



## 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.**