

**REGULAMENTO DISTRITAL NATAÇÃO - 2023/2024  
TORNEIO DO NADADOR COMPLETO**

1. **LOCAL** - Piscina Municipal de TOMAR

2. **DATA**

**3 de Fevereiro 2024 (sábado de tarde) e 4 de Fevereiro 2024 (domingo de manhã)**

3. **HORÁRIO** - 1ª Sessão às 15.30 Horas - 2ª Sessão às 9.30 Horas

4. **PARTICIPAÇÃO** - Categoria **Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores**

Os nadadores terão de nadar obrigatoriamente SETE (7) provas (100 M, 100C, 100B, 100L, 400L, 200EST, e uma das seguintes provas 50 L/50M/50B/50C, de acordo com o programa de provas definido. Em face desta disposição a Falta, Desclassificação ou Desistência em qualquer prova determina a eliminação imediata do nadador, podendo o mesmo continuar a participar nas provas em que se encontra inscrito, sendo os respetivos tempos oficializados.

5. **INSCRIÇÕES** - As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia **29/01/2024**

6. **CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS** – A classificação individual será elaborada por escalão etário/ categoria e género através do somatório (100M + 100B + 100C + 100L + 200E + 400L + das seguintes provas 50 L/50M/50B/50C das pontuações Tabela **FINA EM VIGOR**. Serão entregues medalhas aos três (3) primeiros classificados por escalão etário (Infantis A e B), (Juvenis A e B), juniores e Seniores. Serão ainda entregues troféus aos três (3) primeiros classificados absolutos.

7. **PROGRAMA DE PROVAS**

SÁBADO TARDE			
Sessão 1	N.	Prova	Género
	1	400 L	Fem
	2	200 E	Mas
	3	100 L	Fem
	4	100 B	Mas
	5	100 C	Fem
	6	100 M	Mas
	7	50 L	FEM
	8	50 M	FEM
	9	50 B	FEM
	10	50 C	FEM

DOMINGO MANHÃ			
Sessão 2	N.	Prova	Género
	11	400 L	MAS
	12	200 E	Fem
	13	100 L	MAS
	14	100 B	Fem
	15	100 C	MAS
	16	100 M	Fem
	17	50 L	MAS
	18	50 M	MAS
	19	50 B	MAS
	20	50 C	MAS
Entrega Medalhas			