CAMPEONATO DISTRITAL DE ABSOLUTOS - JUVENIS, JUNIORES E SÉNIORES (PC)

PROVA DE APURAMENTO DE INFANTIS

1 – LOCAL - Piscina Municipal **TOMAR**

2 – DATA - 14 e 15 de novembro 2026

3 – HORÁRIO – AQUECIMENTO: 7h45/14h00

INÍCIO DA COMPETIÇÃO	MANHÃ	TARDE
14 de novembro	**9h00**	**15h30**
15 de novembro	**9h00**	**15h30**

4 – PARTICIPAÇÃO

Categorias: ABSOLUTOS. **Considera-se categoria de ABS os nadadores juvenis, juniores e seniores**

Categorias: **INFANTIS** (As provas decorrem em simultâneo com o Campeonato Distrital de Absolutos).

4.1- Nas provas de **1500L**, **800L**, **400 livres** e **400E** em ambos os géneros, a participação dos nadadores infantis será condicionada pelo número de nadadores ABOLUTOS inscritos para o referido campeonato.

4.2 - Em caso de necessidade de restrição serão considerados os melhores tempos de inscrição.

4.3 - A participação de cada nadador está limitada a um máximo de duas provas (2) individuais e as coletivas por sessão, até ao máximo de oito provas (8) individuais no total das sessões.

4.4 - Nas estafetas os clubes têm que cumprir com as **Anotações específicas das estafetas:**
Cada clube apenas poderá apresentar uma equipa de estafetas por prova/género/em **CATEGORIAS**:

Anotações específicas das estafetas

As constituições das estafetas terão que obrigatoriamente estarem de acordo com os escalões implícitos nos campeonatos:

a) Juvenis (mistos) 2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos:
b) Juniores (mistos) 2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos;
c) seniores (mistos) 2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos.

d) Nas estafetas dos escalões juniores, os nadadores juvenis podem completar/integrar a estafeta do escalão, desde de que o clube não participe com equipa de juvenis.
e) Nas estafetas dos escalões seniores, os nadadores juniores podem completar e integrar a estafeta do escalão, desde de que o clube não participe com equipa de juniores.

A participação de cada nadador está limitada a um máximo de duas provas (2) individuais e as coletivas, por sessão.

5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24H00 do dia **06/11/2026.**

Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações à lista inicial de inscrições.

Só serão permitidas desistência de provas sem direito a substituição.

6 – CLASSIFICAÇÕES - Haverá uma classificação individual por prova/género e equipas para a prova de estafetas.

7 – PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por prova/género nas categorias de juvenis, juniores e seniores. No caso das estafetas as medalhas são atribuídas seguindo as anotações, conforme inscrição e classificação. Este campeonato tem mínimos a cumprir, conforme tabela em anexo. **Qualquer nadador que não cumpra os mínimos exigidos para qualquer uma das provas na sua categoria não pode obter pódio.**

PROGRAMA DE PROVAS

Campeonato Regional de Juvenis, juniores e seniores - Preparação de Infantis

14 de Novembro de 2026

SESSÃO 1			
	N.	PROVA	GEN
	1	4X50 EST	MISTO
	2	1500	MAS
	3	800	FEM
	INTERVALO 5		
	4	50 C	MAS
	5	50 C	FEM
	6	200 B	MAS
	7	200 B	FEM
	8	100 EST	MAS
	9	100 EST	FEM
	INTERVALO 5		
	10	4X100 L	MASC
	11	4X100 L	FEM
	ENTREGA DE MEDALHAS		

SESSÃO 2			
	N.	PROVA	GEN
	12	400 L	`MAS
	13	400 L	FEM
	14	100 M	`MAS
	15	100 M	FEM
	INTERVALO 5		
	16	100 C	`MAS
	17	100 C	FEM
	18	200 EST	`MAS
	19	200 EST	FEM
	20	50 B	`MAS
	21	50 B	FEM
	INTERVALO 5		
	22	4X50 EST	`MAS
	23	4X50 EST	FEM
	ENTREGA DE MEDALHAS		

15 de Novembro de 2026

SESSÃO 3			
	N.	PROVA	GEN
	24	400 EST	`MAS
	25	400 EST	FEM
	INTERVALO 5		
	26	200 L	`MAS
	27	200 L	FEM
	28	100 B	`MAS
	29	100 B	FEM
	INTERVALO 5		
	30	50 L	`MAS
	31	50 L	FEM
	32	200 M	`MAS
	33	200 M	FEM
	ENTREGA DE MEDALHAS		
	34	4X50 L	`MAS
	35	4X50 L	FEM
	ENTREGA DE MEDALHAS		

SESSÃO 4			
	N.	PROVA	GEN
	36	4X50 L	MISTO
	37	1500 L	FEM
	38	800 L	`MAS
	INTERVALO 5		
	39	50 M	FEM
	40	50 M	`MAS
	41	200 C	FEM
	42	200 C	`MAS
	43	100 L	FEM
	44	100 L	`MAS
	ENTREGA DE MEDALHAS		
	45	4X100 EST	FEM
	46	4X100 EST	`MAS
	ENTREGA DE MEDALHAS		