

ÉPOCA 2014-15

REGULAMENTO E CALENDÁRIO **DISTRITAL DE NATAÇÃO PURA**

APROVADO PELA FPN EM 16 DE OUTUBRO DE 2014

Calendário Distrital de Natação Pura da ANDS- Época 2014-2015

DATA	ACTIVIDADE	ORGANIZAÇÃO	LOCAL
26 OUTUBRO 2014	JORNADA DE ABERTURA	ANDS	TORRES NOVAS
1,2 NOVEMBRO 2014	4ª DIVISÃO - FASE DE QUALIFICAÇÃO	ANNORDESTE/FPN	BRAGANÇA
2 NOVEMBRO	TORREGRI1- 1º TORNEIO CIRCUITO CADETES	ANDS	ABRANTES
8-9 NOVEMBRO 2014	MEETING ALGARVE	ANALGARVE	TAVIRA
9 NOVEMBRO 2014	PROVA DE APURAMENTO CATEGORIAS	ANDS	ENTRONCAMENTO
15, 16 NOVEMBRO DE 2014	OPEN VALE DE SOUSA	ANNP	FELGUEIRAS
16 NOVEMBRO DE 2014	1º ESTÁGIO DE CADETES	ANDS	A DEFINIR
22, 23 NOVEMBRO 2014	TORNEIO DISTRITAL DE FUNDO INFANTIS E JUVENIS	ANIC/ANDS	PONTE DE SOR
28,29,30 NOVEMBRO 2014	CAMPEONATO DISTRITAL DE ABSOLUTOS (SEN, JUN, JUV) PROVA APURAMENTO INFANTIS	ANDS	TOMAR
6-7 DEZEMBRO 2014	CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES 3ª/4ª DIVISÃO	ANMINHO/FPN	PONTE DA BARCA
7 DEZEMBRO 2014	2º TORNEIO CIRCUITO CADETES	ANDS	CORUCHE
12, 13 e 14 Dezembro 2014	TORNEIO ZONAL DE JUVENIS – ZONA SUL	ANDL/FPN	LEIRIA
19, 20 e 21 Dezembro 2014	CAMPEONATO NACIONAL ABSOLUTO P. CURTA	ANNP/FPN	PORTO
03-04 JANEIRO DE 2015	ESTÁGIO INTERDISTRITAL DE INFANTIS	ANL/ANDS	A DESIGNAR
17-18 JANEIRO 2015	ESTÁGIO JUVENIS	FPN	
18 JANEIRO 2015	PROVA APURAMENTO CATEGORIAS	ANDS	SANTARÉM
24 JANEIRO 2015	CAMPEONATO INTERDISTRITAL CLUBES	ANIC/ANALENTEJO/ANDS	CAMPO MAIOR
25 JANEIRO 2015	3º TORNEIO CIRCUITO CADETES	ANDS	GOLEGÃ
31 JANEIRO 2015	VII TORNEIO TAÇA CIDADE DE TORRES NOVAS	CNTN	TORRES NOVAS
7 e 8 FEVEREIRO 2015	MEETING INTERNACIONAL DE LISBOA	ANL	JAMOR
14 e 15 FEVEREIRO 2015	MEETING INTERNACIONAL PÓVOA VARZIM	ANNP	PÓVOA VARZIM
15 FEVEREIRO 2015	4º TORNEIO CIRCUITO CADETES	ANDS	ENTRONCAMENTO
21 FEVEREIRO 2015	XXIII TAÇA VALE DO TEJO	ANDS	ABRANTES
28 de FEVEREIRO 2015	CN LONGA DISTÂNCIA- FASE APURAMENTO ZONA SUL	ANDS/FPN	RIO MAIOR
01 MARÇO 2015	TORNEIO INTERDISTRITAL DE VELOCIDADE	ANDS/ANIC	TOMAR
8 MARÇO 2015	TORREGRI 2 - 5º CIRCUITO DE CADETES	ANDS	ENTRONCAMENTO

13- 14-15 MARÇO 2015	CAMPEONATO DISTRITAL CATEGORIAS	ANDS	CORUCHE
21 MARÇO 2015	TAÇA CIDADE DE RIO MAIOR	ANDS	RIO MAIOR
27, 28, 29 de MARÇO 2015	TORNEIO ZONAL DE INFANTIS – ZONA SUL	ANALGARVE/FPN	TAVIRA
28, 29 de MARÇO 2015	MULTINATIONS YOUTH MEET/JUNIOR MEET	FPN	LISBOA
1, 2, 3, 4 de ABRIL 2015	CAMPEONATO NACIONAL JUVENIS, JUNIORES e SENIORES	ANC/FPN	COIMBRA
11, 12 ABRIL 2015	CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES 1ª/2ª DIV	ANL/FPN	JAMOR
11, 12 ABRIL 2015	ESTÁGIO INTERDISTRITAL DE INFANTIS	ANDS/ANDL	A DESIGNAR
18 ABRIL 2015	CN LONGA DISTÂNCIA	ANC/FPN	COIMBRA
18 ABRIL 2015	2º ESTÁGIO CADETES	ANDS	A DESIGNAR
19 ABRIL 2015	VIII TORNEIO DO SORRAIA	BUZIOS	CORUCHE
3 de MAIO 2015	TORNEIO DISTRITAL NADADOR COMPLETO -CADETES	ANDS	SANTARÉM
9 e 10 de MAIO 2015	TORNEIO DISTRITAL NADADOR COMPLETO -CATEGORIAS	ANDS	TORRES NOVAS
17 MAIO 2015	TORNEIO CIDADE DO ENTRONCAMENTO	CLAC/ANDS	ENTRONCAMENTO
23 de MAIO DE 2015	CN 10 KM	ANALENTEJO/FPN	AMIEIRA
24 MAIO DE 2015	VI TORNEIO DO FUTURO	ANDS/ANIC/ANALENTEJO	MAÇÃO
30 e 31 DE MAIO 2015	MEETING INTERNACIONAL DE COIMBRA	ANC	COIMBRA
6 e 7 JUNHO 2015	MEETING INTERNACIONAL DO PORTO	ANNP	PORTO
7 JUNHO 2015	TORREGI3- 6º TORNEIO CIRCUITO CADETES	ANDS	ENTRONCAMENTO
13 JUNHO 2015	PROVA DE APURAMENTO CATEGORIAS	ANDS	RIO MAIOR
20 JUNHO 2015	TORNEIO INTERDISTRITAL ESPECIALISTA	ANDS	RIO MAIOR
21 JUNHO	3º ESTÁGIO CADETES	ANDS	A DEFINIR
27 JUNHO 2015	TAÇA DO MUNDO 10KM AA	FPN	SETUBAL
27 JUNHO 2015	VI FESTIVAL DE CADETES TORRES NOVAS	CNTN	TORRES NOVAS
28 JUNHO 2015	XI TORNEIO DE NATACÃO CIDADE DE ALMEIRIM	AVQA	ALMEIRIM
3,4,5 JULHO 2015	CAMPEONATO DISTRITAL INFANTIS PROVA DE APURAMENTO JUV, JUN, SEN	ANDS	TOMAR (?)
10, 11,12 JULHO 2015	CAMPEONATO DISTRITAL ABS (SEN/JUN) JUVENIS E PROVA DE APURAMENTO INFANTIS	ANDS	RIO MAIOR
17, 18, e 19 JULHO 2015	CAMPEONATO NACIONAL DE INFANTIS	ANL/FPN	LISBOA-JAMOR
23, 24,25,26 JULHO 2015	CAMPEONATO NACIONAL DE JUVENIS E ABSOLUTOS/OPEN PORTUGAL	ANMADEIRA/FPN	FUNCHAL
26 SETEMBRO 15	XXVII TRAVESSIA DOS TEMPLÁRIOS	ANDS	SERRA TOMAR

- **REGULAMENTO GERAL DAS COMPETIÇÕES
DISTRITAIS**

CATEGORIAS, ESCALÕES ETÁRIOS, AGRUPAMENTOS E NOMENCLATURAS

NATAÇÃO PURA

CATEGORIAS	ESCALÃO ETÁRIO/AGRUPAMENTO	MASC	FEM
CADETES	CADETES B	2004 a 2007	2005 a 2007
	CADETES A	2003	2004
INFANTIL	INFANTIL A	2001	2002
	INFANTIL B	2002	2003
JUVENIL	JUVENIL A	1999	2000
	JUVENIL B	2000	2001
JUNIORES	-	1997-98	1998-99
SÉNIORES	-	1996 e + VELHOS	1997 e + VELHAS

MASTERS (GRUPOS IDADE)

GRUPO	ESCALÃO ETÁRIO	ANO NASCIMENTO
A	25-29	1990-1986
B	30-34	1985-1981
C	35-39	1980-1976
D	40-44	1975-1971
E	45-49	1970-1966
F	50-54	1965-1961
G	55-59	1960-1956
H	60-64	1955-1951
I	65-69	1950-1946
J	70-74	1945-1941
K	75-79	1940-1936
L	80-84	1935-1931
M	85 e +	1930 e antes

COMPETIÇÕES DISTRITAIS

1 – INSCRIÇÕES

1.1 – LOCAL

As inscrições deverão dar entrada na sede da Associação de Natação do Distrito de Santarém, sito, na Rua Garcia da Mata, 20 2300 – 494 Tomar.

1.2 - DATA LIMITE

A data limite para cada uma das Competições Distritais é as constantes no Regulamento específico de cada uma. Quando não respeitadas implicam a anulação das mesmas.

Nas Competições Organizadas pelos Clubes o prazo da entrega na ANDS não poderá ser inferior a **6 (seis)** dias úteis.

A ANDS não se responsabiliza por possíveis atrasos ou má recepção das inscrições devendo os Clubes fazer a confirmação das suas inscrições em www.ands.pt. Para tal a ANDS disponibiliza a listagem com as inscrições até às 20 horas de cada Quarta-feira anterior às JA e Torneios de Cadetes e Segunda-feira para as restantes competições. Os clubes poderão reclamar até ao dia seguinte respectivo, não sendo aceites reclamações das anomalias detectadas posteriormente ao prazo definido.

Só serão consideradas as alterações em função das inscrições que constem nas listas onomásticas ou nos ficheiros enviados, pois o prazo para a inscrição é o que consta nos respectivos regulamentos das Competições.

A ordem e a indicação dos **nadadores que integram as estafetas** terão que ser **obrigatoriamente entregue até meia hora antes do início da sessão** em que as mesmas estão integradas.

1.3 – FORMA

As inscrições para as Competições Distritais, terão de ser feitas por via electrónica, através do programa informático, definido pela FPN/ANDS para o efeito – **Entry Editor ou Team Manager**. Qualquer anomalia nas inscrições implicará a sua anulação.

Nas competições organizadas pelos Clubes, com o apoio administrativo da ANDS, a organização ter que informar os clubes convidados da necessidade das inscrições serem feitas por via electrónica. Só excepcionalmente serão aceites em papel, assim como só poderá haver no máximo, duas alterações nas provas por sessão desde que os nadadores constem das inscrições enviadas.

Para as inscrições serem consideradas como correctas, no e-mail que as acompanha terá que constar o nome do(s) Técnico(s), assim como o do(s) delegado(s) e dos nadadores suplentes.

No caso dos nadadores individuais, deverão os mesmos tratar directamente junto da ANDS, da sua inscrição.

Para todas as competições organizadas pela ANDS ou com o seu apoio administrativo, a ANDS disponibilizará com a antecedência mínima de 10 dias antes da data da prova o ficheiro convite que poderá ser descarregado a partir www.ands.pt.

1.4 - TEMPO DE INSCRIÇÃO

O tempo de inscrição que a ANDS atribui ao nadador será a sua melhor marca obtida na época em curso.

Quando o nadador não possuir marca na referida época recorrer-se-á à melhor marca da época anterior. Os tempos das estafetas, só serão os tempos enviados pelos clubes com data e local de obtenção após a verificação dos mesmos pelo facto das equipas de estafetas ainda não virem constituídas.

Desde que não se verifique nenhuma das situações descritas nas alíneas anteriores, serão aceites os tempos de inscrição sugeridos pelos técnicos.

1.5 - VALIDAÇÃO DE TEMPOS

Nas Competições organizadas por outras entidades só serão homologados os tempos dos nadadores correctamente inscritos.

Os tempos obtidos em Competições fora do âmbito da ANDS, só serão validados desde que os respectivos regulamentos estejam autorizados pela Associação Distrital/FPN e sejam enviados pela entidade organizadora, respectiva Associação ou pelo Clube participante devidamente autenticados. Os mesmos deverão ser apresentados **preferencialmente em formato digital e ficheiro LXF**.

Os tempos serão validados para as Competições Distritais desde que deem entrada na sede da ANDS com a antecedência mínima de **5 (cinco)** dias úteis da data do término do prazo da inscrição da respectiva Competição.

1.6 - TEMPO DE ADMISSÃO AOS CAMPEONATOS (TAC)

Os tempos obtidos pelos nadadores terão a duração de 1 ano para efeitos de participação nos campeonatos Distritais de categorias e absolutos (piscina longa ou curta). Assim os tempos dos nadadores concorrentes a estes campeonatos são válidos entre o dia 04 de julho de 2013 até ao prazo das inscrições destes campeonatos.

Das Competições constantes do Calendário Distrital da ANDS e por ela organizadas todos os tempos têm que ser cumpridos nas respetivas competições a saber:

Os **campeonatos Distritais de Inf/Juv e Jun/Sen (piscina curta)** têm tempos a cumprir no campeonato (**TCC**).

O **Torneio Inter-Regional/Especialista** e o **Torneio Distrital Nadador Completo** terão Tempos a cumprir no Torneio (**TCT**).

Nas **Jornadas de Apuramento** haverá tempos a cumprir (**TCJA/TCT**), conforme tabela existente neste regulamento.

Os **TAC's** e demais Tempos a Cumprir são estipulados para cada uma das Competições e constam neste regulamento em tabelas anexas.

1.7 - TENTATIVA DE TAC NACIONAL/ZONAL

Designa-se por **Tentativa de TAC Nacional/Zonal** a prova realizada a pedido do Sócio Desportivo cujo (s) nadador (s) pretenda (m) atingir a marca na prova em questão, que terá de ser efectuada em conformidade com o espírito competitivo em toda a sua distância.

Um **TAC Nacional/Zonal** pode ser estabelecido numa tentativa especial efectuada para esse fim, desde que realizada numa Jornada de Apuramento (JA), e só no caso de a prova pretendida não constar do respectivo Programa de Provas.

Nos Campeonatos Distritais ou Torneios poderão, excepcionalmente, existir "Tentativa de TAC Nacional/Zonal" para as Categorias diferentes das (os) participantes nessas Competições. No entanto, as provas de "Tentativa de TAC Nacional/Zonal" que venham a ser requeridas terão de se cingir à sequência das provas dessas Competições sem as pôr em causa.

Só poderão ter acesso a este tipo de prova os nadadores que durante a época em curso ou na anterior tenham obtido na mesma prova o tempo de admissão estabelecido para os Campeonatos Distritais da respectiva categoria do nadador/estafeta que solicita a tentativa de TAC Nacional/Zonal e todos os nadadores do escalão Infantil B.

A "Tentativa de TAC Nacional/Zonal" será efectuada numa série, não podendo por em causa a realização do calendário já previsto para a Competição para a qual o Sócio Desportivo requereu a respectiva prova, podendo nela participar nadadores seus e/ou outros nadadores a seu convite. Exceptuam-se as provas de 800 e 1500 metros Livres que realizar-se-ão no final da Sessão.

O Sócio Desportivo que pretender efectuar uma prova de "Tentativa de TAC Nacional/Zonal" deverá para tal requerer a autorização à ANDS com a **antecedência mínima**

de 10 dias úteis, indicando a Jornada/ Sessão e a distância/técnica de nado em que pretende realizar a prova, bem como o (s) nome (s), categoria (s) e n.º (s) de licença (s) do (s) nadador (es) que vão preencher a série da prova.

1.8 – PARTICIPAÇÃO

A participação em Competições Distritais é reservada a nadadores licenciados como individuais ou em representação de Clubes ou Entidades filiadas na FPN ou reconhecidas pela ANDS.

Nas Jornadas de Apuramento e Torneios do Circuito de Cadetes as séries poderão ser compostas por nadadores de ambos os sexos quando designadas por “**UNISEXO**” no referido programa de provas (nas Jornadas de Apuramento para as categorias de **INF, JUV, JUN e SEN** as equipas de estafetas terão que ser compostas com nadadores do mesmo sexo).

Os nadadores participantes em competições realizadas pela ANDS, salvo raras excepções que constam do regulamento da referida Competição, são agrupados em séries de acordo com os tempos de inscrição. Em caso de tempos iguais ou ausência de tempos o sistema faz a distribuição de forma aleatória.

As Jornadas de Apuramento que se realizem em simultâneo com outras Competições não poderão por em causa a boa realização das últimas.

Nas Competições Distritais a organização poderá suprimir a 1ª Série distribuindo os nadadores pelas pistas da segunda série e seguintes sem reorganização das séries, excepto nos 800 e 1500 metros Livres que deverão ser reorganizados.

Nas Competições em que se realizam os 800 e 1500 Livres, a ANDS reserva-se ao direito de decidir a organização de 4 séries.

A participação de nadadores de outras associações, em competições organizadas pela ANDS, carece de autorização prévia das mesmas.

Só é permitida a participação em qualquer Competição a Técnicos e Delegados, devidamente licenciados pela FPN. Poderão, em situações excepcionais, ser admitidos como representantes dos Clubes desde que credenciados em papel timbrado pelo Clube, não podendo ser técnicos nem nadadores inscritos nessa competição.

Em todas as Competições a realizar pela ANDS é obrigatório a inscrição e presença efectiva de pelo menos um técnico e um Delegado por Clube participante.

A participação dos clubes filiados na ANDS em Competições realizadas por **outras associações ou clubes nelas filiados**, carece de autorização prévia da ANDS. O pedido

deve ser enviado com antecedência mínima de **10 dias** úteis da data da prova e acompanhado da indicação dos nadadores que irão participar.

Qualquer praticante, Clube, ou Selecção Distrital ou Regional, que pretenda **deslocar-se ao estrangeiro** deve solicitar previamente à FPN, através da sua Associação, autorização escrita para tal, com, pelo menos, 20 (vinte) dias de antecedência em relação à data da competição, instruindo o pedido com o regulamento da competição em causa.

No caso de Clubes ou Selecções, a solicitação deverá ser acompanhada de lista nominativa de participantes.

No prazo máximo de 5 (cinco) dias após a realização desta prova, deverá enviar à FPN os resultados completos das competições em que participou.

1.8.1 – NORMAS

É obrigatório:

O cumprimento das normas vigentes nas várias Piscinas onde se realizem as Competições e Festivais;

O uso de touca para todos os nadadores;

O uso de chinelos no cais das Piscinas;

Poderão ser utilizados ténis de uso exclusivo no cais da Piscina desde que estejam em condições para tal, assim como o uso de protecções em plástico por Delegados, Dirigentes e Convidados desde que autorizados pela Organização da Competição.

É da responsabilidade do Delegado à Competição a resolução de qualquer questão omissa sobre a utilização do espaço, dando conhecimento de imediato aos Clubes.

Os Clubes deverão nos Campeonatos e Torneios fazerem-se representar nos desfiles com todos os seus representantes, Delegados, Técnicos, Nadadores e respectiva Bandeira ou Estandarte.

1.9 – TAXAS

A taxa de inscrição para as Provas Distritais é de **1.50 €** por prova individual e de **5€** por equipa de estafeta.

A taxa para a “Tentativa de TAC Nacional/Zonal” é de **15€** por prova requerida.

Será atribuído um subsídio de 60% deste valor ao clube caso o nadador obtenha o respectivo TAC.

A taxa para os nadadores individuais é de **17.00€ por competição**.

A Taxa de participação de clubes exteriores à ANDS e por solicitação dos mesmos é de **12,00€**, para além de todas as restantes taxas e multas a aplicar no regulamento em vigor.

2 - MULTAS

Em todos os Campeonatos e Torneios cuja participação esteja sujeita ao cumprimento de tempos, a falta de tempo limite numa prova, (**FTL**), Tempo a cumprir no Campeonato (**TCC**) e Tempo a cumprir no Torneio (**TCT**), pelo não cumprimento desse tempo mínimo será aplicado ao Clube a multa de **4.00€**

Nas Jornadas de Apuramento (JA) o não cumprimento do respectivo tempo estabelecido (**TCJA**) será aplicado ao Clube a multa de **2.50€**

Os Clubes podem **anular** a participação dos nadadores nas respectivas provas até ao término do prazo de confirmação das inscrições.

No caso de um nadador faltar a uma prova sem justificação válida (comprovada) será aplicada ao respectivo Clube uma multa no valor de **0.50 €** por prova/nadador. Nos Campeonatos Distritais de SÉN, JUN, JUV e INF de Piscina Curta e Campeonatos Distritais de Categorias e ABS, o nadador que falte a uma prova e que participe em outras provas do mesmo dia será aplicada ao clube uma multa no valor de **20.00 €** por prova/nadador.

As faltas podem ser justificadas até 48 horas após o término da respectiva Competição, mediante a apresentação de atestado médico.

Na falta de Técnico ou Dirigente numa competição, o Clube infractor incorre numa multa de **50.00€**.

O não cumprimento do estabelecido, no pedido de deslocações de nadadores ou equipas, para participarem em competições fora do âmbito da ANDS, o Clube infractor incorre numa multa de **125.00€**

3 - PROGRAMAS

Estarão disponíveis para impressão no site da ANDS www.ands.pt.

Em caso de impossibilidade da ANDS dar cumprimento ao referido no parágrafo anterior, serão entregues no dia da prova (a levantar no secretariado), de acordo com os nadadores inscritos segundo a tabela:

De 1 a 12 nadadores	2 Programa
Mais de 12 nadadores	3 Programas

4 - RESULTADOS

Disponíveis até 48 horas após o término da prova em www.ands.pt.

5 - AQUECIMENTO

Noventa minutos antes do início das provas, tendo o mesmo que **terminar 10 minutos antes da hora marcada para o início da respectiva Sessão.** Caso contrário será estipulado no regulamento específico da competição.

As pistas 1 e 8 e/ou 1 e 6 consoante o tipo de piscina deverão ficar disponíveis 20 minutos antes do término do aquecimento para a realização de sprints.

6 - HORÁRIOS

Os horários das Competições Distritais serão os constantes dos regulamentos específicos de cada Competição.

O tempo de duração das Jornadas de Apuramento, não deverão exceder 3 (três) horas de provas por sessão. A ANDS poderá anular provas ou séries quando se verificar ser necessário, tendo em atenção, os nadadores que à data não tenham ainda obtido TAC para os Campeonatos e não exista possibilidade de obter em tempo útil, dando conhecimento aos Clubes.

7 - CERIMÓNIA/PRÉMIOS

Os Prémios serão indicados nos regulamentos específicos de cada Competição ou Cerimónia, **e a sua entrega prescreve no final das mesmas.**

Os nadadores que obtenham a classificação mas não cumpram os Tempos de Admissão aos Campeonatos (**TAC**) ou os Tempos a Cumprir (**TCC**), conforme a Competição, **não terão direito ao prémio (medalha ou outro).**

A cerimónia de entrega de prémios faz parte integrante da Competição sendo o momento mais alto e solene da mesma. É o momento da atribuição da distinção em reconhecimento do feito conseguido pelo nadador, restante equipa e entidades envolvidas.

Para a cerimónia de prémios o Clube é responsável pelo envio do nadador atempadamente em conformidade com os regulamentos ou por solicitação da organização.

O nadador deverá usar calções adequados, com camisola do clube que representa.

No momento da entrega da medalha ou troféu o nadador não poderá ter mais medalhas ao peito, assim como não deverá ter colocado o chapéu.

8 - ARBITRAGEM

A cargo do CDA/ANDS.

9 - DELEGADO À COMPETIÇÃO

Em todas as Competições Distritais será nomeado pela ANDS um Delegado oficial com as competências definidas no Regulamento Geral da FPN.

10 - CASOS OMISSOS

Serão julgados de acordo com o Regulamento Geral da FPN, sem direito a recurso.

Circuito Distrital de Cadetes - Época 2014- 2015

Regulamento

Pela especificidade Científica e Técnica de que se deve revestir a participação de nadadores na categoria de Cadetes, terão de ser respeitadas todo o conjunto de diretrizes emanadas pela FPN (POLÍTICA DESPORTIVA - ENQUADRAMENTO REGIONAL), de onde, pelo seu espírito se define o presente regulamento.

Cada nadador não deverá participar em mais do que **oito competições por época**, devendo o clube, para o efeito, gerir a sua participação, preferencialmente, com uma competição por mês, entre provas da ANDS e torneios particulares.

As competições não poderão exceder o tempo de 3 horas por sessão, caso haja uma previsão para que esse tempo seja ultrapassado, far-se-á uma redução das provas.

Sempre que a competição se desenrole numa única sessão o nadador pode participar no máximo em três provas, não podendo nadar mais do que duas provas individuais.

Nas competições compostas por duas sessões é permitido que os nadadores participem em cinco provas sendo, no máximo, duas provas individuais por sessão.

Deverão ser preferencialmente participadas as provas de estafetas, variadas, onde os Clubes com menor número de nadadores deverão constituir estafetas mistas a fim de permitir uma participação alargada de todos os seus nadadores neste tipo de provas. Assim, nos programas de provas da ANDS **não aparecerá distinção de sexo nas estafetas** podendo cada Clube constituir várias equipas, indiscriminadamente, só do sexo feminino ou masculino ou ainda mistas designadas por unissexo ou misto.

Sempre que uma série ou prova for constituída por uma só equipa ou nadador, o Técnico responsável poderá em tempo útil (prazo de reclamação) alterar essa prova para outra que contenha pistas vagas.

A ANDS estabeleceu para o efeito, um circuito de 6 (seis) competições mais o Torneio do Nadador Completo, distribuídas pelo calendário ao longo da época, sendo obrigatória a participação de cada Clube em pelo menos 4 (quatro) dessas competições e no Torneio do Nadador Completo, para que possam pontuar para a classificação final do referido Circuito. Esta obrigatoriedade de 5 (cinco) Competições das 7 (sete) existentes é para permitir espaço de participação em Torneios de Clubes, salvaguardando o número de oito competições por atleta durante a época.

A **Pontuação - Circuito Distrital de Cadetes - Época 2014 – 2015** do realizar-se-á da seguinte forma:

- 1 - Participação no Torneio de Abertura **10 pontos**;
- 2- Participação no 3º e 4º Torneio de Cadetes **10 pontos** por cada torneio;
- 3- Participação no Torneio Nadador Completo **30 pontos**;
- 4- Participação nos Torneios Torregis (1, 2 e 3) **40 pontos** por cada torneio;
- 5 -Por cada nadador participante em cada Torneio de cadetes **5 pontos**;
- 6 - Por cada prova nadada (ano de nascimento /Masculino e Feminino) até ao 12º Lugar:

1º Lugar	13 pontos	2º Lugar	11 pontos	3º Lugar	10 pontos
4º Lugar	9 pontos	5º Lugar	8 pontos	6º Lugar	7 pontos
7º Lugar	6 pontos	8º Lugar	5 pontos	9º Lugar	4 pontos
10º Lugar	3 pontos	11º Lugar	2 pontos	12º Lugar	1 ponto

Nota:

- Todos os torneios incluindo Nadador Completo são pontuáveis para o referido Circuito.
- Em caso de empate entre um ou mais clubes, o factor de desempate será feito pela melhor classificação do clube obtida no Torneio do Nadador.

PRÉMIOS

No final do Circuito serão distribuídos troféus a todas as equipas participantes.

- **PROGRAMA DE PROVAS (CAD, INF, JUV, JUN e SEN)**

JORNADA DE ABERTURA DE CATEGORIAS

1 - LOCAL

Piscina Municipal de **Torres Novas**

2 - DATA

26 de Outubro de 2014 - Domingo

3 – HORÁRIO

1ª Sessão 09.30 horas

2ª Sessão 15.30 horas

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria ABS (SÉN/JUN/JUV/INF)
- Cada nadador só pode participar em 3 (três) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão.
- As provas de 50 metros incluindo as Estafeta de 4x50 Livres e 4x50 Estilos só poderão ser nadadas por nadadores Juvenis, Juniores, Séniores ou ABS.

5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS (excecionalmente) até às 18.00 horas do dia **21/10/2014**

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

1 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª Sessão			2ª Sessão		
1	400 L	Misto	10	100 C	F
2	200 B	F	11	100 C	M
3	200 B	M	12	50 B	F
4	200 M	F	13	50 B	M
5	200 M	M	14	100 L	F
6	200 Est	F	15	100 L	M
7	200 Est	M	16	50 M	F
Intervalo de 10 minutos			17	50 M	M
			Intervalo de 10 minutos		
08 e 09	4 x 50 L	F / M	18*	800 L	Femininos

*** Prova dependendo dos 24 melhores tempos (até ao máximo de 4 nadadores por clube), no caso de a sessão exceder o tempo regulamentado. Se o nº de nadadores por clube não ultrapassar os 24 melhores tempos, recorre-se aos melhores tempos de inscrição até completar as séries.**

TORREGRI 1 – 1º TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES

1 – LOCAL

Piscinas Municipais de ABRANTES

2 – DATA

2 de Novembro de 2014

3 – HORÁRIO

1ª Sessão às 9.30 Horas

2ª Sessão às 15.30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria de Cadetes
- Cada nadador só pode participar em 2 (duas) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão até ao máximo de 5 (cinco) no Torneio.

5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia
27/10/2014

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

7 - PROGRAMA DE PROVAS

TORREGRI 1					
<u>1ª Sessão</u>			<u>2ª Sessão</u>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	200 L	FEM – 2004	11	100 L	FEM – TODOS
2	200 L	MAS - 2003	12	100 L	MAS – TODOS
3	50 C	FEM – 2005, 2006,2007	13	100 B	FEM – 2004
4	50 C	MAS - 2004, 2005,2006, 2007	14	100 B	MAS - 2003
5	100 M	FEM – 2004	15	50 M	FEM – 2005, 2006,2007
6	100 M	MAS - 2003	16	50 M	MAS - 2004, 2005,2006, 2007
7	50 L	FEM – 2005, 2006,2007	17	100 C	FEM – 2004
8	50 L	MAS - 2004, 2005,2006, 2007	18	100 C	MAS - 2003
Intervalo 10'			19	50 B	FEM – 2005, 2006,2007
			20	50 B	MAS - 2004, 2005,2006, 2007
			Intervalo 10'		
9	4x50 EST.	Misto - FEM – 2004 /MAS 2003	21	4x50 Livres	Misto - FEM – 2004 /MAS 2003
10	4x25 EST.	Misto - FEM – 2005,2006,2007 MAS - 2004, 2005,2006, 2007	22	4x25 Livres	Misto - FEM – 2005,2006,2007 MAS - 2004, 2005,2006, 2007

PROVA DE APURAMENTO DE CATEGORIAS

1 - LOCAL

Piscina Municipal de ENTRONCAMENTO

2 - DATA

9 de Novembro de 2014 - Domingo

3 – HORÁRIO

1ª Sessão 09.30 horas

2ª Sessão 15.30 horas

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria ABS (SÉN/JUN/JUV/INF)
- Cada nadador só pode participar em 3 (três) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão.
- As provas de 50 metros incluindo as Estafeta de 4x50 Livres e 4x50 Estilos só poderão ser nadadas por nadadores Juvenis, Juniores, Séniores ou ABS.

5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 18.00 horas do dia **3/11/2014**

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

7 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª Sessão			2ª Sessão		
1	400 E	Mistos	10	50 L	F
2	200 C	F	11	50 L	M
3	200 C	M	12	100 M	F
4	200 L	F	13	100 M	M
5	200 L	M	14	50 C	F
6	4 x 50 E	F	15	50 C	M
7	4 x 50 E	M	16	100 B	F
Intervalo de 10 minutos			17	100 B	M
8	4 x 100 L	F	Intervalo de 10 minutos		
9	4 x 100 L	M	18	1500 L*	M

*** Prova dependendo dos 24 melhores tempos (até ao máximo de 4 nadadores por clube), no caso de a sessão exceder o tempo regulamentado. Se o nº de nadadores por clube não ultrapassar os 24 melhores tempos, recorre-se aos melhores tempos de inscrição até completar as séries**

I ESTÁGIO DE CADETES

1 – LOCAL

A DIFUNDIR

2 – DATA

16 de Novembro de 2015

3 – HORÁRIO - 2 sessões

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria de **Cadetes A**
- 24 Nadadores (12 Masculino e 12 Femininos)
- 4 Cadetes á escolha do DTR Distrital com base nos índices técnicos

5 – CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

- Resultados do **Torregi 1**
- Ver Política Desportiva emanada pela FPN de 1 de Outubro de 2015
- Melhores 4 cadetes (2 feminino + 2 masculinos) com base em critérios de índice técnico da responsabilidade do DTR Distrital.

6 – PROGRAMA DE ESTÁGIO

- A definir oportunamente

TORNEIO REGIONAL DE FUNDO INFANTIS E JUVENIS

1 – LOCAL

Localidade: Ponte de Sor
Piscina Municipal (25 x 8 pistas)

2 – ORGANIZAÇÃO

A organização do Torneio Regional de Fundo é da responsabilidade ANIC / ANDS e ANAlentejo. Os torneios decorrerão em simultâneo.

3 – DATA

22 e 23 de Novembro de 2014

4 – HORÁRIO

<u>1ª Jornada - 22 NOV 2014</u>	<u>2ª Jornada 23 NOV 2014</u>
1ª Sessão	3ª Sessão
Aquecimento – 08.00 H Início às - 09:00 H	Aquecimento – 08.00 H Início às - 09:00 H
2ª Sessão	4ª Sessão
Aquecimento - 15.00 H Início às - 16.00 H	Aquecimento – 15.00 H Início às - 16.00 H

5 – PARTICIPAÇÃO

Podem participar todos os nadadores filiados nas categorias de Infantis e Juvenis. Os Nadadores Infantis e Juvenis terão obrigatoriamente de nadar os 800 L Femininos + 400 E Femininos e 1500 L Masculinos + 400 E Masculinos.

Deverá ser SEMPRE indicado um tempo estimativo de inscrição para nadadores que nunca tenham nadado estas provas.

6 – INSCRIÇÕES E PAGAMENTO

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANICentro até às 24.00 horas do dia 14/11/2014.

O pagamento das inscrições será feito à respetiva Associação.

7 - CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Haverá classificações separadas por prova, escalão etário e sexo.

O somatório (1500L+ 400E ou 800L+ 400E) das pontuações Tabela **FINA 2014** de cada nadador (a) definirá um Ranking Regional deste Torneio, que permitirá atribuir **um prémio** aos três primeiros classificados a nível Regional de cada escalão etário (**INF B, INF A Masculinos e Femininos e JUV B, JUV A Masculinos e Femininos**)

A atribuição dos **prémios** será feita em separado **por cada Associação**
Em termos Nacionais será elaborada pelo FPN uma Classificação Final Individual e Coletiva:

A classificação individual será elaborada por categoria e género através do somatório (1500L+400E ou 800L+400E) das pontuações Tabela **FINA** de cada nadador (a) definirá um Ranking Nacional deste Torneio.

Para a classificação coletiva pontuam os 3 (três) primeiros nadadores de cada clube por categoria e género, que permitirão elaborar um Ranking Nacional de Clubes deste Torneio.

8 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA – Sábado			2ª JORNADA – Domingo		
1ª Sessão	400 Estilos	FEM	3ª Sessão	800 Livres	FEM
2ª Sessão	1500 Livres	MAS	4ª Sessão	400 Estilos	MAS

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

1 – LOCAL

Piscina Municipal **TOMAR**

2 – DATA

28, 29 e 30 Novembro 2014

3 – HORÁRIO

28 de Novembro

1ª Sessão às 16:30 Horas

29 de Novembro

2ª Sessão às 9:30 Horas

3ª Sessão às 15:30 Horas

30 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

28 de Novembro

1ª Sessão às 16:30 Horas

29 de Novembro

2ª Sessão às 9:30 Horas

3ª Sessão às 15:30 Horas

30 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.

2º TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES

1 – LOCAL

Piscinas Municipais de CORUCHE

2 – DATA

7 de Dezembro de 2014

3 – HORÁRIO

1ª Sessão às 9.30 Horas

2ª Sessão às 15.30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria de Cadetes
- Cada nadador só pode participar em 2 (duas) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão até ao máximo de 5 (cinco) no Torneio.

5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia **1/12/2014**

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

7 - PROGRAMA DE PROVAS

<u>1ª Sessão</u>			<u>2ª Sessão</u>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	50 M	FEM – 2005, 2006,2007	10	50 B	FEM – 2005, 2006,2007
2	50 M	MAS - 2004, 2005,2006,2007	11	50 B	MAS - 2004, 2005,2006,2007
3	100 M	FEM – 2004	12	100 L	FEM – 2005, 2006,2007
4	100 M	MAS - 2003	13	100 L	MAS - 2004, 2005,2006,2007
5	50 C	FEM – 2005, 2006,2007	14	100 EST.	FEM – 2004 e 2005
6	50 C	MAS - 2004, 2005,2006,2007	15	100 EST.	MAS - 2003 e 2004
7	100 B	FEM – 2004	16	200 EST	FEM – 2004
8	100 B	MAS - 2003	17	200 EST	MAS - 2003
Intervalo 10'			Intervalo 10'		
9	4x100 L	Misto - todos	18	4x100 EST.	Misto - todos

JORNADA DE APURAMENTO DE CATEGORIAS

1 - LOCAL

Piscina Municipal de **Santarém**

2 - DATA

18 de JANEIRO de 2015 - Domingo

3 – HORÁRIO

1ª Sessão 09.30 horas

2ª Sessão 15.30 horas

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria ABS (SÉN/JUN/JUV/INF)
- Cada nadador só pode participar em 3 (três) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão.
- As provas de 50 metros incluindo as Estafeta de 4x50 Livres e 4x50 Estilos só poderão ser nadadas por nadadores Juvenis, Juniores e Séniores.

5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS (excepcionalmente) até às 20.00 horas do dia **12/01/2015**

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

2 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª Sessão			2ª Sessão		
1	200 Estilos	F	12	50 L	F
2	200 Estilos	M	13	50 L	M
3	50 C	F	14	100 B	F
4	50 C	M	15	100 B	M
5	50 B	F	16	100 C	F
6	50 B	M	17	100 C	M
7	100 M	F	18	50 M	F
8	100 M	M	19	50 M	M
9	800 L	MISTO	Intervalo de 10 minutos		
Intervalo de 10 minutos			20	1500 L	MISTO
10	4x100 Livres	F			
11	4x100 Livres	M			

CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES

1.Introdução – Este Campeonato é da responsabilidade conjunta da ANIC / ANDS e ANALentejo

2.Local – Campo Maior – 25 x 8 pistas

3. Data - 24 de Janeiro de 2015

4. Programa – Horários

1ª Jornada – 24 JAN 2015 – 09:30		2ª Jornada – 24 JAN 15 – 14.30	
1	800m Livres Femininos	14	800m Livres Masculinos
2	100m Mariposa Masculinos	15	100m Mariposa Femininos
3	200m Mariposa Femininos	16	200m Mariposa Masculinos
4	100m Bruços Masculinos	17	100m Bruços Femininos
5	200m Bruços Femininos	18	200m Bruços Masculinos
6	50m Livres Masculinos	19	50m Livres Femininos
7	100m Livres Femininos	20	100m Livres Masculinos
8	100m Costas Masculinos	21	100m Costas Femininos
9	200m Costas Femininos	22	200m Costas Masculinos
10	400m Livres Masculinos	23	400m Livres Femininos
11	200m Estilos Femininos	24	200m Estilos Masculinos
12	4x100m Livres Masculinos	25	4x100m Livres Femininos
13	4x100m Estilos Femininos	26	4x100m Estilos Masculinos

5. Participação

Podem participar todos os Clubes da ANICentro / ANDS / ANALentejo e a convite, Clubes da Federação Estremenha de Natação.

6. Inscrições

As inscrições deverão ser realizadas por correio eletrónico para anic.dtr@gmail.com, através do ficheiro convite, até ao **dia 16 de Janeiro de 2015**.

A indicação da constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue no Secretariado da Competição até 30 minutos antes do início de cada jornada.

São válidos como tempos de inscrição, as marcas registadas entre 16 de Janeiro de 2014 e 16 de Janeiro de 2015.

7. Regras Específicas

Cada Clube poderá fazer-se representar por **1 nadador(a) e 1 equipa de estafetas por prova**. Cada nadador+a pode ser inscrito+a num máximo de **3 (três) provas individuais mais as estafetas**.

8. Substituições

Serão permitidas **3 (três) substituições por jornada**, de nadadores inscritos nas provas, desde que:

- Os nadadores substitutos constem da lista onomástica
- As alterações sejam comunicadas à organização, por escrito, em ficha própria para o efeito, até **1 (uma) hora** antes do início de cada jornada.

9. Organização das Séries

Os Clubes serão agrupados por séries de acordo com o tempo de inscrição dos seus nadadores.

No caso de não existir tempo ou do mesmo ser igual para mais do que um clube, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

10. Classificações

Os Clubes serão ordenados pelo somatório dos pontos obtidos em cada prova pelos seus nadadores e equipas de estafetas.

Funcionará como fator de desempate o número de 1^{os} lugares obtidos por cada Clube nas provas do campeonato. Se tal se revelar insuficiente, recorrer-se-á aos 2^{os}, 3^{os} e assim sucessivamente, até se conseguir o desempate. Se ainda subsistir o empate, recorrer-se-á ao melhor tempo, segundo tabela FINA 2013, obtido por cada Clube nas provas do Campeonato.

O sistema de pontuação será o seguinte:

1^o Classificado - N^o Clubes + 1

2^o Classificado - N^o Clubes - 1

3^o Classificado - N^o Clubes - 2

assim sucessivamente até ao último classificado que terá 1 ponto.

Desclassificado - 0 pontos Desistência - 0 pontos

Em caso de empate entre dois ou mais nadadores, ou entre duas ou mais equipas de estafetas, será atribuída a pontuação referente à sua classificação, mantendo-se para os restantes o sistema de pontuação vigente.

11. Prémios

Serão atribuídos troféus aos três primeiros clubes Inter-Regionais Masculino, Feminino e absoluto (masculino + Feminino), e será atribuído por cada Associação um troféu ao vencedor absoluto.

3º TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES

1 – LOCAL

Piscinas Municipais da GOLEGÃ

2 – DATA

25 de Janeiro de 2015

3 – HORÁRIO

1ª Sessão às 9.30 Horas

2ª Sessão às 15.30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria de Cadetes
- Cada nadador só pode participar em 2 (duas) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão até ao máximo de 5 (cinco) no Torneio.

5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia **19/01/2015**

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

7 - PROGRAMA DE PROVAS

<u>1ª Sessão</u>			<u>2ª Sessão</u>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	400 Livres	FEM – 2004, 2005	10	400 Livres	MAS - 2003, 2004
2	200 Livres	MAS – Todos	11	200 Livres	FEM - Todos
3	100 B	FEM – Todos	12	50 C	MAS - Todos
4	100 B	MAS - Todos	13	50 C	FEM - Todos
5	200 EST	FEM – 2004, 2005	14	200 EST	MAS - 2003, 2004
6	100 EST	MAS - 2005, 2006	15	100 EST	FEM – 2006, 2007
7	50 M	FEM – Todos	16	50 L	MAS – Todos
8	50 M	MAS – Todos	17	50 L	FEM - Todos
Intervalo 10'			Intervalo 10'		
9	4x100 L	Misto - todos	18	4x100 EST.	Misto - todos

4º TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES

1 – LOCAL

Piscinas Municipais do Entroncamento

2 – DATA

15 de Fevereiro de 2015

3 – HORÁRIO

1ª Sessão às 9.30 Horas

2ª Sessão às 15.30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria de Cadetes
- Cada nadador só pode participar em 2 (duas) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão até ao máximo de 5 (cinco) no Torneio.

5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia **09/02/2015**

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

7 - PROGRAMA DE PROVAS

<u>1ª Sessão</u>			<u>2ª Sessão</u>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	200 Costas	FEM – 2004, 2005	9	200 Bruços	MAS - 2003, 2004
2	200 Costas	MAS - 2003, 2004	10	200 Bruços	FEM – 2004, 2005
3	50 B	FEM – Todos	11	50 M	MAS – Todos
4	50 B	MAS – Todos	12	50 M	FEM – Todos
5	50 L	FEM – Todos	13	50 C	MAS – Todos
6	50 L	MAS – Todos	14	50 C	FEM – Todos
7	200 Estilos	FEM – 2004, 2005	15	200 Estilos	MAS - 2003, 2004
Intervalo 10'			Intervalo 10'		
8	4x50 L	Misto - todos	16	4x50 EST.	Misto - todos

XXIII TAÇA VALE do TEJO

1 – ÂMBITO

O Torneio Interassociações, **TAÇA VALE do TEJO**, tem por objetivo o contacto entre as várias realidades Distritais. 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 ABRANTES

3 - DATA

21 de Fevereiro de 2015

4 - HORÁRIO

1ª Sessão	2ª Sessão
10.15 Horas	15.30 Horas

5 – PARTICIPAÇÃO

Categoria de **INFANTIS e JUVENIS**

A participação é feita a nível de Seleções Distritais convidadas.

Cada Associação deverá fazer-se representar em todas as provas do programa.

Essa representatividade será apenas de um nadador Infantil e um Juvenil por cada prova individual e de uma equipa de estafetas Infantil e uma Juvenil nas coletivas.

Cada nadador só poderá participar em duas provas por Sessão entre individuais e coletivas.

A ANDS poderá participar com nadadores nas pistas vagas, como extra prova.

6 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia **11/02/2015**

Serão permitidas **duas alterações** às inscrições por Sessão, desde que os nadadores constem nas fichas onomásticas, e terão de ser comunicadas durante a reunião de Delegados da Taça a efetuar uma hora antes do início das provas da 1ª Sessão.

7 – CLASSIFICAÇÕES

- Haverá uma classificação individual e outra coletiva por categoria.

- A classificação individual efetuar-se-á por Prova e Categoria.

- A classificação coletiva será efetuada no final do Taça, pelo somatório de pontos obtidos em cada prova.

- Em caso de empate pontual na classificação coletiva, funcionará como fator de desempate a soma de primeiros lugares obtidos por cada Associação nas provas da Taça. Se tal se revelar insuficiente recorrer-se-á aos segundos lugares, terceiros lugares e assim sucessivamente, até se conseguir o desempate.

8 – PONTUAÇÃO

- A pontuação a atribuir ao representante de cada Associação em prova será pelo sistema n+1, n-1, sendo atribuída a pontuação de “0 pontos” nos casos de desclassificado, desistência ou falta de comparência. “n” corresponde ao número de Associações presentes

9 – PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada prova e categoria.

Troféus a todas as Associações participantes, mediante a classificação ABSOLUTA (INF+JUV)

A Taça VALE do TEJO à Associação classificada em primeiro lugar ABSOLUTO (INF+JUV)

Será atribuído um prémio, Masculino e Feminino, ao melhor tempo da Tabela FINA 2014 obtido na Competição

10 - JÚRI TÉCNICO

O Torneio Inter-Associações da ANDS terá um Júri Técnico constituído pelo Delegado ao Torneio de cada Associação.

Este Júri tem por missão a resolução de todos e quaisquer problemas técnicos que surjam no decorrer do Torneio.

Serão aceites protestos técnicos que deverão ser apresentados segundo o Regulamento Geral da FPN.

11 - CRONOMETRAGEM

Esta Competição terá cronometragem eletrónica

12- CASOS OMISSOS

Qualquer caso omissos neste Regulamento rege-se-á pelo Regulamento Geral da FPN.

13- PROGRAMA DE PROVAS

<i>1ª SESSÃO</i>			<i>2ª SESSÃO</i>		
Nº	Prova	Sexo	Nº	Prova	Sexo
1	400 L	FEM	10	100 L	MAS
2	400 L	MAS	11	100 L	FEM
3	100 C	FEM	12	100 M	MAS
4	100 C	MAS	13	100 M	FEM
5	100 B	FEM	14	200 E	MAS
6	100 B	MAS	15	200 E	FEM
7	50 L	FEM	16	50 L	MAS
ENTREGA DE MEDALHAS			ENTREGA DE MEDALHAS		
8	4x100 L	MAS	17	4x100 E	FEM
9	4x100 L	FEM	18	4x100 E	MAS
ENTREGA DE MEDALHAS			ENTREGA DE MEDALHAS E TROFÉUS		

TORNEIO INTER-REGIONAL DE VELOCIDADE

1 – LOCAL

Piscina Municipal de Tomar– 25 x 8 pistas (Cronometragem Eletrónica)

2 - DATA

01 de Março de 2015

3 – ORGANIZAÇÃO

A organização do Torneio Regional de Velocidade é da responsabilidade conjunta das ANDS e ANICentro.

4– HORÁRIO

4.1 - O Torneio decorrerá numa jornada, com duas sessões;

1ª Sessão		2ª Sessão	
08.30 Horas	Aquecimento	14.30 Horas	Aquecimento
09.30 Horas	Eliminatórias	15.30 Horas	Finais

5 – PARTICIPAÇÃO

5.1 - Categorias **ABS** (SEN/JUN/JUV/INF)

5.2 - Cada nadador apenas poderá participar em 3 provas entre individuais e coletivas.

5.3 – Os clubes só poderão alterar os nadadores das estafetas nas finais se não ultrapassar o número máximo de provas (3) por nadador entre provas individuais e coletivas.

6 – INSCRIÇÕES

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até dia **23/02/2015**.
- 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

7.1 - São apurados para as finais (A e B) os 16 (dezasseis) melhores tempos das eliminatórias, **devendo os clubes até 1 hora após a afixação dos resultados das eliminatórias informar da desistência de qualquer atleta. A falta dos atletas em qualquer uma das finais será punida com uma multa de 20 euros.**

7.2 – Até à publicação da lista das finais os atletas classificados nas eliminatórias em 9º e 10º lugar serão reservas da final A e os 17º e 18º serão reservas da final B.

- 7.3 - Se numa prova, existir um número igual ou inferior a 8 (oito) nadadores no respetivo escalão, os nadadores não disputarão as eliminatórias, sendo colocados diretamente nas finais A, de acordo com os seus tempos de inscrição;
- 7.4 - Em todas as eliminatórias existirão 2 cabeças de série, de acordo com os tempos de inscrição;
- 7.5 Caso dois ou mais nadadores fiquem empatados num lugar na classificação onde um ou mais tenham de ser excluídos da final, haverá lugar á realização de um **“swim-off”** com os nadadores em questão, 15 minutos após o final da sessão;
- 7.6 - A constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue no início da sessão;
- 7.7 - Haverá uma classificação individual por prova, e género (absolutos).

8 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª SESSÃO- Eliminatórias			2ª SESSÃO - Finais		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	100 E	Fem	1	100 E	Fem
2	100 E	Mas	2	100 E	Mas
3	50 L	Fem	Intervalo 5'		
4	50 L	Mas	3	50 L	Fem
Intervalo 5'			4	50 L	Mas
5	4X50 E	Fem	Intervalo 5'		
6	4X50 E	Mas	5	4X50 E	Fem
7	50 M	Fem	6	4X50 E	Mas
8	50 M	Mas	Intervalo 5'		
Intervalo 5'			7	50 M	Fem
9	50 C	Fem	8	50 M	Mas
10	50 C	Mas	Intervalo 5'		
11	50 B	Fem	9	50 C	Fem
12	50 B	Mas	10	50 C	Mas
13	4x50 L	Fem	Intervalo 5'		
14	4X50 L	Mas	11	50 B	Fem
			12	50 B	Mas
			Intervalo 5'		
			13	4x50 L	Fem
			14	4X50 L	Mas
			Entrega de Medalhas		

9 – PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por Prova da final A em absolutos.

TORREGI 2 - 5º TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES

1 – LOCAL - Piscinas Municipais do Entroncamento

2 – DATA – 08 Março de 2015

3 – HORÁRIO

1ª Sessão às 9.30 Horas

2ª Sessão às 15.30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria de Cadetes
- Cada nadador só pode participar em 2 (duas) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão até ao máximo de 5 (cinco) no Torneio.

5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia 02/03/2015

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

7 - PROGRAMA DE PROVAS

<u>1ª Sessão</u>			<u>2ª Sessão</u>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
	400 L	MAS - 2003		400 L	FEM – 2004
	100 L	FEM – 2004, 2005, 2006 e 2007		100 L	MAS – 2003, 2004, 2005, 2006 e 2007
	100 C	MAS – 2003, 2004, 2005, 2006 e 2007		200 L	FEM – 2005, 2006 e 2007
	100 C	FEM – 2004, 2005, 2006 e 2007		200 L	MAS – 2004, 2005, 2006 e 2007
1	100 B	MAS – 2003, 2004, 2005, 2006 e 2007	9	50 M	FEM – 2005, 2006 e 2007
	100 B	FEM – 2004, 2005, 2006 e 2007		50 M	MAS – 2004, 2005, 2006 e 2007
2	Intervalo 10'		10	100 E	FEM – 2004, 2005, 2006 e 2007
	4x100 EST. *1	TODOS – Misto		100 E	MAS – 2003, 2004, 2005, 2006 e 2007
3	4x100 Livres	TODOS – Misto	11	Intervalo 10'	
*1 - Cada elemento da estafeta nada 100m Estilos *2 - 1º e 2º elementos nadam 25m Mar+25m Cos, 2º e 3º elementos nadam 25m Bru+25m Crol				4x50 EST. *2	TODOS – Misto
				4x50 Livres	TODOS – Misto

CAMPEONATO DISTRITAL DE CATEGORIAS INFANTIS, JUVENIS, JUNIORES E SÉNIORES (PISCINA CURTA)

1 – LOCAL

Piscina Municipal **Coruche**

2 – DATA

13, 14 e 15 de Março 2015

3 – HORÁRIO

13 de Março

1ª Sessão às 16:00 Horas

14 de Março

2ª Sessão às 9:30 Horas

3ª Sessão às 15:30 Horas

15 de Março

4ª Sessão às 9:30 Horas

5ª Sessão às 15:30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

- ✓ Categorias: Infantis (A e B), Juvenis (A e B) 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.
- ✓ As provas de 50 metros de qualquer técnica e os 100 Estilos só poderão ser nadadas por nadadores Juvenis, Juniores e Seniores

5 – INSCRIÇÕES

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia 03/03/2015.
- ✓ Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações à lista inicial de inscrições. Só serão permitidas desistência de provas sem direito a substituição.

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova/género/Categoria.

7 – PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por Prova/Categoria (JUN, SEN) /escalão etário em Infantis e Juvenis

12 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª SESSÃO (sexta tarde)			4ª SESSÃO (domingo manha)		
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)		
2ª SESSÃO (sábado manhã)			5ª SESSÃO (domingo tarde)		
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
3ª SESSÃO (sábado tarde)			(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)					

TAÇA ANDS- CIDADE DE RIO MAIOR

1 – LOCAL

Piscina Municipal de RIO MAIOR (50 metros coberta), com cronometragem eletrónica.

2 – DATA: 21 de Março de 2015

3 – HORÁRIO:

1ª Sessão	2ª Sessão
9.30 Horas	15.30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO: Categoria de ABS (**SEN-JUN-JUV-INF**)

Aberta a Clubes de fora do Distrito.

Cada Clube poderá inscrever até um máximo de três nadadores por prova, exceto nas provas 10, 11, 21 e 22 em que só pode inscrever uma equipa de estafetas.

É obrigatória a representação de cada clube em todas as provas desta competição no mínimo com 1 nadador por prova.

Esta limitada a um máximo de duas provas individuais e uma coletiva, por sessão, a participação de cada nadador

3 – INSCRIÇÕES

- Os clubes terão que fazer uma pré inscrição através de um impresso próprio e enviar para a ANDS por correio e/ou via email, até ao dia **01/03/2015**.
- As inscrições definitivas deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia **12/03/2015**. Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações á lista inicial de inscrições.
- Só serão permitidas desistência de provas sem direito a substituição.

6 – CLASSIFICAÇÃO

Haverá uma classificação **coletiva** que será efetuada pelo somatório dos pontos obtidos pelos **nadadores de cada clube participante** através da fórmula N+1, N-1, em que N é o número de clubes presentes. A desclassificação, a falta e a desistência somam 0 pontos.

No caso de empate na classificação coletiva, o critério de desempate será feito pelos nadadores melhores classificados na prova de 200E.

7 – PRÉMIOS

Serão atribuídos Troféus a todos os Clubes participantes.

Será atribuída a Taça ANDS ao Clube vencedor.

Será atribuído um prémio, MAS e FEM, a designar, ao melhor tempo da tabela **FINA 2015** obtido na Taça.

8- PROGRAMA DE PROVAS

1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	100 M	Mas	12	100 M	Fem
2	200 M	Fem	13	200 M	Mas
3	200 L	Mas	14	200 L	Fem
4	100 B	Fem	15	100 B	Mas
INTERVALO 5 MINUTOS			INTERVALO 5 MINUTOS		
5	50 L	Mas	16	50 L	Fem
6	100 C	Fem	17	100 C	Mas
7	200 C	Mas	18	200C	Fem
8	200 B	Fem	19	200 B	Mas
9	200 E	Mas	120	200 E	Fem
INTERVALO 10 MINUTOS			INTERVALO 10 MINUTOS		
10	4x100 Estilos	Fem	21	4x100 Estilos	Mas
11	4x100L	Mas	22	4x100L	Fem

II ESTÁGIO DE CADETES

1 – LOCAL

A definir

2 – DATA

18 de Abril de 2015

3 – HORÁRIO - 2 sessões

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria de Cadetes A
- 24 Nadadores (12 Masculino e 12 Femininos)
- 4 Cadetes á escolha do DTR Distrital com base nos índices técnicos

5 – CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

- Resultados do **Torregi 2**
- Ver Política Desportiva emanada pela FPN de 1 de Outubro de 2015
- Melhores 4 cadetes (2 feminino + 2 masculinos) com base em critérios de índice técnico da responsabilidade do DTR Distrital.

6 – PROGRAMA DE ESTÁGIO

- A definir oportunamente

TORNEIO DISTRITAL NADADOR COMPLETO - CADETES

1 – LOCAL:

Piscina Municipal de SANTARÉM

2 – DATA: 3 de Maio de 2015

3 – HORÁRIO

1ª Sessão
9.30 Horas

2ª Sessão
15.30 Horas

4 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 08.00 horas do dia **27/04/2015**

5 – PARTICIPAÇÃO

Os nadadores nascidos em **2003 e nadadoras nascidas em 2004** terão de nadar obrigatoriamente cinco provas. Os nadadores terão que nadar os 100 m de cada um dos Estilos e os 200 m Estilos.

Os nadadores nascidos em **2004, 2005 e 2006 e 2007 e as nadadoras nascidas em 2005, 2006 e 2007** terão de nadar obrigatoriamente cinco provas. Os nadadores terão que nadar os 50 m de cada um dos Estilos e os 100 m Estilos.

Em face desta disposição a Falta, Desclassificação ou Desistência em qualquer prova determina a eliminação imediata do nadador, podendo o nadador continuar a participar nas provas em que se encontra inscrito, sendo os respetivos tempos oficializados.

6 - CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por ano de nascimento.

As classificações individuais serão elaboradas segundo o somatório de pontos, de acordo com a **Tabela FINA 2014**, correspondentes aos tempos obtidos em cada prova.

Em caso de empate entre dois ou mais nadadores o desempate será feito sucessivamente em função das pontuações obtidas na prova de estilos e na prova de livres.

7 – PRÉMIOS

Serão atribuídos Diplomas a todos os nadadores participantes neste Torneio.

8- PROGRAMA DE PROVAS

Torneio Nadador Completo					
<u>1ª Sessão</u>			<u>2ª Sessão</u>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	100 L	FEM – 2004	11	50 M	FEM – 2005 a 2007
2	100 L	MAS – 2003	12	50 M	MAS - 2004 a 2007
3	50 B	FEM – 2005 a 2007	13	100 M	FEM – 2004
4	50 B	MAS - 2004 a 2007	14	100 M	MAS – 2003
5	100 B	FEM – 2004	15	50 C	FEM – 2005 a 2007
6	100 B	MAS – 2003	16	50 C	MAS - 2004 a 2007
7	50 L	FEM – 2005 a 2007	17	100 C	FEM – 2004
8	50 L	MAS - 2004 a 2007	18	100 C	MAS – 2003
9	200 Est. M	FEM – 2004	19	100 EST.	FEM – 2005 a 2007
10	200 Est. M	MAS – 2003	20	100 EST.	MAS - 2004 a 2007
			Intervalo 10'		
			Entrega de Diplomas de Participação		

TORNEIO DISTRITAL NADADOR COMPLETO

1 – LOCAL Piscina Municipal de **TORRES NOVAS**

2 – DATA 9 e 10 de Maio de 2015

3 – HORÁRIO

1ª Sessão - sábado de tarde	2ª Sessão - domingo de manhã
1ª SESSÃO	2ª SESSÃO
15 h e 30m	9 h e 30m

4 – PARTICIPAÇÃO: Categoria de **INFANTIS, JUVENIS e ABS (JUNIORES + SÉNIORES)**

Os nadadores terão de nadar obrigatoriamente cinco provas, duas na 1ª Jornada e três provas na 2ª jornada. Os nadadores terão que nadar os 100 m de cada um dos Estilos e os 200 m Estilos.

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.

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 20.00 horas do dia **04/05/2015**

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por Categoria e Sexo.

As classificações individuais serão elaboradas segundo o somatório de pontos, de acordo com a Tabela **FINA 2014**, correspondentes aos tempos obtidos em cada prova.

Em caso de empate entre dois ou mais nadadores o desempate será feito pela pontuação obtida na prova de 200E.

Em termos Nacionais será elaborada pelo FPN uma Classificação Final Individual e Coletiva de INF. e JUV.

A classificação individual será elaborada por categoria e género através do somatório (200E+100M+100C+100B+100L) das pontuações **Tabela FINA 2014** de cada nadador (a) definirá um Ranking Nacional deste Torneio.

Para a classificação coletiva pontuam os **3 (três)** primeiros nadadores de cada clube por categoria e género, que permitirão elaborar um **Ranking Nacional de Clubes deste Torneio**

7 – PRÉMIOS

Serão atribuídos Troféus aos três primeiros classificados por escalão etário e género (**INF B, INF A Masculinos e Femininos e JUV B JUV A Masculinos e Femininos e ABS (Juniões e Sêniores Masculinos e Femininos)**). Os vencedores absolutos, Masculino e Feminino receberão um Troféu.

8 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª Sessão - sábado de tarde			2ª Sessão - domingo de manhã		
1	100 Costas	M	6	100 Costas	F
2	100 Bruços	F	7	100 Bruços	M
3	100 Livres	M	8	100 Livres	F
4	100 Mariposa	F	9	100 Mariposa	M
5	200 Estilos	M	10	200 Estilos	F
			ENTREGA DE PRÉMIOS		

VI TORNEIO DO FUTURO DE CADETES – SELEÇÕES REGIONAIS

1 – ÂMBITO

O Torneio do Futuro é um Torneio que tem por objetivo o contacto entre as várias realidades Regionais, o convívio entre os nadadores das várias Regiões nesta categoria. Pretende-se assim promover um intercâmbio capaz de galvanizar o desenvolvimento desportivo da modalidade através da interatividade que um Torneio com estas características poderá proporcionar, em ambiente de festividade desportiva.

2 - LOCAL - Piscina Municipal de Mação

3 - DATA - 24 de Maio de 2015

4 - HORÁRIO - Aquecimento 13h 45 até às 14h 50m INÍCIO DA COMPETIÇÃO - 15.00 Horas

5 – PARTICIPAÇÃO

- ✓ Categoria de **CADETES**
- ✓ A participação é feita a nível da Seleções Regionais e de Clubes convidados.
- ✓ Cada entidade deverá fazer-se representar em todas as provas do programa.
- ✓ Essa representatividade será apenas de dois nadadores por cada prova individual e de uma equipa de estafetas nas coletivas.
- ✓ Na prova de 400 metros Livres só poderão nadar **cadetes A.**
- ✓ Cada nadador só poderá participar em **duas (2)** provas individuais e **uma (1)** coletiva

6 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia **18/05/2015**

7 – CLASSIFICAÇÕES/PRÉMIOS

Haverá uma classificação individual por prova e outra coletiva.

Será entregue um Diploma de presença a todos os nadadores participantes, assim como lembranças para todas as Associações presentes.

8 - PROGRAMA DE PROVAS

Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	400 L	F	11	100 L	F
2	400 L	M	12	100 L	M
3	100 M	F	13	100 B	F
4	100 M	M	14	100 B	M
5	100 C	F	15	200 E	F
6	100 C	M	16	200 E	M
Intervalo 5'			Intervalo 5'		
7	100 E	F	17	4x100 E	F
8	100 E	M	18	4x100 E	M
Intervalo 5'			Entrega de Prémios		
9	4x100 L	F			
10	4x100 L	M			

TORREGI 3 – VI TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES

1 – LOCAL

Piscina Municipal do Entroncamento

2 – DATA

07 de Junho de 2015

3 – HORÁRIO

1ª Sessão 9.30 horas

2ª Sessão 15.30 horas

4 – INSCRICOES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia **01/06/2015**

5 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria de Cadetes
- Cada nadador só pode participar em 2 (duas) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão até ao máximo de 5 (cinco) no Torneio.

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

4 - PROGRAMA DE PROVAS

TORREGI 3					
<u>1ª Sessão</u>			<u>2ª Sessão</u>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	400 L	MAS - 2004	10	800 L	FEM – 2004
2	400 L	FEM – 2005	11	800 L	MAS - 2003
Intervalo 5'			Intervalo 5'		
3	100 B	Masculinos - TODOS	12	100 C	Femininos - TODOS
4	100 B	Femininos - TODOS	13	100 C	Masculinos - TODOS
5	100 M	Masculinos - TODOS	14	100 L	Femininos - TODOS
6	100 M	Femininos - TODOS	15	100 L	Masculinos - TODOS
Intervalo 5'			Intervalo 10'		
7	200 EST.	Masculinos – Todos	Intervalo 10'		
8	200 EST.	Femininos - TODOS	17	4x100 EST.	TODOS – MISTOS *
Intervalo 10'					
9	4x100 L	TODOS - MISTOS			
Nota: Cada elemento da estafeta faz 100 estilos					

JORNADA DE APURAMENTO DE CATEGORIAS

1 – LOCAL

Piscina Municipal de RIO MAIOR (50 metros coberta), com cronometragem eletrónica.

2 – DATA

13 de Junho de 2015

3 – HORÁRIO

1ª Sessão 9.30 horas

2ª Sessão 15.30 horas

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria ABS (SÉN/JUN/JUV/INF)
- Cada nadador só pode participar em 3 (duas) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão.
- As Provas de 50 metros só poderão ser nadadas por nadadores Juvenis, Juniores, Séniores.

5 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia **08/06/2015**

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova/género.

7 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	400 E	MISTO	8	50 B	FEM
2	200 L	FEM	9	50 B	MAS
3	200 L	MAS	10	200 C	FEM
4	50 C	FEM	11	200 C	MAS
5	50 C	MAS	12	50 M	FEM
6	200 B	FEM	13	50 M	MAS
7	200 B	MAS	Intervalo 10 minutos		
			14*	1500 L	MISTO

*** prova dependendo dos 24 melhores tempos (até ao máximo de 4 nadadores por clube), no caso da sessão exceder o tempo regulamentado. Se o nº de nadadores por clube não ultrapassar os 24 melhores tempos, recorre-se aos melhores tempos até completar as séries.**

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: 20 de Junho de 2015

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.

6 – INSCRIÇÕES: As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia **10/06/2015**.

- Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações á lista inicial de inscrições.
- Só serão permitidas desistência de provas sem direito a substituição.

7- TAXA: 1,50€ por prova individual. Estes valores aplicam-se a nadadores filiados na ANDS. O valor pago pelos outros participantes é de 1,75€ por prova.

8- CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS:

Haverá uma classificação individual por estilo/categoria/sexo.

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

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

10 - 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					

CAMPEONATO DISTRITAL DE VERÃO DE INFANTIS

1 - LOCAL

Piscina Municipal de Tomar (?)

2 - DATA

3, 4 e 5 de Julho de 2015

3 – HORÁRIO

03 de Julho

1ª Sessão às 16.00 Horas

04 de Julho

2ª Sessão às 09.30 Horas

3ª Sessão às 15.30 Horas

05 de Julho

4ª Sessão às 09.30 Horas

5ª Sessão às 15.30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

Podem participar todos os atletas federados representantes de Clubes ou individuais inscritos na ANDS

Está limitada a um máximo de duas provas individuais e uma coletiva, por sessão, a participação de cada nadador.

5 – TEMPOS

Só poderão participar atletas ou equipas de estafetas na(s) prova(s) que tenham conseguido o(s) referido(s) TACs entre 04 de JULHO de 2014 e o dia **23/06/2015**.

6 – INSCRIÇÕES

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia **23/06/2015**.
- 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

- ✓ Nos campeonatos Distritais de Infantis, as classificações são separadas por prova e género.
- ✓ Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por prova/categoria (A e B)

8- PROGRAMA DE PROVAS

03 JUL2015- 16H00 1º JORNADA		04 JUL2015- 09H30 2º JORNADA		05 JUL2015- 09H30 4º JORNADA	
7	800m Livres Fem.	19	1500m Livres Masc.	8	400m Livres Masc.
8	400m Livres Masc.	20	400m Livres Fem.	ENTREGA DE MEDALHAS	
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS		9	200m Estilos Fem.
9	200m Estilos Fem.	21	200m Estilos Masc.	10	200m Costas Masc.
10	200m Costas Masc.	22	200m Costas Fem.	ENTREGA DE MEDALHAS	
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	
03 JUL2015- 16H00 1º JORNADA		04 JUL2015- 15H30 3º JORNADA		05 JUL2015- 15H30 5º JORNADA	
1	400m Estilos Fem.	11	200m Bruços Fem.	23	200m Bruços Masc.
2	400m Estilos Masc.	12	200m Livres Masc.	24	200m Livres Fem.
3	100m Costas Fem.	13	100m Livres Fem.	25	100m Livres Masc.
4	100m Costas Masc.	14	100m Bruços Masc.	26	100m Bruços Fem.
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	
5	4x200m Livres Fem.	15	200m Mariposa Fem.	27	200m Mariposa Masc.
6	4x200m Livres Masc.	16	100m Mariposa Masc.	28	100m Mariposa Fem.
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	
17	4x100m Estilos Fem.	29	4x100m Estilos Masc.	17	4x100m Estilos Fem.
18	4x100m Livres Masc.	30	4x100m Livres Fem.	18	4x100m Livres Masc.
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	

PROVA DE APURAMENTO DE JUVENIS, JUNIORES E SENIORES

1 - LOCAL

Piscina Municipal de Tomar (?)

2 - DATA

3, 4 e 5 de Julho de 2015

3 – HORÁRIO

03 de Julho

1ª Sessão às 16.00 Horas

04 de Julho

2ª Sessão às 09.30 Horas

3ª Sessão às 15.30 Horas

05 de Julho

4ª Sessão às 09.30 Horas

5ª Sessão às 15.30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

Categoria: Juvenis, Juniores e Séniores (As provas decorrem em simultâneo com o Campeonato Distrital de Infantis).

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

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

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

4.4 - 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 20.00 horas do dia 23/06/2015.
- 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 Infantis

CAMPEONATOS DISTRITAIS DE VERÃO DE JUVENIS E ABSOLUTOS

1 - LOCAL

Piscina Municipal de RIO MAIOR (50 metros coberta), com cronometragem eletrónica.

2 - DATA

10, 11 e 12 de Julho de 2015

3 – HORÁRIO

10 de Julho

1ª Sessão às 16.00 Horas

11 de Julho

2ª Sessão às 09.30 Horas

3ª Sessão às 15.30 Horas

12 de Julho

4ª Sessão às 09.30 Horas

5ª Sessão às 15.30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

Podem participar todos os atletas federados representantes de Clubes ou individuais inscritos na ANDS

Está limitada a um máximo de duas provas individuais e uma coletiva, por sessão, a participação de cada nadador.

Nas provas de 50 metros (incluindo estafetas), poderão participar nadadores Juvenis, Juniores e Seniores que tenham obtido o TAC estabelecido para cada prova, entre 04 de JULHO de 2014 e o dia **30/06/2015**.

5 – TEMPOS

Só poderão participar atletas ou equipas de estafetas na(s) prova(s) que tenham conseguido o(s) referido(s) TACs entre 04 de JULHO de 2014 e o dia **30/06/2015**.

6 – INSCRIÇÕES

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia **30/06/2015**.
- 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

Nos campeonatos Distritais de Juvenis, e Absolutos as classificações são separadas por prova e género.

- ✓ Nas provas de 50 metros (incluindo estafetas de 50 metros), a classificação e prémios será absoluta por prova e género (ABS= Juvenis, Juniores e Seniores). Nas restantes provas, haverá uma classificação absoluta por prova e género Juvenis (A+B) e ABS (Juniores + Seniores).
- ✓ Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por prova/categoria.

PROGRAMA DE PROVAS

1ª SESSÃO (sexta)			4ª SESSÃO (domingo manhã)		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	400 L	Mas	27	800 L	Mas
2	1500 L	Fem	28	400 L	Fem
3	50 B	Mas	29	200 B	Mas
4	50 B	Fem	30	200 B	Fem
5	200 E	Mas	31	50 C	Mas
6	200 E	Fem	32	50 C	Fem
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)			Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)		
7	4X50L	Mas	33	4X50E	Mas
8	4X50L	Fem	34	4X50E	Fem
2ª SESSÃO (sábado manhã)			5ª SESSÃO (domingo tarde)		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
9	1500 L	Mas	35	100 L	Mas
10	400 E	Fem	36	100 L	Fem
11	50 L	Mas	37	100 C	Mas
12	50 L	Fem	38	100 C	Fem
13	200 C	Mas	39	200 M	Mas
14	200 C	Fem	40	200 M	Fem
15	100 M	Mas	41	200L	Mas
16	100 M	Fem	42	200L	Fem
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)			Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)		
17	4x200 L	Mas	43	4X100 E	Mas
18	4x200 L	Fem	44	4X100 E	Fem
3ª SESSÃO (sábado tarde)					
Nº Ordem	Prova	Sexo			
19	400 E	Mas			
20	800 L	Fem			
21	100 B	Mas			
22	100 B	Fem			
23	50 M	Mas			
24	50 M	Fem			
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)					
25	4X100 L	Mas			
26	4X100 L	Fem			

PROVA DE APURAMENTO DE CATEGORIAS (INFANTIS)

1 - LOCAL

Piscina Municipal de RIO MAIOR (50 metros coberta), com cronometragem eletrónica.

2 - DATA

10, 11 e 12 de Julho de 2015

3 – HORÁRIO

10 de Julho

1ª Sessão às 16.00 Horas

11 de Julho

2ª Sessão às 09.30 Horas

3ª Sessão às 15.30 Horas

12 de Julho

4ª Sessão às 09.30 Horas

5ª Sessão às 15.30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

Categoria: **INFANTIS** (As provas decorrem em simultâneo com o Campeonato Distrital de Juvenis e 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 Prova 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 – TEMPOS

Só poderão participar atletas ou equipas de estafetas na(s) prova(s) que tenham conseguido o(s) referido(s) TACs entre 04 de JULHO de 2014 e o dia **30/06/2015**.

6 – INSCRIÇÕES

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia **30/06/2015**.
- 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

Haverá uma classificação individual por prova.

8 – PROGRAMA DE PROVAS

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

TABELAS

TCJA	TEMPOS A CUMPRIR - JORNADAS DE APURAMENTO (Piscina de 25 m)
TCJA	TEMPOS A CUMPRIR - JORNADAS DE APURAMENTO (Piscina de 50 m)
TCC	TEMPOS A CUMPRIR -CAMPEONATOS DISTRITAIS (Piscina Curta) SENIORES – JUNIORES – JUVENIS – INFANTIS
TCT	TEMPOS A CUMPRIR NO TORNEIO TORNEIO INTER-REGIONAL – ESPECIALISTA SENIORES - JUNIORES - JUVENIS - INFANTIS
TAC	TEMPOS DE ADMISSÃO AOS CAMPEONATOS DISTRITAIS DE VERÃO ABSOLUTOS (SENIORES/JUNIORES) – CATEGORIAS (JUVENIS E INFANTIS)

TCJA – TEMPOS A CUMPRIR JORNADAS APURAMENTO

(Piscina de 25 m)

MASCULINOS						FEMININOS					
Infantis B	Infantis A	Juvenis B	Juvenis A	JUN/SEN	PROVAS	Infantis B	Infantis A	Juvenis B	Juvenis A	JUN	SEN
13	14	15	16	17 e +		12	13	14	15	16,17	18 e +
-	-	00,34,00	00,32,00	00,31,00	50L	-	-	00,38,00	00,37,00	00,36,00	00,35,10
01,25,00	01,19,00	01,14,00	01,12,00	01,10,00	100L	01,32,00	01,26,00	01,23,50	01,21,00	01,16,00	01,15,80
03,05,00	02,54,00	02,41,00	02,36,00	02,31,00	200L	03,20,00	03,10,00	03,04,50	03,01,00	02,52,00	02,51,40
06,30,00	06,07,00	05,37,00	05,27,00	05,22,00	400L	06,50,00	06,34,00	06,20,00	06,08,00	05,42,00	05,41,70
13,10,00	12,20,00	11,20,00	10,58,00	10,34,00	800L	14,00,00	13,17,00	13,00,90	12,41,00	12,17,00	12,14,00
24,58,00	23,40,00	23,06,00	22,50,00	21,06,00	1500L	25,30,00	24,50,00	24,25,00	24,00,00	23,20,00	23,15,00
-	-	02,16,00	02,08,00	02,04,00	4x50L	-	-	02,36,00	02,28,00	02,24,00	02,20,00
05,50,00	05,38,00	05,10,00	04,43,00	04,43,00	4X100L	06,08,00	06,02,00	05,50,00	05,36,00	05,20,00	05,19,00
12,20,00	11,50,00	11,00,00	10,30,00	10,15,00	4X200L	12,30,00	12,14,00	12,06,00	12,00,00	11,45,00	11,43,40
-	-	00,38,00	00,37,00	00,36,00	50C	-	-	00,44,00	00,42,00	00,40,00	00,39,70
01,40,00	01,31,00	01,26,00	01,21,00	01,19,00	100C	01,45,00	01,38,00	01,36,00	01,35,00	01,28,00	01,27,10
03,35,00	03,17,00	03,09,00	03,04,00	03,03,00	200C	03,45,00	03,26,00	03,23,00	03,20,00	03,08,00	03,06,70
-	-	00,39,00	00,38,00	00,36,00	50M	-	-	00,44,00	00,42,00	00,40,00	00,39,00
01,49,00	01,40,50	01,35,00	01,27,00	01,19,00	100M	01,53,00	01,50,00	01,48,00	01,36,00	01,30,00	01,28,44
04,02,00	03,38,00	03,15,00	03,10,00	02,58,00	200M	04,25,00	03,50,00	03,42,00	03,35,00	03,25,00	03,22,00
-	-	00,43,00	00,42,00	00,41,00	50B	-	-	00,48,00	00,47,00	00,46,00	00,45,10
01,55,00	01,45,00	01,38,00	01,35,00	01,32,00	100B	01,57,00	01,52,00	01,52,00	01,46,00	01,44,00	01,42,05
04,10,00	03,45,00	03,35,00	03,20,00	03,15,00	200B	04,12,00	03,53,00	03,53,00	03,44,00	03,35,00	03,33,70
-	-	01,28,00	01,25,00	01,22,00	100E	-	-	01,33,50	01,32,00	01,30,00	01,27,00
03,30,00	03,20,00	03,10,00	03,04,00	03,00,00	200E	03,37,00	03,25,00	03,17,00	03,12,00	03,10,00	03,08,00
07,30,00	07,00,00	06,48,00	06,35,00	06,30,00	400E	07,40,00	07,06,00	07,00,00	06,45,00	06,35,00	06,33,00
-	-	02,35,00	02,30,00	02,28,50	4x50E	-	-	02,52,00	02,45,00	02,41,00	02,41,00
06,59,00	06,40,00	05,42,00	05,36,00	05,30,00	4X100E	07,07,00	06,52,00	06,35,00	05,52,00	05,48,00	05,46,00
Estafetas em ABS			Estafetas Infantis (A e B)								
Masculinos	Provas	Femininos	Masculinos	Provas	Femininos						
02,06,00	4x50L	02,24,00	05,43,00	4X100L	06,00,00						
04,43,00	4X100L	05,36,00	12,04,00	4X200L	12,20,00						
10,25,00	4X200L	11,55,00	06,48,00	4X100E	07,02,00						
02,28,00	4x50E	02,41,00	Estafetas Juvenis (A e B)								
05,30,00	4X100E	05,48,00	04,53,00	4X100L	05,53,00						
			10,43,00	4X200L	11,43,00						
			05,39,00	4X100E	06,39,00						

TCJA – TEMPOS A CUMPRIR
JORNADAS DE APURAMENTO - (Piscina de 50 m)

MASCULINOS						FEMININOS					
Infantis B	Infantis A	Juvenis B	Juvenis A	JUN/SÉN	PROVAS	Infantis B	Infantis A	Juvenis B	Juvenis A	JUN	SEN
13	14	15	16	17 e +		12	13	14	15	16,17	18 e +
-	-	00,35,00	00,33,00	00,32,00	50L	-	-	00,38,00	00,37,00	00,36,50	00,36,00
01,27,00	01,21,00	01,15,50	01,13,50	01,11,50	100L	01,34,00	01,28,00	01,23,00	01,20,00	01,18,70	01,18,00
03,09,00	02,56,50	02,44,50	02,39,50	02,34,50	200L	03,24,50	03,12,00	03,05,00	03,03,00	02,58,00	02,56,00
06,38,00	06,14,50	05,48,00	05,34,00	05,30,00	400L	06,58,50	06,40,00	06,12,50	06,10,50	05,54,00	05,50,00
12,46,00	12,00,00	11,30,00	11,10,00	10,49,00	800L	14,17,00	13,30,00	12,40,50	12,37,50	12,25,50	12,19,50
25,30,00	24,00,00	23,00,00	22,30,00	21,30,00	1500L	26,15,00	24,35,00	23,30,00	23,18,00	22,40,50	22,37,50
-	-	02,20,00	02,12,00	02,08,00	4x50L	-	-	02,36,00	02,33,00	02,24,00	02,23,00
05,48,00	05,38,0	05,10,50	04,40,00	04,46,50	4X100L	06,14,50	05,55,00	05,30,00	05,27,00	05,26,00	05,25,00
12,36,50	12,04,00	11,12,00	11,02,00	10,38,50	4X200L	12,45,00	12,30,00	12,15,00	12,10,00	11,58,00	11,56,00
-	-	00,39,50	00,38,50	00,37,50	50C	-	-	00,43,50	00,43,50	00,41,50	00,41,40
01,42,00	01,33,00	01,29,00	01,25,50	01,23,50	100C	01,48,50	01,40,00	01,38,00	01,36,00	01,30,00	01,30,00
03,41,50	03,26,50	03,18,00	03,14,00	03,10,00	200C	03,52,00	03,32,50	03,25,00	03,22,00	03,13,00	03,12,00
00,43,00	00,41,00	00,40,00	00,39,00	00,38,00	50M	00,47,00	00,44,50	00,43,00	00,42,00	00,41,00	00,40,90
01,52,50	01,42,50	01,37,00	01,34,00	01,30,00	100M	01,57,50	01,50,50	01,45,50	01,42,50	01,38,00	01,37,40
04,25,50	03,55,00	03,34,50	03,28,50	03,20,00	200M	04,30,50	04,00,00	03,50,00	03,42,00	03,30,50	03,26,50
-	-	00,45,50	00,44,50	00,43,50	50B	-	-	00,48,50	00,48,00	00,47,50	00,47,40
02,01,50	01,48,50	01,43,50	01,39,00	01,37,00	100B	02,03,50	01,55,50	01,48,50	01,47,30	01,46,50	01,45,00
04,17,50	04,00,00	03,44,00	03,38,50	03,28,00	200B	04,19,50	03,57,50	03,45,00	03,43,90	03,40,50	03,38,60
03,36,50	03,20,00	03,15,00	03,11,00	03,08,00	200E	03,41,50	03,25,50	03,19,00	03,17,00	03,13,00	03,11,00
07,43,50	07,12,00	07,01,00	06,49,50	06,40,00	400E	07,52,50	07,13,00	06,57,50	06,55,50	06,50,50	06,46,50
-	-	02,40,00	02,34,00	02,30,00	4x50E	-	-	02,53,00	02,52,00	02,46,00	02,43,00
06,23,00	06,18,00	05,24,00	05,14,00	04,56,00	4X100E	06,41,00	06,23,50	06,10,50	06,08,50	06,05,50	06,00,50

Estafetas em ABS			Estafetas em Infantis (A e B)		
Masculinos	Provas	Femininos	Masculinos	Provas	Femininos
02,12,00	4x50L	02,36,00	05,43,00	4X100L	06,00,00
04,40,00	4X100L	05,30,00	12,04,00	4X200L	12,20,00
11,00,50	4X200L	12,00,00	06,18,00	4X100E	06,41,00
02,34,00	4x50E	02,46,00	Estafetas Juvenis (A e B)		
05,06,00	4X100E	06,05,50	05,16,00	4X100L	5,30,00
			11,07,00	4X200L	12,15,00
			05,28,00	4X100E	06,10,50

TCC – TEMPOS A CUMPRIR
CAMPEONATOS DISTRITAIS (Piscina Curta)

ABS - JUVENIS/JUNIORES/SENIORES

MASCULINOS						FEMININOS						
INF- B	INF-A	JUV-B	JUV-A	JUN	SÉN	PROVAS	INF- B	INF-A	JUV-B	JUV-A	JUN	SÉN
13	14	15	16	17 e 18	19 e +		12	13	14	15	16 e 17	18 e +
-	-	00,29,50		00,29,00		50L	-	-	00,34,00		00,33,00	
01,20,00	01,15,50	01,10,00		01,02,00		100L	01,25,50	01,19,00	01,14,25		01,12,00	
02,51,50	02,43,50	02,35,71		02,18,00		200L	03,06,00	02,57,00	02,42,50		02,40,00	
05,51,00	05,36,50	05,23,00		05,06,00		400L	06,25,00	06,09,00	05,40,80		05,31,00	
13,10,00	12,20,00	10,58,00		10,34,00		800L	13,00,00	12,20,00	11,32,50		11,12,00	
23,00,00	22,30,00	21,00,00		20,00,00		1500L	25,30,00	24,50,00	24,25,00		23,10,00	
-	-	01,58,00			4x50L		-	-	02,14,00			
05,43,00	05,33,00	04,40,50			4X100L		06,00,00	05,50,00	05,10,00			
12,04,00	11,55,00	10,10,00			4X200L		12,08,00	12,00,00	10,52,00			
-	-	00,36,00		00,33,50		50C	-	-	00,41,50		00,40,00	
01,31,00	01,27,00	01,19,50		01,14,00		100C	01,36,50	01,33,50	01,27,50		01,23,50	
03,19,00	03,12,50	03,00,00		02,44,00		200C	03,27,00	03,20,50	03,07,30		03,03,00	
-	-	00,34,50		00,32,50		50M	-	-	00,40,50		00,37,50	
01,41,00	01,36,00	01,26,00		01,24,00		100M	01,54,00	01,48,50	01,40,00		01,32,50	
03,54,50	03,35,00	03,12,50		02,58,00		200M	03,55,50	03,44,00	03,30,00		03,12,50	
-	-	00,39,50		00,37,50		50B	-	-	00,44,50		00,42,50	
01,40,50	01,36,50	01,28,50		01,23,50		100B	01,51,40	01,49,00	01,42,00		01,35,50	
03,40,50	03,33,00	03,14,50		3,02,00		200B	03,59,50	03,50,00	03,36,00		03,20,00	
-	-	01,14,00		01,12,00		100E	-	-	01,25,00		01,21,00	
03,19,00	03,11,50	02,45,50		02,36,50		200E	03,34,00	03,18,00	03,12,50		03,07,00	
06,55,50	06,46,00	06,07,00		05,56,00		400E	07,18,50	07,00,00	06,40,00		06,20,50	
-	-	02,26,00			4X50 E		-	-	02,38,10			
05,50,00	05,46,00	04,50,00			4X100E		06,31,00	06,28,00	05,45,50			

TCC – TEMPOS A CUMPRIR
CAMPEONATOS DISTRITAIS (Piscina Curta)
SENIORES – JUNIORES – JUVENIS – INFANTIS

MASCULINOS							FEMININOS					
INF- B	INF-A	JUV-B	JUV-A	JUN	SÉN	PROVAS	INF- B	INF-A	JUV-B	JUV-A	JUN	SÉN
13	14	15	16	17 e 18	19 e +		12	13	14	15	16 e 17	18 e +
-	-	00,29,50	00,29,00	00,29,00	00,28,50	50L	-	-	00,34,50	00,34,00	00,33,50	00,33,00
01,20,00	01,15,50	01,10,00	01,08,00	01,06,00	01,03,50	100L	01,25,50	01,19,00	01,15,50	01,14,25	01,12,00	01,11,00
02,51,50	02,43,50	02,35,71	02,25,50	02,23,00	02,18,00	200L	03,06,00	02,57,00	02,45,00	02,42,50	02,40,00	02,36,00
05,51,00	05,36,50	05,23,00	05,16,00	05,06,00	04,58,00	400L	06,25,00	06,09,00	05,44,50	05,40,80	05,33,00	05,28,00
-	-	-	-	-	-	800L	13,00,00	12,20,00	11,32,50	11,30,00	11,12,00	11,05,00
23,00,00	22,30,00	21,30,00	21,00,00	20,20,00	20,00,00	1500L	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	01,58,00	01,54,00	4x50L	-	-	-	-	02,14,00	02,08,00
05,43,00	05,33,00	05,16,00	05,00,00	04,40,50	04,15,00	4X100L	06,00,00	05,50,00	05,14,50	05,10,00	05,02,50	05,02,00
12,04,00	11,55,00	11,07,00	10,40,00	10,10,00	09,30,00	4X200L	12,08,00	12,00,00	11,30,00	11,25,00	11,18,00	10,58,00
-	-	00,37,00	00,36,00	00,35,50	00,33,50	50C	-	-	00,41,50	00,40,50	00,40,00	00,38,50
01,31,00	01,27,00	01,22,50	01,19,50	01,17,50	01,14,00	100C	01,36,50	01,33,50	01,27,50	1,26,00	01,25,00	01,23,50
03,19,00	03,12,50	03,08,00	03,00,00	02,53,00	02,44,00	200C	03,27,00	03,20,50	03,10,00	03,07,30	03,05,00	03,03,00
-	-	00,34,50	00,34,00	00,33,50	00,31,50	50M	-	-	00,40,50	00,39,50	00,38,50	00,37,50
01,41,00	01,36,00	01,31,00	01,26,00	01,24,00	01,23,00	100M	01,54,00	01,48,50	01,40,00	01,38,00	01,34,50	01,34,50
03,54,50	03,35,00	03,25,50	03,12,50	02,58,00	2,53,00	200M	03,55,50	03,44,00	03,30,00	03,23,00	03,18,50	03,18,00
-	-	00,39,50	00,38,00	00,37,50	00,37,00	50B	-	-	00,44,50	00,43,00	00,42,50	00,42,00
01,40,50	01,36,50	01,32,50	01,28,50	01,26,50	01,23,50	100B	01,51,40	01,49,00	01,42,00	01,40,00	01,37,00	01,35,50
03,40,50	03,33,00	03,23,00	03,14,50	03,08,50	3,02,00	200B	03,59,50	03,50,00	03,36,00	03,33,00	03,30,00	03,28,00
-	-	01,15,00	01,14,00	01,12,00	01,10,00	100E	-	-	01,25,00	01,24,00	01,22,00	01,21,00
03,19,00	03,11,50	03,02,00	02,45,50	02,40,50	02,36,50	200E	03,34,00	03,18,00	03,12,50	03,10,50	03,07,00	03,02,00
06,55,50	06,46,00	06,28,00	06,07,00	05,56,00	05,46,00	400E	07,18,50	07,00,00	06,40,00	06,30,00	06,20,50	06,10,00
-	-	-	-	02,26,00	02,26,00	4X50 E	-	-	-	-	02,38,10	02,38,10
05,50,00	05,46,00	05,20,00	05,17,00	04,50,00	04,40,00	4X100E	06,31,00	06,28,00	05,50,50	05,50,50	05,45,50	05,41,00

TCC – TEMPOS A CUMPRIR
CAMPEONATOS DISTRITAIS (Piscina Curta) -VERÃO

INFANTIS

MASCULINOS			FEMININOS	
INF- B	INF-A	PROVAS	INF- B	INF-A
13	14		12	13
01,18,00	01,14,50	100L	01,23,50	01,18,00
02,51,00	02,43,50	200L	03,02,00	02,57,00
05,51,00	05,36,50	400L	06,23,00	06,09,00
23,00,00	22,30,00	1500L/800L	13,00,00	12,20,00
05,40,00		4X100L	06,00,00	
12,02,00		4X200L	12,08,00	
01,31,00	01,27,00	100C	01,36,50	01,33,50
03,19,00	03,12,50	200C	03,27,00	03,20,50
01,41,00	01,36,00	100M	01,54,00	01,48,50
03,54,50	03,35,00	200M	03,55,50	03,44,00
01,40,50	01,36,50	100B	01,51,40	01,49,00
03,40,50	03,33,00	200B	03,59,50	03,50,00
03,19,00	03,11,50	200E	03,34,00	03,18,00
06,55,50	06,46,00	400E	07,18,50	07,00,00
05,50,00	05,46,00	4X100E	06,31,00	06,28,00

**TAC - TEMPOS DE ADMISSÃO AOS CAMPEONATOS
CAMPEONATOS DISTRITAIS DE VERÃO (Piscina Longa)**

ABSOLUTOS (SENIORES/JUNIORES), JUVENIS E 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	ABS JUN SÉN e
-	-	00,29,50	00,29,50	00,29,50	00,29,00	50L	-	-	00,34,50	00,34,50	00,34,50
01,19,00	01,14,50	01,10,00	01,07,50	01,06,00	01,03,50	100L	01,25,00	01,19,50	01,16,50	01,14,50	01,13,00
02,51,50	02,42,50	02,32,00	02,25,50	02,23,00	02,18,00	200L	03,07,00	03,00,00	02,47,00	02,46,00	02,42,10
05,51,00	05,36,50	05,21,00	05,16,00	05,06,00	05,05,00	400L	06,26,00	06,11,00	05,46,50	05,41,00	05,39,00
12,02,00	11,27,00	10,52,70	10,34,60	10,16,30	10,12,00	800L	13,22,00	12,52,00	12,07,50	11,45,00	11,30,00
23,14,00	22,46,00	21,46,00	21,16,00	20,16,00	19,40,00	1500L	24,44,00	23,44,00	22,44,40	22,20,40	22,38,00
-	-	-	-	01,58,00	-	4x50L	-	-	02,18,00	-	-
05,38,00	-	05,10,00	-	04,35,00	-	4X100L	05,55,00	-	05,20,50	-	05,10,50
11,39,00	-	11,00,00	-	10,10,00	-	4X200L	12,20,00	-	11,40,00	-	11,30,00
-	-	00,37,50	00,35,50	00,37,50	00,35,50	50C	-	-	00,41,00	00,40,50	00,41,00
01,31,00	01,28,00	01,24,50	01,21,00	01,19,00	01,17,00	100C	01,35,50	01,34,50	01,28,50	01,26,00	01,25,00
03,20,00	03,16,50	03,08,00	03,00,00	02,53,00	02,46,00	200C	03,25,00	03,18,50	03,12,00	03,08,00	03,07,00
-	-	-	-	00,34,00	00,34,00	50M	-	-	00,38,00	00,38,00	00,38,00
01,35,00	01,28,50	01,20,00	01,18,00	01,16,50	01,14,00	100M	01,43,50	01,39,50	01,37,00	01,36,30	01,33,50
03,50,50	03,40,00	03,30,50	03,10,50	02,56,00	2,50,50	200M	03,57,50	03,46,00	03,30,00	03,17,50	03,12,00
-	-	00,38,50	00,38,00	00,38,50	00,38,00	50B	-	-	00,44,00	00,44,00	00,44,00
01,43,00	01,35,50	01,31,50	01,29,00	01,27,00	1,25,50	100B	01,53,00	01,50,00	01,41,50	01,39,00	01,37,00
03,40,50	03,30,00	03,20,00	03,16,50	03,10,50	3,08,00	200B	03,55,50	03,50,00	03,30,50	03,27,50	03,24,00
03,20,00	03,14,50	02,55,70	02,48,50	02,46,50	02,46,00	200E	03,30,00	03,23,50	03,14,50	03,12,00	03,09,00
06,54,50	06,45,00	06,27,00	06,12,00	06,03,00	05,58,00	400E	07,16,50	07,09,00	06,30,50	06,27,00	06,22,40
-	-	-	-	02,19,50	-	4x50E	-	-	02,36,50	-	-
05,55,00	-	05,25,00	-	05,00,00	-	4X100E	06,28,00	-	06,00,40	-	05,50,50

TCC – TEMPOS A CUMPRIR
Torneio Nadador Completo
SENIORES – JUNIORES – JUVENIS – INFANTIS

MASCULINOS							FEMININOS					
INF- B	INF-A	JUV-B	JUV-A	JUN	SÉN	PROVAS	INF- B	INF-A	JUV-B	JUV-A	JUN	SÉN
13	14	15	16	17 e 18	19 e +		12	13	14	15	16 e 17	18 e +
01,22,00	01,18,50	01,10,00	01,08,00	01,06,00	01,03,50	100L	01,25,50	01,21,00	01,15,50	1,14,25	01,12,00	01,11,00
01,35,00	01,28,00	01,22,50	01,19,50	01,17,50	01,14,00	100C	01,38,50	01,33,50	01,27,50	01,26,10	01,25,00	01,23,50
01,41,00	01,36,00	01,31,00	01,26,00	01,24,00	01,23,00	100M	01,54,00	01,48,50	01,40,00	01,37,00	01,34,50	01,34,50
01,43,50	01,39,50	01,32,50	01,28,50	01,26,50	01,23,50	100B	01,51,40	01,49,00	01,42,00	01,40,00	01,37,00	01,35,50
03,20,00	03,13,50	03,02,00	02,45,50	02,40,50	02,36,50	200E	03,34,00	03,20,00	03,10,50	03,10,50	03,07,00	03,02,00

TCT - TEMPOS A CUMPRIR NO TORNEIO
TORNEIO INTER-REGIONAL - ESPECIALISTA (SENIORES - JUNIORES - JUVENIS - INFANTIS)

MASCULINOS							FEMININOS					
INF- B	INF-A	JUV-B	JUV-A	JUN	SÉN	PROVAS	INF- B	INF-A	JUV-B	JUV-A	JUN	SÉN
13	14	15	16	17 e 18	19 e +		12	13	14	15	16 e 17	18 e +
00,38,00	00,35,90	00,33,30	00,32,50	00,30,00	00,29,50	50L	00,41,50	00,38,00	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
00,41,00	00,38,00	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	00,39,00	00,35,50	00,35,00	00,32,00	00,31,00	50M	00,45,00	00,41,50	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
00,44,00	00,41,00	00,38,50	00,39,00	00,37,00	00,36,50	50B	00,46,00	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