

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

### 1 – LOCAL

Piscina Municipal **TOMAR**

### 2 – DATA

**28, 29 e 30 Novembro 2014**

### 3 – HORÁRIO

#### 22 de Novembro

1ª Sessão às 16:30 Horas

#### 23 de Novembro

2ª Sessão às 9:30 Horas

3ª Sessão às 15:30 Horas

#### 24 de Novembro

4ª Sessão às 9:30 Horas

5ª Sessão às 15:30 Horas

### 4 – PARTICIPAÇÃO

- ✓ Categorias: ABS
- ✓ Considera-se categoria de ABS os nadadores juvenis, juniores e seniores
- ✓ Estes Campeonatos terão tempos a cumprir (**TCC**)
- ✓ A participação de cada nadador está limitada a um máximo de duas provas (2) individuais e uma (1) coletiva, por sessão.

### 5 – INSCRIÇÕES

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia 18/11/2014.
- Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações á 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/Categoria (ABS).

**11 - PROGRAMA DE PROVAS**

<i>1ª SESSÃO (sexta)</i>			<i>4ª SESSÃO (domingo manha)</i>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	1500 L	Mas	28	800 L	Fem
2	100 L	Fem	29	200 B	Mas
3	100 L	Mas	30	200 B	Fem
4	50 B	Fem	31	50 M	Mas
5	50 B	Mas	32	50 M	Fem
6	100 E	Fem	Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)		
7	100 E	Mas	33	400 E	Mas
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)			34	400 E	Fem
8	4X50 L	Fem	35	4x 100 L	Mas
9	4X50 L	Mas	36	4X100 L	Fem
(ENTREGA MEDALHAS)			(ENTREGA MEDALHAS)		
<i>2ª SESSÃO (sábado manhã)</i>			<i>5ª SESSÃO (domingo tarde)</i>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
10	1500 L	Fem	37	400 L	Mas
11	100 B	Mas	38	400 L	Fem
12	100 B	Fem	39	200 M	Mas
13	200 C	Mas	40	200 M	Fem
14	200 C	Fem	41	50 L	Mas
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)			42	50 L	Fem
15	100 M	Mas	Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)		
16	100 M	Fem	43	100 C	Mas
17	4x100 E	Mas	44	100 C	Fem
18	4x100 E	Fem	45	4x200 L	Mas
(ENTREGA MEDALHAS)			46	4x200 L	Fem
<i>3ª SESSÃO (sábado tarde)</i>			(ENTREGA MEDALHAS)		
Nº Ordem	Prova	Sexo			
19	800 L	Mas			
20	200 E	Fem			
21	200 E	Mas			
22	50 C	Fem			
23	50 C	Mas			
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)					
24	200 L	Fem			
25	200 L	Mas			
26	4 X 50 E	Fem			
27	4 X 50 E	Mas			

(ENTREGA MEDALHAS)

## **JORNADA DE APURAMENTO DE CATEGORIAS (INFANTIS)**

### **1 – LOCAL**

Piscina Municipal **TOMAR**

### **2 – DATA**

**28, 29 e 30 Novembro 2014**

### **3 – HORÁRIO**

#### **22 de Novembro**

1ª Sessão às 16:00 Horas

#### **23 de Novembro**

2ª Sessão às 9:30 Horas

3ª Sessão às 15:30 Horas

#### **24 de Novembro**

4ª Sessão às 9:30 Horas

5ª Sessão às 15:30 Horas

### **4 – PARTICIPAÇÃO**

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

4.1- Nas provas de 1500L, 800L, 400 livres e 400 E a participação será condicionada pelo número de nadadores ABOLUTOS inscritos para o referido campeonato.

4.2- As provas de 50 metros, incluindo, estafetas não se destinam a esta categoria.

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

4.4 – Esta jornada de Apuramento terá tempos a cumprir **(TCJA)**.

4.5 - 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 sete provas (7) individuais.

### **5 – INSCRIÇÕES**

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia 18/11/2014.
- Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações á lista inicial de inscrições.
- Só serão permitidas desistência de provas sem direito a substituição.

## **6 – CLASSIFICAÇÕES**

Haverá uma classificação individual por prova.

## **7 – PROGRAMA DE PROVAS**

Igual ao do Campeonato Distrital de ABS, salvo as devidas exceções inseridas no ponto 4.