



14º CHALLENGE 10Km Open Water

Regulamento

1. ORGANIZAÇÃO

- Associação de Nadadores dos Estoris

2. APOIOS

- Câmara Municipal de Abrantes
- Associação de Natação do Distrito de Santarém
- Junta de Freguesia da Aldeia do Mato

3. PROVAS

- **10km** – Circuito Nacional de Águas Abertas 2018 e para nadadores com filiação na FPN em AA, e outras congéneres da FINA.
- **Milha** – Circuito Nacional de Águas Abertas 2018 e para nadadores com filiação na FPN (AA e Masters AA), FTP e outras congéneres da FINA
- **Milha de Promoção** – Prova aberta para nadadores não federados e com partida 5mim depois da Milha oficial.
- **Estafeta 4 x 750m** - prova aberta
(mínimo +14 anos fem e +15 masc a 31/12/2018)
- **500m KIDS** – Prova de escolas: Grupo A - 8/11 anos
Grupo B - 12/14 anos

4. DATA / LOCAL / PROGRAMA

Data: Sábado 8 de setembro de 2018

Local: Parque Náutico de Aldeia do Mato – Castelo de Bode

Coordenadas GPS: 39º 32' 44,38 N; 8º 16' 39,73 O

Horários:

Secretariado / Check-in

08h30 às 10h00 (**Milha**); 10h30 às 11h30 (**10km**); 13h30 às 15h00 (**Estafeta**);

Briefing da prova da Milha: 10h15

Partida da Prova da Milha: 10h30

Briefing da prova de 10Km: 11h15

Partida da Prova de 10Km: 12h00

Briefing da prova da Estafeta 4x1000m: 15h00

Partida da Prova da Estafeta 4x750m: 15h30

Briefing da prova Kids: 10h45

Partida 500m Kids: a partir das 11h00 (em simultâneo com a Milha)

5. PROVAS E ESCALÕES ETÁRIOS

Participação:

Poderão participar nestas provas, todos os nadadores possuidores de licença FPN de Águas Abertas ou Master de Águas Abertas.

Poderão ainda participar nadadores filiados junto de outras federações internacionais reconhecidas pela FINA.

Mercê do protocolo entre a FPN e a Federação de Triatlo de Portugal, os triatletas filiados na FTP poderão participar nestas provas, após validação do Departamento Técnico da FPN. Estes atletas serão enquadrados nas categorias definidas para as Águas Abertas.

A prova da Milha de Promoção e da estafeta é aberta a filiados e não filiados, enquadrados nos escalões etários previstos.

Escalões:

ÁGUAS ABERTAS

	Masculinos	Femininos
15M / 14 e 15 F	2003	2003/2004
16/17	2001/2002	
18/19	1999/2000	
20 e +	98 + Velhos	

MASTERS ÁGUAS ABERTAS

Escalão A	93-89
Escalão B	88-84
Escalão C	83-79
Escalão D	78-74
Escalão E	73-69
Escalão F	68-64
Escalão G	63-59
Escalão H	58-54
Escalão I	53-49
Escalão J	48-44
Escalão K	43-39
Escalão L	38-34
Escalão M	33 + Velhos

Regras da Estafeta:

- A prova só se realizará se houver no mínimo 10 equipas inscritas.
- Por razões de segurança a prova está limitada a 25 equipas.
- As equipas para as estafetas têm obrigatoriamente que ser constituídas por 4 nadadores com pelo menos 1 elemento feminino.
- Cada nadador só pode nadar um percurso.
- Cada clube pode participar com mais de uma estafeta, independentemente do grupo de idade.
- A ordem de nado é comunicada à organização no próprio dia no check-in em impresso próprio e deve ser cumprida durante a prova sob pena de desclassificação.
- A passagem do testemunho é feita por contato na mão ou antebraço entre os 2 nadadores dentro de água.
- As partidas e a transmissão do testemunho são dentro de água.

Percursos:

Prova de 10Km: A prova disputar-se-á num percurso em polígono irregular, com uma extensão de 2.500m. Os nadadores deverão completar 4 voltas para cumprir a distância. O percurso será realizado no sentido dos ponteiros do relógio, ficando as bóias de contorno obrigatório, à direita dos nadadores.

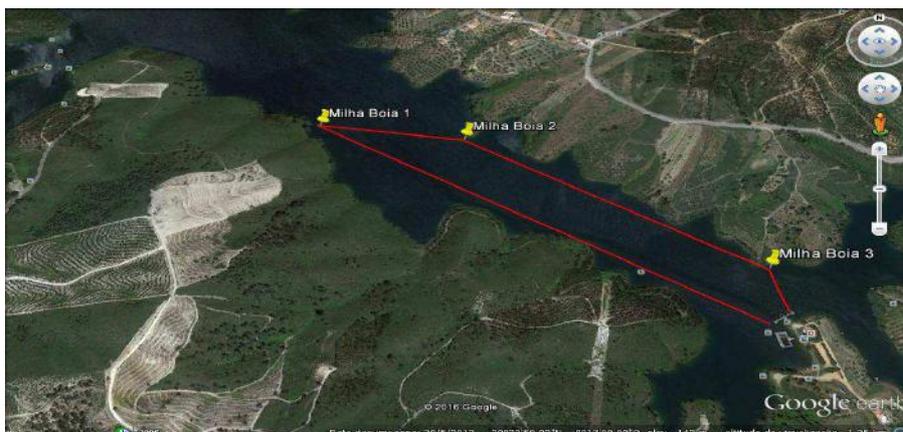


O abastecimento dos 10Km será efetuado em plataforma perto da boia 4.

MILHA

A prova da milha é cumprida numa só volta a um percurso em polígono irregular, com uma extensão de 1.852m.

O percurso será realizado no sentido dos ponteiros do relógio, ficando as bóias de contorno obrigatório, à direita dos nadadores.



Nota: os percursos apresentados poderão ser alterados no dia da prova por motivos de segurança, más condições atmosféricas ou outros.

ESTAFETA

O percurso será idêntico ao da prova da milha mas com um perímetro de 750m.
O local da passagem de testemunho será na plataforma da piscina no local do abastecimento dos 10km.

6. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

Responsabilidade individual:

Ao inscrever-se em qualquer uma das provas deste evento, o participante assume automaticamente que tomou conhecimento do presente regulamento e aceita que:

- Leu e aceita o conteúdo do Termo de Responsabilidade.
- Caso o participante seja menor, é obrigatória a apresentação/envio do Termo de Responsabilidade assinado pelo pai, mãe ou encarregado de educação, sem o qual não será aceite a participação do respetivo nadador.
- Se preparou adequadamente e que possui a robustez física necessária à conclusão da prova, participando por sua conta e risco neste evento.
- Na eventualidade de não cumprir o tempo limite estabelecido para a prova, a equipa de arbitragem poderá recolhe-lo da água.
- A organização poderá cancelar o evento por motivos de segurança, como tempestades, más condições da água, ou outras situações que manifestamente possam colocar em perigo a integridade física dos participantes, não havendo lugar à restituição da taxa de inscrição.
- Poderá ser fotografado e filmado durante o evento, podendo essas imagens ser divulgadas publicamente ou utilizadas pela Organização, Câmara Municipal de Abrantes ou pela Federação Portuguesa de Natação para fins promocionais.

- g) É conhecedor do regulamento do evento e dos Regulamentos da FPN que regem as provas de Natação de Águas Abertas.
- h) A sua inscrição apenas será validada após a entrega do comprovativo de pagamento e entrega do Termo de Responsabilidade **caso seja menor**.

7. DISPOSIÇÕES GERAIS

- a) A segurança e apoio ao longo da prova serão da responsabilidade da Organização e assegurada por diversas embarcações, de acordo com o estipulado no Regulamento Geral da Federação Portuguesa de Natação.
- b) Para além dos barcos de apoio referidos no ponto anterior a Organização colocará ao serviço dos participantes os seguintes meios: 1 (uma) ambulância; 1 (um) médico; 1 (um) barco de apoio equipado com serviço de primeiros socorros e paramédicos.
- c) A organização não se responsabilizará por acidentes ou danos que os participantes sofram ou venham a sofrer no decorrer da prova. De igual modo, a organização não se responsabilizará por danos ou acidentes que os participantes venham a causar a si próprios ou a outros no decorrer da prova, decorrentes de má conduta desportiva ou desrespeito pelas regras em vigor.
- d) A organização reserva-se o direito de impedir a participação na prova ou de recolher, durante o percurso, todos os indivíduos que não apresentem condições técnicas e físicas para terminar a prova em segurança.
- e) O uso de touca é obrigatório, sendo fornecida pela organização e levantada no local de concentração.
- f) Não é permitido a utilização de quaisquer meios auxiliares de propulsão, flutuação ou respiração.
- g) É obrigatória a apresentação do Cartão de Cidadão caso a organização o exija.
- h) É permitido o uso de fato isotérmico mediante a temperatura da água, mas não de quaisquer meios auxiliares de propulsão, flutuação ou respiração.

Para as provas com a temperatura da água igual a 20°C ou superior não são permitidos fatos isotérmicos. Os fatos em material têxtil não podem ir além dos ombros, pescoço e tornozelos, respeitando em todos os outros requisitos as especificações dos fatos para a piscina.

Para provas com temperatura igual a 18°C ou superior, e abaixo dos 20°C, o fato isotérmico é opcional.

É obrigatório quando a água se encontra a menos de 18°C, não inclusive.

A propósito destas regras, os fatos isotérmicos são fatos que produzam isolamento térmico. Os fatos isotérmicos, tanto para homem e mulher, têm de cobrir o Tronco, Costas, Ombros e Joelhos. Mas não se podem estender para além do pescoço, dos tornozelos e pulsos.

Estas regras também são aplicadas aos nadadores da categoria de Masters. (FINA By Laws, valid as of 29.08.2016; BL 8 SWIMWEAR -BL 8.4; BL 8.5; BL 8.6)

- i) Uma hora antes do início da competição será realizada uma medição da temperatura da água no meio do percurso a 40 cm de profundidade. Esta medição será supervisionada por uma comissão constituída por um árbitro, um membro da comissão organizadora e por um treinador que se voluntarie para o efeito durante a acreditação.

8. INSCRIÇÕES

As inscrições poderão ser feitas individualmente ou por Clubes, devendo ser realizadas em impresso próprio fornecido pela Organização (em anexo a este Regulamento)
Todos os inscritos até ao dia **4 de setembro de 2018 receberão um kit de oferta com 1 touca do evento e outros artigos que a organização angarie até à data da prova. Os nadadores terão direito também a 1 garrafa de água e 1 peça de fruta.**

Não serão aceites inscrições no dia da prova para os 10.000m.

As inscrições serão efetuadas através da plataforma on-line da LAP2GO:

<http://lap2go.com/challenge-10km-open-water-2018>

Os recibos das quantias pagas deverão ser solicitados através desta mesma plataforma.

Taxas de inscrição:

Até 4 de setembro 2018

- **10Km ou Milha (1 só prova) - 12 €/nadador; (9€ para os inscritos que constem na listagem oficial no Circuito Nacional AA da FPN)**
- **Estafeta:**
Acréscimo 2€ / por nadador que participe numa das outras provas;
10€ / nadador que só participe nas estafetas.
(nota: enviar um email para suporte@lap2go.com para efetuar o pedido de inscrição noutra prova e pagar apenas os 2€)
- **Kids – 3€**

São aceites inscrições no dia da prova exceto para os 10km.

A taxa de inscrição no dia é de **15€/nadador**.

A organização só garante até 25 kits de oferta para os inscritos no dia.

Não serão devolvidos valores de inscrição, exceto em caso de cancelamento total e antecipado (1 semana) do evento.

9. CLASSIFICAÇÕES E TEMPOS LIMITE

Classificação Individual:

Em todas as provas a **classificação individual** far-se-á do seguinte modo:

Absoluta, Absoluta por género e por Categoria.

Para que o nadador obtenha um lugar em qualquer uma das classificações, terá que completar a distância da prova, dentro dos seguintes tempos limite:

<u>10km</u>	Tempo do vencedor por categoria e género + 30min
<u>MILHA</u>	Tempo do vencedor por categoria e género + 30min

Classificação Coletiva:

A classificação geral por equipas do 14º CHALLENGE, será o somatório dos pontos obtidos pelos nadadores de cada clube no conjunto das 3 distâncias (10Km, Milha e Estafeta), mais os pontos de participação atribuídos por nº de participantes na prova das escolas (500m KIDS).

Cada nadador só pontua uma vez, na prova de maior distância.

Só são consideradas para a classificação, as equipas das quais pelo menos

10 Nadadores terminem as provas respectivas.

Todos os nadadores a terminarem dentro do tempo limite (até 30m depois dos 1º Masc/1ª Fem absolutos) contam para a classificação coletiva, sendo aplicada a tabela de pontos abaixo, à **classificação absoluta**.

Classificação absoluta (M/F)	10Km	Milha	Estafeta
1º	45	30	45
2º	40	26	40
3º	36	23	36
4º	33	20	33
5º	30	18	30
6º	28	16	28

7º	26	14	26
8º	24	13	24
9º	22	12	22
10º	20	11	20
11º	18	10	18
12º	16	9	16
13º	14	8	14
14º	12	7	12
15º	10	6	10
16º	8	5	8
≥16º	4	2	4

Nº de nadadores Kids (que terminem a prova)	Pontos
Até 5	1x nº Kids
5 a 10	15
10 a 15	25
15 a 20	40
20 a 30	60
+ de 30	100

10. PRÉMIOS

Prova de 10km:

Nesta prova, serão atribuídos troféus aos 5 primeiros classificados absolutos de cada género e mais prémios que a organização consiga angariar até à data da prova.

Prova da Milha:

Nesta prova, serão atribuídos troféus aos 5 primeiros classificados absolutos de cada género, e 1 medalha ao 1º classificado por escalão/categoria e por género.

Prova da Estafeta:

Nesta prova, serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros classificados absolutos dos seguintes intervalos de idades (somatório de idades dos nadadores):

- 54/100 anos.
- 101/200 anos
- + de 200 anos

Classificação coletiva:

Serão atribuídos troféus às 3 primeiras equipas mais pontuadas.

Prémios de participação: Todos os participantes receberão o kit alusivo ao evento e outros prémios que a organização consiga angariar até à data da prova.

11. CEROMÓNIA DE PREMIAÇÃO

Todas as cerimónias de premiação serão efetuadas no final da prova de estafetas.

12. PROTESTOS

Os protestos serão aceites pela organização até 30 minutos após a publicação dos resultados de cada prova. Terão que ser submetidos por escrito pelo delegado do clube ou pelo nadador individual.

O Júri de Apelo reunirá e deliberará de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso.

O Júri de Apelo é constituído por: 1 elemento da direção da ANE; 1 elemento do CR da ANDS e Juiz Árbitro à prova.

13. CASOS OMISSOS

Os casos omissos neste Regulamento serão resolvidos pela Organização, de acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa de Natação.

14. OUTRAS INFORMAÇÕES

Alojamentos próximos

- Hotel Segredos de Vale Manso ****
- Hotel Turismo de Abrantes***
- Parque de Campismo de Castelo de Bode (6,5km).
- Ninho do Falcão (residencial a 10km)
- Bungalows no Centro Náutico da Aldeia do Mato (50m)

Alimentação no local

- Serviço de bar e refeições rápidas asseguradas no local.

Outros

- Aluguer de Kayaks no local da prova.

ANEXOS

1. Termo de Responsabilidade

14º CHALLENGE 10Km OpenWater



Aldeia do Mato, 8 de setembro de 2018

TERMO DE RESPONSABILIDADE

Reconheço que participar em eventos desportivos desta natureza pode ser potencialmente perigoso e estou ciente de que poderão ocorrer acidentes. Declaro ser possuidor de condição física necessária à participação e conclusão da prova em que me inscrevi, nela participando de livre vontade e com total conhecimento do seu regulamento e obrigações daí decorrentes, responsabilizando-me pela minha participação e não imputando responsabilidades a pessoas, empresas ou entidades, envolvidas directa ou indirectamente na organização ou promoção do evento, por quaisquer danos pessoais ou materiais que venha a sofrer no decorrer da minha participação.

Dou também a minha autorização para que a entidade organizadora ou promotora do evento e a Federação Portuguesa de Natação utilizem o meu nome e a minha imagem em fotos, vídeos ou outros meios de transmissão de imagens.

O próprio (se maior de idade):

Nome: _____ Data: ____ / ____ / ____

Assinatura: _____

O(a) progenitor(a) / tutor(a) legal (se menor de idade):

Nome: _____ Data: ____ / ____ / ____

Assinatura: _____