



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

**TORNEIO INTER-REGIONAL/ESPECIALISTA**

**1 – ÂMBITO**

Nacional e Internacional.

**2 – LOCAL:** Piscina Municipal de RIO MAIOR (50 metros coberta), com cronometragem eletrónica

**3– DATA:** 13 e 14 de junho de 2026

**4– HORÁRIO:** 1ª/3ª Sessões: 9.30 horas - 2ª/4ª Sessões: 15.30 horas

**5– PARTICIPAÇÃO:** Categoria de **INFANTIS, JUVENIS, JUNIORES e SENIORES**

- a. Os nadadores podem participar até ao máximo de (2) especialidades por Jornada e (1) coletiva
- b. Os nadadores para pontuar para a especialidade de Mariposa, Costas, Bruços e Crol têm que nadar os 50, 100 e os 200 metros de cada uma das técnicas.
- c. A especialidade de estilos que terão que nadar os 200 e os 400 estilos.
- d. A especialidade de SUPER **SPRINTER**, terão que nadar as 4 provas de 50 metros, uma (1) de cada estilo. Esta especialidade conta para o número de especialidades a nadar. Haverá uma classificação apenas absoluta. **Os nadadores infantis não podem participar nesta especialidade**
- e. As estafetas são em Absoluto (Juvénis/juniores e seniores) e mistas, a constituição têm obrigatoriedade de ter dois (2) nadadores de cada género.
- f. As estafetas de infantis/mistas a suas constituições têm obrigatoriedade de ter dois (2) nadadores de cada género.
- g. Em face desta disposição a falta, desclassificação, ou desistência em qualquer prova do mesmo estilo, determina a eliminação imediata do nadador nessa especialidade, podendo o nadador continuar a participar nas provas em que se encontra inscrito, sendo os respetivos tempos oficializados.
- h. Este Torneio tem tempos a cumprir (TCT) que estão na Tabela em anexo a este regulamento. Os FTL serão faturados após a prova e enviada aos clubes. Os resultados apenas serão homologados pela FPN caso não exista qualquer dívida com a ANDS.

**6 - INSCRIÇÕES:** As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia 03 de junho de 2026.

O pagamento das inscrições será feito à ANDS para o seguinte NIB: **0033 0000 5003 6910 0020 5**

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

Só serão permitidas desistência de provas sem direito a substituição.

**CLUBES FORA DA ANDS DEVEM CONSULTAR AS TAXAS EM 4.2.2 DESTE REGULAMENTO**

**7– CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS:**

Haverá uma classificação individual por estilo/categoria/sexo.

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada especialidade/categoria/sexo.

Serão atribuídas medalhas às três (3) equipas de estafetas ABS e de infantis mistas.

*Rua Garcia da Mata, 20 - 2300-494 TOMAR*

*Tel. 249323268 / 964813669*

<http://www.ands.pt>

[ands@ands.pt](mailto:ands@ands.pt)

*NIF 502608242*



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

**CASOS OMISSOS:** Qualquer caso omissos neste Regulamento rege-se-á pelo Regulamento Geral da FPN.

**8- PROGRAMA DE PROVAS**

<b>TORNEIO INTER-REGIONAL/ESPECIALISTA</b>					
<b>1ª SESSÃO – 15 de junho de 2026 MANHÃ</b>			<b>3ª SESSÃO 16 de junho de 2026 MANHÃ</b>		
<b>Nº Ordem</b>	<b>Prova</b>	<b>Sexo</b>	<b>Nº Ordem</b>	<b>Prova</b>	<b>Sexo</b>
<b>1</b>	200 M	Fem	<b>18</b>	100 L	Fem
<b>2</b>	100 M	Mas	<b>19</b>	200 L	Mas
<b>3</b>	50 C	Fem	<b>20</b>	50 B	Fem
<b>4</b>	50 C	Mas	<b>21</b>	50 B	Mas
<b>5</b>	200 Est	Fem	<b>22</b>	50 L	Fem
<b>6</b>	400 Est	Mas	<b>23</b>	50 L	Mas
<b>7</b>	100 C	Fem	<b>24</b>	100 B	Fem
<b>8</b>	200 C	Mas	<b>25</b>	200 B	Mas
<b>2ª SESSÃO – 15 de junho de 2026 TARDE</b>			<b>26</b>	4x50 E	MISTO/ABS
<b>9</b>	200 M	Mas	<b>4ª SESSÃO 16 de junho de 2026 TARDE</b>		
<b>10</b>	100 M	Fem	<b>27</b>	100 L	Mas
<b>11</b>	200 Est	Mas	<b>28</b>	200 L	Fem
<b>12</b>	400 Est	Fem	<b>29</b>	MISTO/ABS	4X100 L
<b>13</b>	100 C	Mas	<b>30</b>	100 B	Mas
<b>14</b>	200 C	Fem	<b>31</b>	200 B	Fem
<b>15</b>	50 M	Mas	<b>32</b>	4X100 E	MISTO/INFANTIS
<b>16</b>	50 M	Fem	<b>33</b>	4x50 L	MISTO/ABS
<b>17</b>	4X100 L	MISTO/INFANTIS	<b>ENTREGA DE PRÉMIOS</b>		