

# CAMPEONATOS REGIONAIS DE VERÃO DE CATEGORIAS E ABSOLUTOS

## 1 - LOCAL

A DEFINIR.

## 2 - DATA

28, 29 e 30 de Junho de 2013

## 3 – HORÁRIO

### 28 Junho

1ª Sessão às 16.00 Horas

### 29 Junho

2ª Sessão às 09.30 Horas

3ª Sessão às 15.30 Horas

### 30 Junho

4ª Sessão às 09.30 Horas

5ª Sessão às 15.30 Horas

## 4 – PARTICIPAÇÃO

	<b>Feminino</b>	<b>Masculino</b>
<b>Categorias</b>	<b>Infantis e Juvenis</b>	<b>Infantis e Juvenis</b>
<b>Absolutos</b>	<b>Juniores/Seniores</b>	<b>Juniores/Seniores</b>

Podem participar todos os atletas federados representantes de Clubes ou individuais inscritos na ANDS

Está limitada a um máximo de duas provas individuais e uma colectiva, por sessão, a participação de cada nadador.

As provas de 50 metros só poderão ser nadadas pelas categorias de Absolutos (JUN e SEN)

## 5 – TEMPOS

Só poderão participar atletas ou equipas de estafetas na(s) prova(s) que tenham conseguido o(s) referido(s) TACs na presente época conforme tabela de TACs anexa neste regulamento

## 6 – INSCRIÇÕES

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia **18/06/2013**.
- Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações á lista inicial de inscrições.
- Só serão permitidas desistência de provas sem direito a substituição.

## 7 – CLASSIFICAÇÕES

### **Campeonato de Categorias**

Haverá uma classificação por prova/categoria

### **Campeonato Absoluto**

Haverá uma classificação por prova

## 8 – PRÉMIOS

### **Campeonato Categorias**

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por prova/categoria

### **Campeonato Absolutos**

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por prova

## 9- PROGRAMA DE PROVAS

<b>1ª SESSÃO (sexta)</b>			<b>4ª SESSÃO (domingo manhã)</b>		
<b>Nº Ordem</b>	<b>Prova</b>	<b>Sexo</b>	<b>Nº Ordem</b>	<b>Prova</b>	<b>Sexo</b>
1	400 L	Mas	27	800 L	Mas
2	1500 L	Fem	28	400 L	Fem
3	50 B	Mas	29	200 B	Mas
4	50 B	Fem	30	200 B	Fem
5	200 E	Mas	31	50 C	Mas
6	200 E	Fem	32	50 C	Fem
<b>Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)</b>			<b>Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)</b>		
7	4X50L	Mas	33	4X50E	Mas
8	4X50L	Fem	34	4X50E	Fem
<b>2ª SESSÃO (sábado manhã)</b>			<b>5ª SESSÃO (domingo tarde)</b>		
<b>Nº Ordem</b>	<b>Prova</b>	<b>Sexo</b>	<b>Nº Ordem</b>	<b>Prova</b>	<b>Sexo</b>
9	1500 L	Mas	35	100 L	Mas
10	400 E	Fem	36	100 L	Fem
11	50 L	Mas	37	100 C	Mas
12	50 L	Fem	38	100 C	Fem
13	200 C	Mas	39	200 M	Mas
14	200 C	Fem	40	200 M	Fem
15	100 M	Mas	41	200L	Mas
16	100 M	Fem	42	200L	Fem
<b>Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)</b>			<b>Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)</b>		
17	4x200 L	Mas	43	4X100 E	Mas
18	4x200 L	Fem	44	4X100 E	Fem
<b>3ª SESSÃO (sábado tarde)</b>					
<b>Nº Ordem</b>	<b>Prova</b>	<b>Sexo</b>			
19	400 E	Mas			
20	800 L	Fem			
21	100 B	Mas			
22	100 B	Fem			
23	50 M	Mas			
24	50 M	Fem			
<b>Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)</b>					
25	4X100 L	Mas			
26	4X100 L	Fem			