

# *ÉPOCA*

## *2020/21*



*2º TORNEIO CIRCUITO DE CADETES*

*TORRES NOVAS, 27 DE JUNHO DE 2021*

*ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO DISTRITO DE SANTARÉM*

*APOIOS: CÂMARA MUNICIPAL DE TORRES NOVAS*



## **2º TORNEIO CIRCUITO DE CADETES**

### **Piscinas Municipais de Torres Novas**

### **27/06/2021**

#### **AVQA**

Delegados: Madalena Dionísio

Treinadores: Filipa Jourdan

#### **BUZIOS**

Delegados: Keetie Geus

Treinadores: Hugo Lopes

#### **CDAА**

Delegados: Dora Duarte

Treinadores: Sandra Isabelinha

#### **CLAC**

Delegados: Andreia Ferreira, C. Chambel

Treinadores: Luís Domingues, João Rosa

#### **CNAB**

Delegados: Marco Santos

Treinadores: Rute Leonardo

#### **CNRM**

Delegados:

Treinadores: Rafael Melo

#### **CNSM**

Delegados: Paulo Jorge Pereira, Sérgio Manuel Nunes

Treinadores: Paulo Soares, Rui Oliveira

#### **CNTN**

Delegados: Carla Formigo

Treinadores: Fábio Ferreira

#### **SFGP**

Delegados: Bruno Lourenço

Treinadores: Luís Garcia



2º Torneio do Circuito de Cadetes  
Torres Novas, 27/6/2021

Estatística de inscrições

Todas as provas

Clube	Código	Região	Atletas			Individuais			Estafetas		
			Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total
Associacao 20Km de Almeirim	AVQA	ANDS	4	1	5	15	3	18	-	-	-
BUZIOS-Coruche	BUZIOS	ANDS	5	5	10	20	18	38	-	-	-
Aguias de Alpiarça	CDAA	ANDS	4	1	5	11	4	15	-	-	-
Clube Lazer Aventura e Competicao	CLAC	ANDS	2	-	2	5	-	5	-	-	-
Clube Nautico de Abrantes	CNAB	ANDS	4	1	5	16	2	18	-	-	-
Clube Natacao de Rio Maior	CNRM	ANDS	4	1	5	13	4	17	-	-	-
Nautico Salvaterra Magos	CNSM	ANDS	6	5	11	16	11	27	-	-	-
Clube de Natacao de Torres Novas	CNTN	ANDS	9	5	14	35	20	55	-	-	-
Sociedade Filarmonica Gualdim Pais	SFGP	ANDS	6	10	16	18	29	47	-	-	-
Numero total de 9 Clubes			44	29	73	149	91	240	-	-	-



2º Torneio do Circuito de Cadetes  
Torres Novas, 27/6/2021

1 - 1ª SESSÃO

27/06/2021 - 9:30

Prova 1 400m Livres 11 - 12 anos  
27/06/2021 - 9:30 Startlist

Ano

Série 1 de 2

3 Stefan Iordan Chele	09	Rio Maior	NT
4 Leonor Sombreiro Martins	10	BUZIOS-Coruche	NT
5 Dimas Pasichnyuk	09	Rio Maior	NT
6 Alexandre Miguel Adriano	09	Nautico Salvaterra Magos	NT

Série 2 de 2

1 Maria Carmo Rodrigues	10	BUZIOS-Coruche	NT
2 Francisco Vale Matias	09	BUZIOS-Coruche	NT
3 Lara Paixao Silva	10	Rio Maior	NT
4 Angela Maria Pereira	10	Nautico Salvaterra Magos	NT
5 Maria Leonor Lopes	10	Torres Novas	NT
6 Gabriel Sa Chambel	09	CLAC-Entroncamento	NT
7 Dinis Maria Garcia	09	Nautico Abrantes	NT
8 Francisca Sofia Alexandre	10	Nautico Abrantes	NT

Prova 10 100m Costas 9 - 11 anos  
27/06/2021 - 9:45 Startlist

Ano

Série 1 de 6

3 Sofia Barroca Pereira	11	BUZIOS-Coruche	NT
4 Duarte Moura Mendes	11	Torres Novas	NT
5 Ricardo Vieira Silva	11	Torres Novas	NT

Série 2 de 6

1 Maria Ines Ferreira	11	Torres Novas	NT
2 Beatriz Delgado Faria	11	Gualdim Pais	NT
3 Artur Alexandre Silva	11	Aguias de Alpiarça	NT
4 Joana Maria Branco	11	Gualdim Pais	NT
5 Afonso Sa Lopes	10	Torres Novas	NT
6 Simao Peseiro Cabecinhas	11	BUZIOS-Coruche	NT
7 Tiago Gameiro Pereira	11	Torres Novas	NT
8 Gustavo Anjos Francisco	11	Gualdim Pais	NT

Série 3 de 6

1 Madalena Esteves Costa	11	Gualdim Pais	NT
2 Madalena Sentieiro Duarte	11	Gualdim Pais	NT
3 Luis Miguel Reis	10	Rio Maior	NT
4 Juliana Antunes Monteiro	12	Gualdim Pais	NT
5 Maria Vitoria Martinho	12	Gualdim Pais	NT
6 Miguel Maria Fragoso	11	Aguias de Alpiarça	NT
7 Martim Cassis Gomes	11	Torres Novas	NT
8 Frederico Cardoso Oliveira	10	20Km de Almeirim	NT



2º Torneio do Circuito de Cadetes  
Torres Novas, 27/6/2021

---

Prova 10, 100m Costas

Série 4 de 6

1	Alexandra Remih Nunes	11	Nautico Salvaterra Magos	NT
2	David Filipe Pacheco	10	BUZIOS-Coruche	NT
3	Rita Gomes Valentim	12	Torres Novas	NT
4	Angela Tomas Silva	12	Gualdim Pais	NT
5	Diana Marques Maquilao	12	Nautico Salvaterra Magos	NT
6	Laura Rosinha Maia	12	Gualdim Pais	NT
7	Rita Lino Ferreira	11	BUZIOS-Coruche	NT
8	Francisco Manuel Cadete	10	Nautico Abrantes	NT

Série 5 de 6

1	Catarina Costa Simoes	11	Gualdim Pais	NT
2	Pedro Figueiredo Ferreira	10	20Km de Almeirim	2:17.38
3	Beatriz Agostinho Duque	11	Aguias de Alpiarça	2:09.07
4	Heliodoro João Sombreiro	11	BUZIOS-Coruche	2:07.31
5	Clara Santos Madureira	11	Torres Novas	2:08.44
6	Manuel Maria Moniz	11	20Km de Almeirim	2:11.43
7	Leandro Guilherme Silva	10	Aguias de Alpiarça	2:23.69
8	Francisco Sa Lopes	10	Torres Novas	NT

Série 6 de 6

1	Margarida Pinho Formigo	11	Torres Novas	2:06.74
2	Francisco Jose Trincao	10	Torres Novas	1:57.66
3	Diogo Chambel Santos	11	Nautico Abrantes	1:50.00
4	Daniel Filipe Jorge	10	Rio Maior	1:42.32
5	Dinis Borges Mendes	10	Torres Novas	1:49.29
6	Martim Maria Salvador	11	Nautico Salvaterra Magos	1:53.39
7	Tomas Alexandre Ferreira	10	Nautico Abrantes	2:04.28
8	Francisco Nunes Ferreira	11	Aguias de Alpiarça	2:06.76

---

Prova 2  
27/06/2021 - 10:05

Femin., 100m Mariposa

Cadete A  
Startlist

Ano

Série 1 de 1

4	Leonor Matilde Oliveira	10	20Km de Almeirim	NT
---	-------------------------	----	------------------	----

---

Prova 11  
27/06/2021 - 10:10

50m Costas

8 - 9 anos  
Startlist

Ano

Série 1 de 2

3	Afonso Ferreira Cruz	12	CLAC-Entroncamento	NT
4	Salvador Henrique Vieira	12	Torres Novas	NT
5	Lourenco Borges Rosa	13	Gualdim Pais	NT



2º Torneio do Circuito de Cadetes  
Torres Novas, 27/6/2021

---

Prova 11, 50m Costas

Série 2 de 2

2 Andre Domingos Nogueira	13	Nautico Salvaterra Magos	1:06.77
3 Valentina Rodrigues Feijao	13	Nautico Salvaterra Magos	1:02.29
4 Matias Rafael Pacheco	12	BUZIOS-Coruche	52.40
5 Martim Rocha Silva	12	Gualdim Pais	56.58
6 Leonor Meia-Onca Martins	13	Nautico Salvaterra Magos	1:05.71
7 Salvador Martim Quiterio	13	Nautico Salvaterra Magos	1:07.14

Prova 3

Masc., 100m Mariposa

Cadete A

27/06/2021 - 10:15

Startlist

Ano

Série 1 de 1

4 Gabriel Sa Chambel	09	CLAC-Entroncamento	NT
----------------------	----	--------------------	----

Prova 12

100m Livres

9 - 11 anos

27/06/2021 - 10:20

Startlist

Ano

Série 1 de 6

3 Rita Lino Ferreira	11	BUZIOS-Coruche	NT
4 Miguel Maria Fragoso	11	Aguas de Alpiarça	NT
5 Catarina Costa Simoes	11	Gualdim Pais	NT
6 Artur Alexandre Silva	11	Aguas de Alpiarça	NT

Série 2 de 6

1 Diana Marques Maquilao	12	Nautico Salvaterra Magos	NT
2 Maria Vitoria Martinho	12	Gualdim Pais	NT
3 Beatriz Delgado Faria	11	Gualdim Pais	2:29.82
4 Angela Tomas Silva	12	Gualdim Pais	2:16.80
5 Juliana Antunes Monteiro	12	Gualdim Pais	2:24.32
6 Alexandra Remih Nunes	11	Nautico Salvaterra Magos	NT
7 Francisco Nunes Ferreira	11	Aguas de Alpiarça	NT
8 Leandro Guilherme Silva	10	Aguas de Alpiarça	NT

Série 3 de 6

1 Gustavo Anjos Francisco	11	Gualdim Pais	2:08.20
2 Simao Peseiro Cabecinhas	11	BUZIOS-Coruche	2:02.26
3 Joana Maria Branco	11	Gualdim Pais	1:54.93
4 Maria Ines Ferreira	11	Torres Novas	1:54.05
5 Beatriz Agostinho Duque	11	Aguas de Alpiarça	1:54.76
6 Manuel Maria Moniz	11	20Km de Almeirim	1:58.62
7 Pedro Figueiredo Ferreira	10	20Km de Almeirim	2:07.02
8 Martim Cassis Gomes	11	Torres Novas	2:09.91



2º Torneio do Circuito de Cadetes  
Torres Novas, 27/6/2021

---

Prova 12, 100m Livres

Série 4 de 6

1	Sofia Barroca Pereira	11	BUZIOS-Coruche	1:49.54
2	Afonso Sa Lopes	10	Torres Novas	1:48.14
3	Frederico Cardoso Oliveira	10	20Km de Almeirim	1:45.82
4	Clara Santos Madureira	11	Torres Novas	1:44.14
5	Francisco Manuel Cadete	10	Nautico Abrantes	1:44.71
6	Tomas Alexandre Ferreira	10	Nautico Abrantes	1:46.53
7	Madalena Esteves Costa	11	Gualdim Pais	1:48.84
8	Ricardo Vieira Silva	11	Torres Novas	1:53.86

Série 5 de 6

1	Rita Gomes Valentim	12	Torres Novas	1:43.73
2	Diogo Chambel Santos	11	Nautico Abrantes	1:40.37
3	Tiago Gameiro Pereira	11	Torres Novas	1:39.44
4	Margarida Pinho Formigo	11	Torres Novas	1:38.75
5	Duarte Moura Mendes	11	Torres Novas	1:39.03
6	Madalena Sentieiro Duarte	11	Gualdim Pais	1:39.86
7	Laura Rosinha Maia	12	Gualdim Pais	1:40.85
8	Luis Miguel Reis	10	Rio Maior	1:43.76

Série 6 de 6

1	Martim Maria Salvador	11	Nautico Salvaterra Magos	1:35.82
2	Dinis Borges Mendes	10	Torres Novas	1:31.73
3	Francisco Jose Trincao	10	Torres Novas	1:30.45
4	David Filipe Pacheco	10	BUZIOS-Coruche	1:15.65
5	Guilherme Gomes Nunes	10	Nautico Salvaterra Magos	1:22.03
6	Daniel Filipe Jorge	10	Rio Maior	1:31.43
7	Francisco Sa Lopes	10	Torres Novas	1:35.08
8	Heliodoro João Sombreiro	11	BUZIOS-Coruche	1:35.93

Prova 4  
27/06/2021 - 10:40

Femin., 200m Costas

Cadete A  
Startlist

---

Ano

Série 1 de 1

1	Francisca Sofia Alexandre	10	Nautico Abrantes	NT
2	Maria Leonor Lopes	10	Torres Novas	NT
3	Leonor Sombreiro Martins	10	BUZIOS-Coruche	NT
4	Maria Isabel Condeco	10	BUZIOS-Coruche	NT
5	Maria Carmo Rodrigues	10	BUZIOS-Coruche	NT
6	Flor Fortunata Ferreira	10	Gualdim Pais	NT
7	Lara Paixao Silva	10	Rio Maior	NT
8	Leonor Matilde Oliveira	10	20Km de Almeirim	NT





2º Torneio do Circuito de Cadetes  
Torres Novas, 27/6/2021

Prova 14, 100m Bruços

Série 2 de 5

1	Maria Ines Ferreira	11	Torres Novas	NT
2	Madalena Esteves Costa	11	Gualdim Pais	NT
3	Madalena Sentieiro Duarte	11	Gualdim Pais	NT
4	Francisco Manuel Cadete	10	Nautico Abrantes	NT
5	Juliana Antunes Monteiro	12	Gualdim Pais	NT
6	Duarte Moura Mendes	11	Torres Novas	NT
7	Angela Tomas Silva	12	Gualdim Pais	NT
8	Laura Rosinha Maia	12	Gualdim Pais	NT

Série 3 de 5

1	Maria Vitoria Martinho	12	Gualdim Pais	NT
2	Joana Maria Branco	11	Gualdim Pais	NT
3	Artur Alexandre Silva	11	Aguias de Alpiarça	NT
4	Tomas Alexandre Ferreira	10	Nautico Abrantes	NT
5	Gustavo Anjos Francisco	11	Gualdim Pais	NT
6	Ricardo Vieira Silva	11	Torres Novas	NT
7	Sofia Barroca Pereira	11	BUZIOS-Coruche	NT
8	Simao Peseiro Cabecinhas	11	BUZIOS-Coruche	NT

Série 4 de 5

1	Beatriz Delgado Faria	11	Gualdim Pais	NT
2	Leandro Guilherme Silva	10	Aguias de Alpiarça	NT
3	Francisco Sa Lopes	10	Torres Novas	2:29.69
4	Manuel Maria Moniz	11	20Km de Almeirim	2:21.29
5	Pedro Figueiredo Ferreira	10	20Km de Almeirim	2:27.84
6	Clara Santos Madureira	11	Torres Novas	2:36.38
7	Tiago Gameiro Pereira	11	Torres Novas	NT
8	Miguel Maria Fragoso	11	Aguias de Alpiarça	NT

Série 5 de 5

1	Frederico Cardoso Oliveira	10	20Km de Almeirim	2:08.26
2	Beatriz Agostinho Duque	11	Aguias de Alpiarça	2:05.48
3	Daniel Filipe Jorge	10	Rio Maior	1:59.80
4	Guilherme Gomes Nunes	10	Nautico Salvaterra Magos	1:56.43
5	Diogo Chambel Santos	11	Nautico Abrantes	1:57.13
6	Francisco Jose Trincao	10	Torres Novas	2:00.81
7	Dinis Borges Mendes	10	Torres Novas	2:06.62
8	Margarida Pinho Formigo	11	Torres Novas	2:15.90

**INTERVALO DE 10 MINUTOS**

Prova 6  
27/06/2021 - 11:30

Femin., 100m Estilos

Cadete A  
Startlist

Ano



2º Torneio do Circuito de Cadetes  
Torres Novas, 27/6/2021

---

Prova 6, Femin., 100m Estilos

Série 1 de 1

1	Flor Fortunata Ferreira	10	Gualdim Pais	NT
2	Maria Leonor Lopes	10	Torres Novas	NT
3	Leonor Matilde Oliveira	10	20Km de Almeirim	2:01.06
4	Lara Paixao Silva	10	Rio Maior	1:40.57
5	Angela Maria Pereira	10	Nautico Salvaterra Magos	1:51.26
6	Maria Carmo Rodrigues	10	BUZIOS-Coruche	NT
7	Leonor Sombreiro Martins	10	BUZIOS-Coruche	NT
8	Maria Isabel Condeco	10	BUZIOS-Coruche	NT

---

Prova 15

27/06/2021 - 11:35

50m Bruços

8 - 9 anos

Startlist

Ano

Série 1 de 1

3	Lourenco Borges Rosa	13	Gualdim Pais	NT
4	Matias Rafael Pacheco	12	BUZIOS-Coruche	1:03.53
5	Martim Rocha Silva	12	Gualdim Pais	1:03.81
6	Salvador Henrique Vieira	12	Torres Novas	NT

---

Prova 7

27/06/2021 - 11:35

Masc., 100m Estilos

Cadete A

Startlist

Ano

Série 1 de 2

3	Vicente Alexandre Silva	09	Gualdim Pais	NT
4	Dinis Maria Garcia	09	Nautico Abrantes	NT
5	Antonio Viriato Silva	09	Gualdim Pais	NT

Série 2 de 2

2	Martim Branco Varela	09	20Km de Almeirim	2:00.96
3	Francisco Vale Matias	09	BUZIOS-Coruche	1:51.20
4	Stefan Iordan Chele	09	Rio Maior	1:38.57
5	Dimas Pasichnyuk	09	Rio Maior	1:41.98
6	Alexandre Miguel Adriano	09	Nautico Salvaterra Magos	1:58.33
7	Salvador Jesus Lourenco	09	Gualdim Pais	NT



2º Torneio do Circuito de Cadetes  
Torres Novas, 27/6/2021

Prova 16  
27/06/2021 - 11:45

100m Mariposa

9 - 11 anos  
Startlist

Ano

Série 1 de 1

3 David Filipe Pacheco	10	BUZIOS-Coruche	NT
4 Guilherme Gomes Nunes	10	Nautico Salvaterra Magos	NT
5 Beatriz Agostinho Duque	11	Aguias de Alpiarça	NT
6 Frederico Cardoso Oliveira	10	20Km de Almeirim	NT

Prova 8  
27/06/2021 - 11:45

Femin., 200m Bruços

Cadete A  
Startlist

Ano

Série 1 de 1

1 Lara Paixao Silva	10	Rio Maior	NT
2 Maria Isabel Condeco	10	BUZIOS-Coruche	NT
3 Angela Maria Pereira	10	Nautico Salvaterra Magos	NT
4 Maria Leonor Lopes	10	Torres Novas	NT
5 Flor Fortunata Ferreira	10	Gualdim Pais	NT
6 Leonor Sombreiro Martins	10	BUZIOS-Coruche	NT
7 Maria Carmo Rodrigues	10	BUZIOS-Coruche	NT

Prova 17  
27/06/2021 - 11:50

50m Mariposa

8 - 9 anos  
Startlist

Ano

Série 1 de 1

4 Matias Rafael Pacheco	12	BUZIOS-Coruche	NT
5 Salvador Henrique Vieira	12	Torres Novas	NT

Prova 9  
27/06/2021 - 11:55

Masc., 200m Bruços

Cadete A  
Startlist

Ano

Série 1 de 2

3 Dinis Maria Garcia	09	Nautico Abrantes	NT
4 Salvador Jesus Lourenco	09	Gualdim Pais	NT
5 Antonio Viriato Silva	09	Gualdim Pais	NT



2º Torneio do Circuito de Cadetes  
Torres Novas, 27/6/2021

Prova 9, Masc., 200m Bruços

Série 2 de 2

2	Martim Branco Varela	09	20Km de Almeirim	NT
3	Dimas Pasichnyuk	09	Rio Maior	NT
4	Alexandre Miguel Adriano	09	Nautico Salvaterra Magos	NT
5	Francisco Vale Matias	09	BUZIOS-Coruche	NT
6	Dinis Rodrigues Inacio	09	Nautico Salvaterra Magos	NT
7	Vicente Alexandre Silva	09	Gualdim Pais	NT

Prova 18

200m Livres

9 - 11 anos

27/06/2021 - 12:00

Startlist

Ano

Série 1 de 4

3	Heliodoro João Sombreiro	11	BUZIOS-Coruche	NT
4	Francisco Manuel Cadete	10	Nautico Abrantes	NT
5	Tomas Alexandre Ferreira	10	Nautico Abrantes	NT

Série 2 de 4

2	Francisco Jose Trincao	10	Torres Novas	NT
3	Rita Gomes Valentim	12	Torres Novas	NT
4	Francisco Sa Lopes	10	Torres Novas	NT
5	Tiago Gameiro Pereira	11	Torres Novas	NT
6	Duarte Moura Mendes	11	Torres Novas	NT
7	Diogo Chambel Santos	11	Nautico Abrantes	NT

Série 3 de 4

1	Rita Lino Ferreira	11	BUZIOS-Coruche	NT
2	Ricardo Vieira Silva	11	Torres Novas	NT
3	Afonso Sa Lopes	10	Torres Novas	NT
4	Sofia Barroca Pereira	11	BUZIOS-Coruche	NT
5	Maria Ines Ferreira	11	Torres Novas	NT
6	Daniel Filipe Jorge	10	Rio Maior	NT
7	Dinis Borges Mendes	10	Torres Novas	NT
8	Pedro Figueiredo Ferreira	10	20Km de Almeirim	NT

Série 4 de 4

1	Luis Miguel Reis	10	Rio Maior	NT
2	Manuel Maria Moniz	11	20Km de Almeirim	NT
3	Margarida Pinho Formigo	11	Torres Novas	4:14.76
4	David Filipe Pacheco	10	BUZIOS-Coruche	2:58.69
5	Guilherme Gomes Nunes	10	Nautico Salvaterra Magos	3:15.91
6	Clara Santos Madureira	11	Torres Novas	4:30.66
7	Simao Peseiro Cabecinhas	11	BUZIOS-Coruche	NT
8	Martim Maria Salvador	11	Nautico Salvaterra Magos	NT

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

Manual de procedimentos para 2º Torneio do Circuito de Cadetes

Piscinas Municipais de Torres Novas

27 de Junho 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

- **Uso de máscara** é 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.
- **A distância de segurança de 2m** entre pessoas deve ser sempre observada por todos os intervenientes em todos os locais e durante todo o evento.
- Nos lugares sentados só deverão ser utilizados as cadeiras disponíveis. Nas bancadas, só serão utilizadas **1 em cada 3 cadeiras**.
- **Manter distanciamento e higienizar** frequentemente as mãos
- **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.
- **Usar a bancada para equipar e vestir (poderá em caso de necessidade ser usado o balneário feminino para colocar fato de competição)**
- 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)**.
- **Entrada diretamente pela bancada para o aquecimento e prova.**
- 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.

## 2. Enquadramento

- O enquadramento legal para a realização do evento rege-se por:
- **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 7/2021, Artigo 42.º**
- 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 Torres Novas e ANDS.

## 2.3. Responsabilidade do evento

- O evento é realizado em parceria com a Câmara Municipal de Torres Novas, 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** serão unicamente para uso dos agentes desportivos em prova
- **Usar a bancada para equipar e vestir.**
- **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**. Caso o mesmo clube tenha equipa masculina e feminina serão atribuídos espaços contíguos.

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

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

#### **4.5. Acesso à câmara de chamada**

- **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.

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

- **A circulação será efetuada pela esquerda**. 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.

#### **4.7. Circulação de treinadores**

Os treinadores permanecem no espaço reservado na bancada ao clube.

#### **4.8. 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 da prova 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, o aquecimento será dividido em períodos de 25 minutos cada caso o número de atletas o justifique..**
- **Nº máximo de nadadores por pista é de 8.**

#### **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.

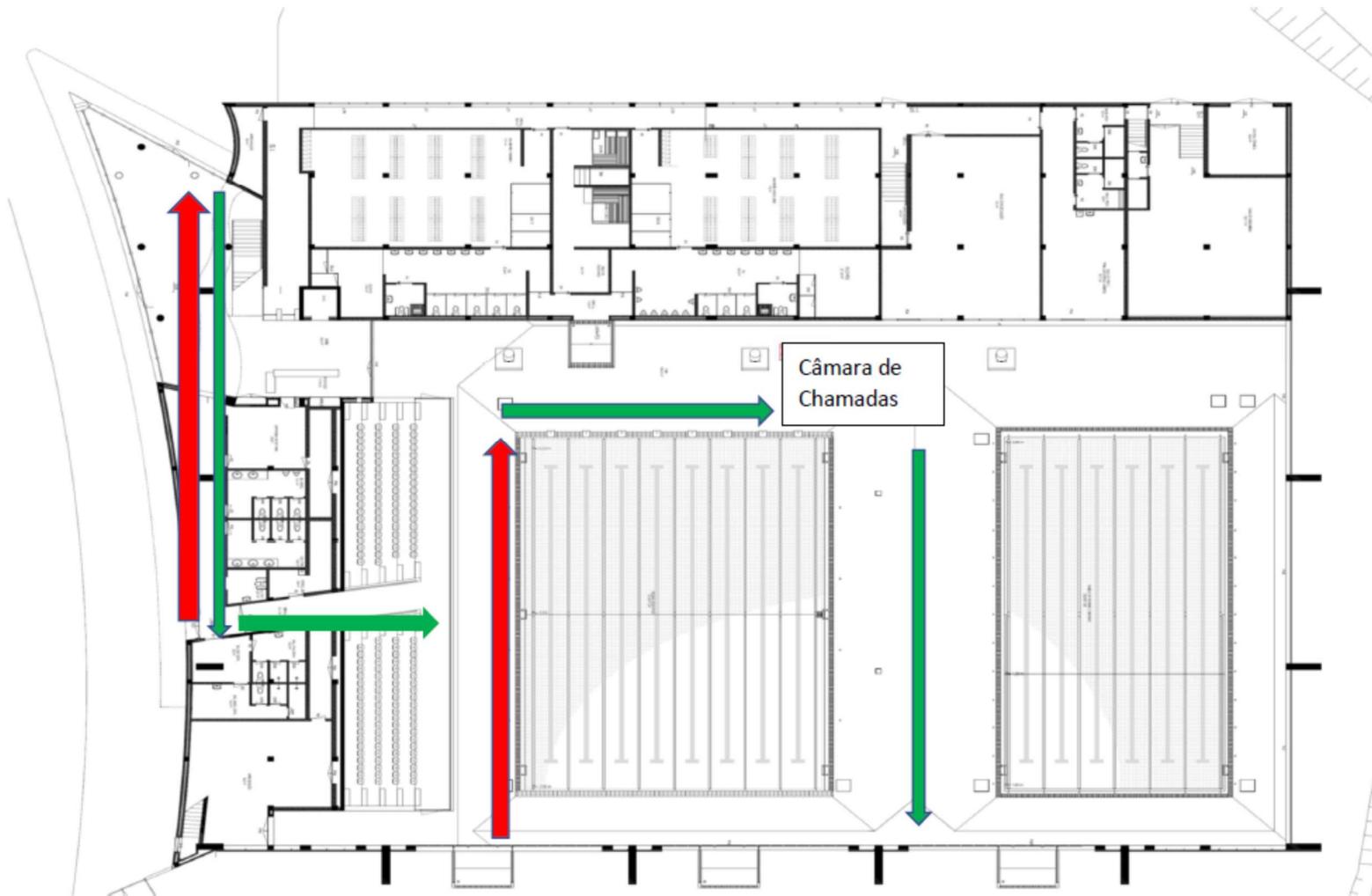
### **7.2. Blocos de partida**

- 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.)





Câmara de Chamadas

-  Percurso de entrada, câmara de chamadas e bloco de partidas
-  Percurso de saída



## REGULAMENTO DISTRIAL NATAÇÃO - 2020/21

### 2º TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES

#### 1 – LOCAL

Piscinas Municipais de Torres Novas

#### 2 – DATA - 27 de Junho de 2021

#### 3 – HORÁRIO

1ª Sessão às 9:30 Horas

2ª Sessão às 15:30 Horas

#### 4 – PARTICIPAÇÃO – Categoria de Cadetes

Cada nadador só pode participar no máximo de 4 provas (QUATRO) no Torneio.

#### 5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia **21/06/21**.

O pagamento das inscrições será feito à ANDS para o seguinte NIB: 0033 **0000 5003 6910 0020**

**5.** O montante a liquidar será referido aos número das participações afixadas após a lista de conferência publicada.

#### 6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

#### 7 - PROGRAMA DE PROVAS

2ºTORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES A				2ºTORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES B/ C				
7 DE NOVEMBO MANHÃ -Sessão 1	N.	Prova	Género	7 DE NOVEMBO TARDE -Sessão 2	N.	Prova	Género	
	1	400 Livres	CAD A - MISTO		10	100 Costas	CAD B MISTO	
	2	100 Mariposa	CAD A - FEM		11	50 Costas	CAD C - MISTO	
	3	100 Mariposa	CAD A - MAS		12	100 Livres	CAD B MISTO	
	4	200 Costas	CAD A - FEM		13	50 Crol	CAD C - MISTO	
	5	200 Costas	CAD A - MAS		Intervalo 5'			
	Intervalo 5'				14	100 Bruços	CAD B MISTO	
	6	100 Estilos	CAD A - FEM		15	50 Bruços	CAD C - MISTO	
	7	100 Estilos	CAD A - MAS		16	100 Mariposa	CAD B MISTO	
	8	200 Bruços	CAD A - FEM		17	50 Mariposa	CAD C - MISTO	
9	200 Bruços	CAD A - MAS	18	200 Livres	CAD B - MISTO			

**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.**

Rua Garcia da Mata, 20 - 2300-494 TOMAR Tel. 249323268 / 964813669

<http://www.ands.pt>  [ands@ands.pt](mailto:ands@ands.pt)



2º Torneio do Circuito de Cadetes  
Torres Novas, 27/6/2021

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

**27/06/2021 - 9:30**

Aquecimento: 8:00 até 9:20

Reunião de Delegados: 8:45

Reunião de Arbitragem: 9:00

9:30	1.	400m Livres	Todos	Tempo Final	11 - 12	0:15	2 Séries	12
9:45	10.	100m Costas	Todos	Tempo Final	9 - 11	0:20	6 Séries	43
10:05	2.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	1
10:10	11.	50m Costas	Todos	Tempo Final	8 - 9	0:05	2 Séries	9
10:15	3.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	1
10:20	12.	100m Livres	Todos	Tempo Final	9 - 11	0:20	6 Séries	44
10:40	4.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	8
10:45	13.	50m Livres	Todos	Tempo Final	8 - 9	0:05	2 Séries	9
10:50	5.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:10	2 Séries	9
11:00	14.	100m Bruços	Todos	Tempo Final	9 - 11	0:20	5 Séries	36
11:20	Intervalo 10'					0:10		
11:30	6.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	8
11:35	15.	50m Bruços	Todos	Tempo Final	8 - 9		1 Série	4
11:35	7.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:10	2 Séries	9
11:45	16.	100m Mariposa	Todos	Tempo Final	9 - 11		1 Série	4
11:45	8.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	Cad A	0:05	1 Série	7
11:50	17.	50m Mariposa	Todos	Tempo Final	8 - 9	0:05	1 Série	2
11:55	9.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	Cad A	0:05	2 Séries	9
12:00	18.	200m Livres	Todos	Tempo Final	9 - 11	0:25	4 Séries	25
12:25	Final da sessão				Duração total	2:55		