



ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO DISTRITO DE SANTARÉM **Fundada em 9 de Junho de 1991**

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

1 – LOCAL - Piscina Municipal de Coruche

2 – DATA – 28 de fevereiro e 1 de março de 2026

3 – HORÁRIO – AQUECIMENTO: 7h45/14h00

INÍCIO DA COMPETIÇÃO	MANHÃ	TARDE
28 de fevereiro	9h00	15h30
1 de março	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 será condicionada pelo número de nadadores ABSOLUTOS 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 uma (1) coletiva por sessão, até ao máximo de seis provas (6) individuais no total das sessões.

4.4 – Em infantis nas estafetas de 4X50L e 4x50E os clubes têm que cumprir com as mesmas regras estipuladas para os nadadores mais velhos, ou seja, 2 nadadores masculinos e dois nadadores femininos.

4.5 – Nas provas de 50 metros os infantis só podem nadar a prova de 50 metros livres;

4.6 - Os 100 Estilos não podem ser nadadas por atletas Infantis.

Cada clube apenas poderá apresentar uma equipa de estafetas por prova/género/em **CATEGORIAS:**

Anotações específicas das estafetas de juvenis, juniores e seniores

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

1. Juvenis mistos 2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos;
2. Juniores mistos 2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos;



ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO DISTRITO DE SANTARÉM

Fundada em 9 de Junho de 1991

3. seniores mistos 2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos.

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 **17/02/2026**.

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.

7 – PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por prova/género e categoria 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.**

8 – PROGRAMA DE PROVAS

Campeonato Regional de Juvenis, juniores e seniores - Preparação de Infantis																	
28 de fevereiro 2026																	
SESSÃO 1	N.	PROVA	GEN	SESSÃO 2	N.	PROVA	GEN	SESSÃO 3	N.	PROVA	GEN	SESSÃO 4	N.	PROVA	GEN		
	1	1500	MAS		11	400 L	`MAS		23	400 EST	`MAS		35	1500 L	FEM		
	2	800	FEM		12	400 L	FEM		24	400 EST	FEM		36	800 L	`MAS		
	INTERVALO 5				13	100 M	`MAS		INTERVALO 5				INTERVALO 5				
	3	50 C	MAS		14	100 M	FEM		25	200 L	`MAS		37	50 M	FEM		
	4	50 C	FEM		INTERVALO 5				26	200 L	FEM		38	50 M	`MAS		
	5	200 B	MAS		15	100 C	`MAS		27	100 B	`MAS		39	200 C	FEM		
	6	200 B	FEM		16	100 C	FEM		28	100 B	FEM		40	200 C	`MAS		
	7	100 EST	MAS		17	200 EST	`MAS		INTERVALO 5				41	100 L	FEM		
	8	100 EST	FEM		18	200 EST	FEM		29	50 L	`MAS		42	100 L	`MAS		
	INTERVALO 5				19	50 B	`MAS		30	50 L	FEM		MEDALHAS				
	9	4X100 L	MISTO		20	50 B	FEM		31	200 M	`MAS		43	4X100 L	FEM		
	INTERVALO 5				INTERVALO 5				32	200 M	FEM		44	4X100 L	`MAS		
	10	4X200 L	FEM		21	4X100 EST	`MAS		ENTREGA DE MEDALHAS				ENTREGA DE MEDALHAS				
	ENTREGA DE MEDALHAS				22	4X100 EST	FEM		33	4X100 EST	MISTO		ENTREGA DE MEDALHAS				
	ENTREGA DE MEDALHAS			ENTREGA DE MEDALHAS				34	4X200 L	MAS	ENTREGA DE MEDALHAS						