dos blocos de partida após cada partida.

### **7. Procedimentos de limpeza e desinfeção**

#### **7.1. Instalações sanitárias e zonas envolventes**

- Todas as instalações sanitárias serão regularmente limpas e desinfetadas de acordo com as regras vigentes na instalação. Será efetuada uma crescente regularidade dos procedimentos sempre que a utilização durante o evento assim o justifique.

- Entre sessões realizar-se-á uma desinfeção mais profunda.

## **7.2. Blocos de partida**

- Os blocos de partida serão higienizados pelo árbitro respetivo ou atleta antes de cada partida.

## **7.3. Limpeza e desinfeção entre a sessão da manhã e sessão da tarde**

- Entre sessões realizar-se-á uma desinfeção mais profunda de toda a instalação. (portas, corredores, corrimãos, baias separadores, bancadas, sanitários, etc.)



## PROVA DE APURAMENTO ZONAIS DE INF e CAD A

### DISTRIBUIÇÃO DA BANCADA PARA ATLETAS, TREINADORES E DELEGADOS

	C o r r e d o r	CNSM		B. ANJOS		LA G A C		CNAB		CNRM		C o r r e d o r	SFGP		BUZIOS		CNTN		C o r r e d o r		CLAC, VS				
		Treinadores e delegados											Treinadores e delegados											Treinadores e delegados	

Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

#### Estatística de inscrições

#### Todas as provas

Clube	Código	País	Atletas			Individuais			Estafetas		
			Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total
Ass. Desp. Bairro dos Anjos	ADBA	POR	10	6	16	40	24	64	-	-	-
BUZIOS-Coruche	BUZIOS	POR	5	10	15	24	45	69	-	-	-
Clube de Natacao de Torres Novas	CNTN	POR	8	6	14	21	21	42	-	-	-
Clube Lazer Aventura e Competicao	CLAC	POR	2	-	2	10	-	10	-	-	-
Clube Natacao de Rio Maior	CNRM	POR	9	8	17	38	32	70	-	-	-
Clube Nautico de Abrantes	CNAB	POR	2	2	4	12	8	20	-	-	-
Nautico Salvaterra Magos	CNSM	POR	1	3	4	4	16	20	-	-	-
Lagoa Academico Clube	LAGAC	POR	2	1	3	8	4	12	-	-	-
Sociedade Filarmonica Gualdim Pais	SFGP	POR	5	3	8	24	16	40	-	-	-
Viver Santarem	VS	POR	1	1	2	4	5	9	-	-	-
<b>Numero total de 10 Clubes</b>			<b>45</b>	<b>40</b>	<b>85</b>	<b>185</b>	<b>171</b>	<b>356</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

## Estatística de inscrições

**MANHÃ**

16 de 32 Provas

Clube	Código	País	Atletas			Individuais			Estafetas		
			Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total
Ass. Desp. Bairro dos Anjos	ADBA	POR	10	6	16	20	12	32	-	-	-
BUZIOS-Coruche	BUZIOS	POR	4	10	14	11	20	31	-	-	-
Clube de Natacao de Torres Novas	CNTN	POR	3	4	7	9	8	17	-	-	-
Clube Lazer Aventura e Competicao	CLAC	POR	2	-	2	7	-	7	-	-	-
Clube Natacao de Rio Maior	CNRM	POR	9	8	17	18	16	34	-	-	-
Clube Nautico de Abrantes	CNAB	POR	2	2	4	6	5	11	-	-	-
Nautico Salvaterra Magos	CNSM	POR	1	2	3	2	7	9	-	-	-
Lagoa Academico Clube	LAGAC	POR	2	1	3	4	2	6	-	-	-
Sociedade Filarmonica Gualdim Pais	SFGP	POR	5	3	8	12	8	20	-	-	-
Viver Santarem	VS	POR	1	1	2	1	2	3	-	-	-
<b>Numero total de 10 Clubes</b>			<b>39</b>	<b>37</b>	<b>76</b>	<b>90</b>	<b>80</b>	<b>170</b>	-	-	-

## Estatística de inscrições

**TARDE**

16 de 32 Provas

Clube	Código	País	Atletas			Individuais			Estafetas		
			Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total
Ass. Desp. Bairro dos Anjos	ADBA	POR	10	6	16	20	12	32	-	-	-
BUZIOS-Coruche	BUZIOS	POR	5	9	14	13	25	38	-	-	-
Clube de Natacao de Torres Novas	CNTN	POR	8	6	14	12	13	25	-	-	-
Clube Lazer Aventura e Competicao	CLAC	POR	2	-	2	3	-	3	-	-	-
Clube Natacao de Rio Maior	CNRM	POR	9	8	17	20	16	36	-	-	-
Clube Nautico de Abrantes	CNAB	POR	2	2	4	6	3	9	-	-	-
Nautico Salvaterra Magos	CNSM	POR	1	3	4	2	9	11	-	-	-
Lagoa Academico Clube	LAGAC	POR	2	1	3	4	2	6	-	-	-
Sociedade Filarmonica Gualdim Pais	SFGP	POR	5	3	8	12	8	20	-	-	-
Viver Santarem	VS	POR	1	1	2	3	3	6	-	-	-
<b>Numero total de 10 Clubes</b>			<b>45</b>	<b>39</b>	<b>84</b>	<b>95</b>	<b>91</b>	<b>186</b>	-	-	-





Prova de Apuramento de tempos de acesso ao Zonal de infantis e Prova Apuramento de Cadetes A  
Coruche, 8/5/2021

### Horário da Sessão Nº. 1 - 1ª SESSÃO

08/05/2021 - 9:00

Aquecimento: 8:00 até 8:50

Reunião de Delegados: 8:15

Reunião de Arbitragem: 8:30

9:00	1.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Inf	0:25	3 Séries	24
9:25	2.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Inf	0:15	4 Séries	29
9:40	3.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	7
9:45	4.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Inf	0:05	1 Série	6
9:50	Intervalo 5 Min					0:05		
9:55	5.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Inf	0:05	2 Séries	10
10:00	6.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Cad A		1 Série	3
10:00	7.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Inf	0:10	3 Séries	21
10:10	8.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Inf	0:10	2 Séries	15
10:20	9.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Cad A		1 Série	1
10:20	Final da sessão				Duração total	1:20		

### Horário da Sessão Nº. 2 - 2ª SESSÃO

08/05/2021 - 11:45

Aquecimento: 10:40 até 11:35

Reunião de Delegados: 10:40

Reunião de Arbitragem: 11:00

11:45	10.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	8
11:50	11.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	Inf	0:05	1 Série	4
11:55	12.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	Inf	0:05	2 Séries	15
12:00	13.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Cad A		1 Série	5
12:00	14.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Inf	0:10	2 Séries	14
12:10	15.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	Inf	0:05	1 Série	5
12:15	16.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Cad A		1 Série	3
12:15	Final da sessão				Duração total	0:30		

### Horário da Sessão Nº. 3 - 3ª SESSÃO

08/05/2021 - 15:30

Aquecimento: 14:00 até 15:20

Reunião de Delegados: 14:45

Reunião de Arbitragem: 15:00

15:30	17.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Inf	0:30	4 Séries	27
16:00	18.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Inf	0:10	3 Séries	23
16:10	19.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	3
16:15	20.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Inf	0:10	2 Séries	13
16:25	21.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Inf	0:05	3 Séries	20
16:30	Intervalo 5 Min					0:05		
16:35	22.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	4
16:40	23.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Inf	0:10	4 Séries	28
16:50	24.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Inf	0:15	3 Séries	24
17:05	25.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	5
17:10	Final da sessão				Duração total	1:40		

### Horário da Sessão Nº. 4 - 4ª SESSÃO

08/05/2021 - 18:20

Aquecimento: 17:20 até 18:10

Reunião de Delegados: 17:45

Reunião de Arbitragem: 18:05

18:20	26.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	4
18:25	27.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Inf	0:05	1 Série	2
18:30	28.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Inf	0:05	2 Séries	9
18:35	29.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	Cad A		1 Série	7
18:35	30.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Inf	0:10	2 Séries	9
18:45	31.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Inf		1 Série	2
18:45	32.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	5
18:50	Final da sessão				Duração total	0:30		