



REGULAMENTO DISTRIAL NATAÇÃO - 2020/21

TORNEIO INTER-REGIONAL/ESPECIALISTA

1 – ÂMBITO

O Torneio Inter-Regional, tem por objetivo o contacto entre as várias realidades Regionais. Pretende-se assim promover uma Competição, capaz de galvanizar o desenvolvimento desportivo das Associações através da interatividade que um torneio com estas características poderá proporcionar, em ambiente de festividade desportiva.

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

3 – **DATA:** 3 de Julho de 2021

4 – **HORÁRIO:** 1ª Sessão 9.30 horas - 2ª Sessão 15.30 horas

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

Cada nadador terá que participar obrigatoriamente nas três provas do mesmo estilo, podendo o nadador participar em dois estilos, pontuando para a classificação geral de cada uma das especialidades.

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.

Este Torneio tem tempos a cumprir (TCT) que estão na Tabela em anexo a este regulamento.

5 – **INSCRIÇÕES:** As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia 25 de Junho de 2021.

Clubes externos ANDS

- **Taxas inscrição provas**

Categoria	Individual	Estafeta
Cadete	1,8 €	5 €
Inf/Juv/Sen/Masters	2,5 €	5 €

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.

7- CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS:

Haverá uma classificação individual por estilo/categoria/sexo.

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

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

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

<http://www.ands.pt>  ands@ands.pt



REGULAMENTO DISTRIAL NATAÇÃO - 2020/21

8- PROGRAMA DE PROVAS

1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	200 M	Fem	13	200 M	Mas
2	100 M	Mas	14	100 M	Fem
3	100 B	Fem	15	100 B	Mas
4	200 B	Mas	16	200 B	Fem
5	100 C	Fem	17	100 C	Mas
6	200 C	Mas	18	200 C	Fem
Intervalo de 10'			Intervalo de 10'		
7	100 L	Fem	19	100 L	Mas
8	200 L	Mas	20	200 L	Fem
9	50 M	Fem	21	50 M	Mas
10	50 B	Mas	22	50 B	Fem
11	50 C	Fem	23	50 C	Mas
12	50 L	Mas	24	50 L	Fem
ENTREGA DE PRÉMIOS					

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

<http://www.ands.pt>  ands@ands.pt



REGULAMENTO DISTRIAL NATAÇÃO - 2020/21

TORNEIO INTER-REGIONAL - ESPECIALISTA (SENIORES - JUNIORES - JUVENIS - INFANTIS)													
MASCULINOS							FEMININOS						
INF- B 13	INF-A 14	JUV-B 15	JUV-A 16	JUN 17 e 18	SÉN 19 e +	PROVAS	INF- B 12	INF-A 13	JUV-B 14	JUV-A 15	JUN 16 e 17	SÉN 18 e +	
00,38,70	00,35,90	00,33,30	00,32,50	00,30,00	00,29,50	50L	00,42,50	00,39,00	00,37,00	00,35,00	00,34,50	00,34,00	
01,20,00	01,15,00	01,10,50	01,08,40	01,06,00	01,04,00	100L	01,27,00	01,19,50	01,15,50	01,14,20	01,13,00	01,12,50	
02,52,50	02,46,50	02,37,00	02,29,50	02,24,00	02,18,00	200L	02,57,00	02,48,00	02,40,00	02,38,00	02,35,50	02,32,00	
00,42,00	00,38,90	00,37,50	00,36,50	00,35,00	00,34,00	50C	00,44,00	00,42,00	00,39,50	00,39,00	00,38,00	00,37,50	
01,31,00	01,27,00	01,20,50	01,19,00	01,15,00	01,14,00	100C	01,35,00	01,30,00	01,26,50	01,25,50	01,24,50	01,23,50	
03,10,00	02,59,00	02,52,00	02,47,00	02,40,00	02,38,00	200C	03,18,00	03,09,00	03,04,00	03,00,90	02,59,00	02,56,00	
00,42,50	00,39,90	00,36,50	00,35,00	00,32,00	00,31,00	50M	00,45,00	00,43,50	00,39,00	00,38,75	00,38,50	00,38,00	
01,33,00	01,26,00	01,20,00	01,15,00	01,13,50	01,11,90	100M	01,41,50	01,39,00	01,33,00	01,32,50	01,32,00	01,29,00	
03,12,50	03,05,00	02,52,00	02,48,50	02,37,00	02,33,50	200M	03,38,00	03,30,00	03,19,50	03,17,40	03,14,50	03,09,00	
00,46,00	00,43,00	00,38,50	00,38,00	00,37,00	00,36,50	50B	00,48,00	00,45,00	00,44,00	00,43,50	00,43,00	00,42,50	
01,42,50	01,37,50	01,30,50	01,29,00	01,24,00	01,22,50	100B	01,48,00	01,45,00	01,39,50	01,38,50	01,37,50	01,34,00	
03,34,50	03,21,50	03,15,00	03,13,00	03,06,50	03,00,00	200B	03,48,00	03,40,00	03,30,50	03,27,75	03,25,50	03,19,00	

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

<http://www.ands.pt> ands@ands.pt