

Calendário Distrital de Natação ANDS- Época 2013-2014 (ALTERADO)

DATA	ACTIVIDADE	ORGANIZAÇÃO	LOCAL
27 Outubro 2013	JORNADA DE ABERTURA - ABS	ANDS	TORRES NOVAS
3 Novembro 2013	TORNEIO DE ABERTURA DE CADETES	ANDS	SANTARÉM
10 Novembro 2013	CAMPEONATO DISTRITAL DE CLUBES - ANDS	ANDS	ENTRONCAMENTO
16 e 17 Novembro 2013	4ª DIVISÃO - FASE DE QUALIFICAÇÃO	FPN/ANDS	CORUCHE
22, 23 e 24-Novembro 2013	CAMP. DISTRITAL JUN e SEN (PC) JORN. APURAMENTO	ANDS	TOMAR
30 de Nov. 1 Dez. 2013	CAMPEONATO DISTRITAL FUNDO INFANTIS E JUVENIS	ANDS/ANIC	ABRANTES
7 e 8 Dezembro 2013	CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES 3ª/4ª DIVISÃO	FPN	LEIRIA
13, 14 e 15 Dezembro 2013	TORNEIO ZONAL DE JUVENIS – ZONA SUL	ANDS/FPN	TOMAR
21 DE Dezembro 2013	TORREGI 1 – CADETES /2º TORNEIO CIRCUITO DE CADETES	ANDS	Coruche
21 e 22 DE Dezembro 2013	Estágio de Infantis – ANL + ANDS	ANDS	A Definir
20, 21 e 22 Dezembro 2013	CAMPEONATOS NACIONAIS P. CURTA (JUN e SEN)	FPN	FELGUEIRAS
28 Dezembro 2013	Estágio de Cadetes	ANDS	Mação
19 Janeiro 2014	JORNADA DE APURAMENTO	ANDS	Santarém
26 Janeiro 2014	3º TORNEIO CIRCUITO DE CADETES	ANDS	GOLEGÃ
2 FEVEREIRO 2014	JORNADA DE APURAMENTO	ANDS	ENTRONCAMENTO
8 e 9 de FEVEREIRO 2014	MEETING DE LISBOA	ANL – Lisboa (FPN)	LISBOA – Jamor
15 e 16 de FEVEREIRO 2014	TORNEIO DISTRITAL NADADOR COMPLETO - CATEGORIAS	ANDS	SANTARÉM
23 de FEVEREIRO 2014	4º TORNEIO CIRCUITO DE CADETES	ANDS	ABRANTES
14, 15 e 16 de Março 2014	CAMP. DISTRITAL INF. e JUV. (PC) JORN. APURAMENTO	ANDS	CORUCHE
22 de Março 2014	TAÇA ANDS CIDADE DE RIO MAIOR	ANDS	RIO MAIOR
28, 29 e 30 de Março	TORNEIO ZONAL DE INFANTIS – ZONA SUL	ANIC/FPN	CAMPO MAIOR
6 de Abril 2014	TORREGI 2 – CADETES /5º TORNEIO CIRCUITO DE CADETES	ANDS	SANTARÉM
4, 5, e 6 de ABRIL 2014	CAMPEONATOS NACIONAIS JUVENIS E JUNIORES (PL)	FPN	COIMBRA
12 de ABRIL 2014	XXI TAÇA VALE do TEJO	ANDS	ABRANTES
13 de Abril 2014	Estágio de Cadetes	ANDS	GOLEGÃ
18 e 19-Abr-14	Campeonato Nacional Clubes -1ª e 2ª Divisão	FPN	PÓVOA DE VARZIM

04 de Maio de 2014	VII TORNEIO DO SORRAIA	BÚZIOS/ANDS	CORUCHE
10 de MAIO de 2014	Torneio Inter-Regional de Velocidade	ANDS/ANIC	PONTE DE SOR
11 de MAIO de 2014	TORNEIO DISTRITAL NADADOR COMPLETO -CADETES	ANDS	TORRES NOVAS
18 de Maio de 2014	XXI TORNEIO DE NATAÇÃO CIDADE DO ENTRONCAMENTO	CLAC/ENTRONCAMENTO	ENTRONCAMENTO
24 DE MAIO 2014	V TORNEIO DO FUTURO	ANALENTEJO/ ANDS/ANIC	MONTEMOR-O-NOVO
07 e 08 Junho de 2015	XXXI MEETING INTERNACIONAL PORTO (SELECÇÃO ANDS)	ANNP	PORTO
8 de Junho 2014	TORREGI 3 – CADETES /6º TORNEIO CIRCUITO DE CADETES	ANDS	ENTRONCAMENTO
14 Junho de 2014	JORNADA DE APURAMENTO	ANDS	RIO MAIOR
21 Junho de 2014	TORNEIO Inter-Regional ESPECIALISTA	ANDS	RIO MAIOR
22 Junho de 2014	X Torneio de Natação "CIDADE DE ALMEIRIM"	AVQA/ANDS	ALMEIRIM
28 ou 29 Junho de 2014	Estágio de Cadetes	ANDS	A DIFUNDIR
4,5 e 6 de JULHO de 2014	CAMPEONATO DISTRITAL DE VERAO CATEGORIAS E ABSOLUTOS	ANDS	RIO MAIOR
18, 19, e 20 Julho 2014	CAMPEONATO NACIONAL DE INFANTIS	FPN	LOULÉ
24,25,26 e 27 Julho 2014	Camp. Nacionais Juvenis, Camp. Absolutos Portugal, OPEN PORTUGAL	FPN	LISBOA - JAMOR
28Set-14	XXVI TRAVESSIA DOS TEMPLÁRIOS	ANDS	SERRA TOMAR

LIVRO I

- REGULAMENTO GERAL DAS COMPETIÇÕES
DISTRITAIS
- ESCALÕES ETÁRIOS
- V TROFÉU DA REGULARIDADE
- PROGRAMA DE PROVAS (INF, JUV, JUN e SEN)

ESCALÕES ETÁRIOS, AGRUPAMENTOS E NOMENCLATURAS

ESCALÕES ETÁRIOS: NATAÇÃO PURA

ESCALÕES ETÁRIOS, AGRUPAMENTOS E NOMENCLATURAS

ESCALÕES ETÁRIOS: NATAÇÃO PURA

CATEGORIAS	MASCULINOS	FEMININOS
INFANTIS B	2001	2002
INFANTIS A	2000	2001
JUVENIS B	1999	2000
JUVENIS A	1998	1999
JUNIORES	1996-1997	1997-1998
SENIORES	1995 e + Velhos	1996 e + Velhas

MASTERS (GRUPOS IDADE)

Provas Individuais:

Grupo	Escalão Etário	Ano de Nascimento
A	25 – 29	89 – 85
B	30 – 34	84 – 80
C	35 – 39	79 – 75
D	40 – 44	74 – 70
E	45 – 49	69 – 65
F	50 – 54	64 – 60
G	55 – 59	59 – 55

Grupo	Escalão Etário	Ano de Nascimento
H	60 – 64	54 – 50
I	65 – 69	49 – 45
J	70 – 74	44 – 40
K	75 – 79	39 – 35
L	80 – 84	34 – 30
M	85 – 89	29 – 25
N	90 – 94	24 – 20

Provas de Estafeta:

Grupo	Escalão Etário
1	100 – 119
2	120 – 159
3	160 – 199
4	200 – 239

Grupo	Escalão Etário
5	240 – 279
6	280 – 319
7	320 – 359

Nas competições que se venham a realizar entre os meses de Outubro e Dezembro de 2013 os nadadores continuarão a ser agrupados nos grupos de idade vigentes para o ano civil de 2013.

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, os Clubes terão 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. Para a realização das inscrições, os Clubes que não disponham do programa Team Manager poderão utilizar o executável "Entry Editor" disponível gratuitamente em <http://www.splash-software.ch/index.php>, através do qual poderão aceder ao ficheiro convite específico para cada competição.

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). Assim os tempos dos nadadores concorrentes a estes campeonatos são válidos entre o dia 28 de junho 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 respectivas competições a saber:

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

O Torneio Distrital de Fundo de Infantis - Juvenis, 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.

O Campeonato Distrital de Clubes e Taça ANDS não têm TAC's obrigatórios, mas os clubes são obrigados a fazerem-se representar em todas as provas destas competições no mínimo com 1 nadador por prova.

1.7 - TENTATIVA DE TAC NACIONAL/ZONAL

A tentativa de TAC Nacional/Zonal é uma figura administrativa/desportiva criada com o objectivo de facilitar e promover o rendimento desportivo e que surge simetricamente com o Art. 175º Do Regulamento Geral da FPN no que se refere à tentativa de Recorde.

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 respetiva 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 Regiões, em competições organizadas pela ANDS, carece de autorização prévia da mesma.

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.

Os pedidos de autorização de deslocação dos Clubes para participarem em Competições fora do Distrito de Santarém (é obrigatório), terão de ser acompanhadas da indicação das categorias dos nadadores que irão participar, com antecedência mínima de 10 dias úteis.

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. Aquando 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.

VI Troféu da Regularidade 2013-2014

1 – ÂMBITO

O Troféu da Regularidade tem por objectivo uma maior participação competitiva dos clubes ao longo da época desportiva.

2 – PARTICIPAÇÃO

Este troféu é atribuído a todos os clubes associados da ANDS que participem nas seguintes Competições: Jornada de Abertura de Categorias, Jornadas de Apuramento, Campeonato Distrital de Clubes, Taça ANDS - Cidade de Rio Maior, Torneio Inter-Regional Especialista, Torneio Nadador Completo, Campeonato Distrital de Infantis e Categorias de Inverno e Campeonato Distrital de Categorias e ABS Piscina Longa, Torneio de Fundo e Torneio de Velocidade.

A pontuação do Troféu realizar-se-á da seguinte forma:

1 - Participação na Jornada de Abertura e Jornadas de apuramento – 10 pontos,

✓ Por cada prova nadada (Masculina e Feminina) até ao 12º Lugar em ABS:

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

2 - Participação no Torneio Inter-Regional Especialista – 10 pontos e Torneio Nadador Completo – 20 pontos, e por cada nadador participante 5 pontos.

✓ Por cada Técnica nadada até ao 12º Lugar por categoria e sexo:

1º Lugar	15 pontos	2º Lugar	13 pontos	3º Lugar	11 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

3 – Participação na Taça ANDS - Cidade de Rio Maior (ABS), Campeonato Distrital de (JUN/SEN de Inverno) e Campeonato Distrital de Clubes,

✓ Por cada prova nadada até ao 12º Lugar em ABS:

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

4 – Participação no Campeonato Distrital de Categorias INF/JUV e ABS – Verão

- ✓ Por cada prova nadada até ao 12º Lugar por Categoria:

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

5 – Participação no Campeonato de Inverno INF/JUV

- ✓ Por cada prova nadada até ao 12º Lugar por Escalão Etário Femininos (INFA/INFB/ JUVA/JUVB) Masculinos (INFA/INFB/JUVA/JUVB):

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

6– Participação no Campeonato Regional de Velocidade (Inter – Associações ANIC / ANDS)

- ✓ Por cada prova nadada em cada final A e B até ao 16º Lugar em ABS Masculinos e Femininos:

Final A

1º Lugar	17 pontos	2º Lugar	15 pontos	3º Lugar	14 pontos	4º Lugar	13 pontos
5º Lugar	12 pontos	6º Lugar	11 pontos	7º Lugar	10 pontos	8º Lugar	9 pontos

Final B

1º Lugar	8 pontos	2º Lugar	7 pontos	3º Lugar	6 pontos	4º Lugar	5 pontos
5º Lugar	4 pontos	6º Lugar	3 pontos	7º Lugar	2 pontos	8º Lugar	1 ponto

7 – Por cada Recorde Distrital de Categorias 20 pontos.

8 – Por cada Recorde Distrital de Absolutos 40 pontos.

Haverá uma classificação geral por equipas conforme a pontuação obtida em cada competição.

Não havendo presença na prova 0 pontos.

A equipa que obtiver maior pontuação receberá o Troféu da Regularidade 2012-2013 e as restantes equipas receberão o troféu referente à sua classificação. Em caso de empate entre um ou mais clubes, o fator de desempate será feito pela melhor classificação obtida no Campeonato Distrital de Clubes.

Os prémios serão entregues preferencialmente na primeira prova a realizar na época 2013/14.

JORNADA DE ABERTURA DE CATEGORIAS

1 - LOCAL

Piscina Municipal de Torres Novas

2 - DATA

27 de Outubro de 2013 - 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 2 (duas) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão.
- A 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 22/10/2013

6 - CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

1 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª Sessão			2ª Sessão		
01	400 L	Misto	10	400 E	Misto
02 e 03	200 B	F / M	11 e 12	200 C	F / M
04 e 05	200 M	F / M	13 e 14	200 L	F / M
06 e 07	200 E	F / M	15 e 16	4 x 50 E	F / M
Intervalo de 10 minutos			Intervalo de 10 minutos		
08 e 09	4 x 50 L	F / M	17	1500 L [*]	Mistos

* 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.

CAMPEONATO DISTRITAL DE CLUBES DA ANDS

1 – Local - Piscina Municipal do Entroncamento

2 – DATA - 10 de Novembro de 2013 – Domingo

3 – HORÁRIO:

1ª Sessão 10.00 horas	2ª Sessão 16.00 horas
-----------------------	-----------------------

4 – PARTICIPAÇÃO: Nadadores ABS (SEN/JUN/JUV/INF)

A participação dos Clubes é de dois nadadores por prova individual e uma equipa de estafetas nas provas coletivas. Este campeonato não tem TAC'S a cumprir.

Cada nadador só pode participar em 3 (três) provas individuais e 2 (duas) coletivas.

Serão permitidas 2 (duas) substituições por sessão até 30 minutos antes do início das mesmas, desde que os nadadores constem nas listas onomásticas.

5 - INSCRIÇÕES

- Os clubes terão que fazer uma pré inscrição em impresso próprio e enviar para a ANDS por correio e/ou via email, até ao dia 28/10/2013.
- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS (excecionalmente) até às 20.00 horas do dia 04/11/2013. Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações á lista inicial de inscrições.

6 - CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação coletiva que será efetuada pelo somatório dos pontos obtidos pelo melhor nadador classificado de cada clube participante e estafeta por clube, elaborada pelo método N+1 / N-1, em que N é igual ao nº de Clubes presentes no Campeonato. A Desclassificação/desistência, falta – 0 pontos

Se no final da competição se verificar uma situação de empate pontual entre Sócios Desportivos, funcionará como fator de desempate o número de primeiros lugares obtidos por cada Sócio

Desportivo nas provas da referida competição.

Se tal se verificar insuficiente recorrer-se-á então ao número de segundos lugares obtidos e assim sucessivamente até se conseguir o desempate.

7 - PRÉMIOS

Serão atribuídos Troféus a todos os Clubes participantes.

Será atribuída a Taça de Campeão Distrital de Clubes da ANDS ao Clube vencedor.

2 - PROGRAMA DE PROVAS

<i>1ª Sessão</i>			<i>2ª Sessão</i>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	800 L	FEM	14	800 L	MAS
2	100 M	MAS	15	100 M	FEM
3	200 M	FEM	16	200 M	MAS
4	100 B	MAS	17	100 B	FEM
5	200 B	FEM	18	200 B	MAS
6	50 L	MAS	19	50 L	FEM
Intervalo 10'			Intervalo 10'		
7	100 L	FEM	20	100 L	MAS
8	100 C	MAS	21	100 C	FEM
9	200 C	FEM	22	200 C	MAS
10	400 L	MAS	23	400 L	FEM
11	200 E	FEM	24	200 E	MAS
Intervalo 10'			Intervalo 10'		
12	4x100 L	MAS	25	4x100 L	FEM
13	4x100 E	FEM	26	4x100 E	MAS

CAMPEONATO DISTRITAL JUN/SEN (PISCINA CURTA)

1 – LOCAL

Piscina Municipal TOMAR

2 – DATA

22, 23 e 24 Novembro 2013

3 – HORÁRIO

22 de Novembro

1ª Sessão às 16:00 Horas

23 de Novembro

2ª Sessão às 9:30 Horas

3ª Sessão às 15:30 Horas

24 de Novembro

4ª Sessão às 9:30 Horas

5ª Sessão às 15:30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

Categorias: JUN e SEN

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 13/11/2013.
- 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/categoria.

7 – PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por Prova/Categoria (Juniões e Seniores)

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 manha)</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 (INF/JUV)

1 – LOCAL

Piscina Municipal TOMAR

2 – DATA

22, 23 e 24 Novembro 2013

3 – HORÁRIO

22 de Novembro

1ª Sessão às 16:00 Horas

23 de Novembro

2ª Sessão às 9:30 Horas

3ª Sessão às 15:30 Horas

24 de Novembro

4ª Sessão às 9:30 Horas

5ª Sessão às 15:30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

Categorias: INF, JUV (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 Juniores e Séniores inscritos para o referido campeonato.

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

4.3 - As provas de 50 metros (incluindo estafetas de 4x50 metros) e 100 E não poderão ser nadadas por nadadores INF.

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 cinco provas (5) individuais para os nadadores Infantis e de sete provas (7) individuais para os nadadores Juvenis durante toda a competição.

5 – INSCRIÇÕES

➤ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia 13/11/2013.

➤ 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 juniores e seniores, salvo as devidas exceções inseridas no ponto 4.

TORNEIO DISTRITAL DE FUNDO INFANTIS E JUVENIS

1 – LOCAL

Localidade: Abrantes
Piscina Municipal (25 x 8 pistas)

2 – ORGANIZAÇÃO

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

3 – DATA

30 de Novembro e 1 de Dezembro de 2013

4 – HORÁRIO

1ª Jornada - 30 NOV 2013
Aquecimento – 14.00 Horas
Início às - 15:00 Horas

2ª Jornada 01 DEZ 2013
Aquecimento – 08.30 Horas
Início às - 09:30 Horas

5 – PARTICIPAÇÃO

Podem participar os nadadores filiados das categorias de Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores.

Cada nadador poderá participar no máximo de uma (1) provas por sessão.

Os Nadadores Infantis e Juvenis terão de obrigatoriamente 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 ANDS até às 24.00 horas do dia 25/11/2013.
O pagamento das inscrições será feito à ANDS

7 - CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Haverá classificações separadas por prova, escalão etário e sexo.

O somatório (1500L+ 400E ou 800L+ 400E) das pontuações Tabela FINA 2013 de cada nadador (a) definirá um Ranking Distrital deste Torneio, que permitirá atribuir um prémio aos três primeiros classificados a nível Distrital 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 Colectiva:

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 colectiva pontuam os 3 (três) primeiros nadadores de cada cube por categoria e género, que permitirão elaborar um Ranking Nacional de Clubes deste Torneio

8 - PROGRAMA DE PROVAS

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

JORNADA DE APURAMENTO DE CATEGORIAS

1 - LOCAL

Piscina Municipal de Santarém

2 - DATA

19 de JANEIRO de 2014 - Domingo

3 – HORÁRIO

1ª Sessão 09.30 horas

2ª Sessão 15.30 horas

4 – PARTICIPAÇÃO

7 Categoria ABS (SÉN/JUN/JUV/INF)

8 Cada nadador só pode participar em 2 (duas) provas individuais e 1 (uma) coletiva por sessão.

9 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 (excecionalmente) até às 20.00 horas do dia 13/01/2014

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

3 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª Sessão			2ª Sessão		
01 e 02	50 L	F / M	13 e 14	200 Estilos	F / M
03 e 04	50 C	F / M	15 e 16	100 C	F / M
05 e 06	50 B	F / M	17 e 18	100 B	F / M
07 e 08	50 M	F / M	19 e 20	100 M	F / M
09 e 10	800 L	MISTO	Intervalo de 10 minutos		
Intervalo de 10 minutos					
11 e 12	4x100 Livres	F / M	21 e 22	1500 L	MISTO

JORNADA DE APURAMENTO DE CATEGORIAS

1 - LOCAL

Piscina Municipal de Entroncamento

2 - DATA

2 de Fevereiro 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 2 (duas) provas individuais e 1 (uma) 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 (excecionalmente) até às 20.00 horas do dia 27/01/2014

6 - CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

7- PROGRAMA DE PROVAS

1ª Sessão			2ª Sessão		
01 e 02	100 L	F / M	13 e 14	200 L	F / M
03 e 04	200 C	F / M	15 e 16	100 C	F / M
05 e 06	100 B	F / M	17 e 18	200 B	F / M
07 e 08	200 M	F / M	19 e 20	100 M	F / M
09 e 10	400 EST	MISTO	21 e 22	200 EST	F / M
Intervalo de 10 minutos					
11 e 12	4x100 Livres	F / M	23 e 24	4x 200 Livres	F / M

TORNEIO DISTRITAL NADADOR COMPLETO

1 – LOCAL Piscina Municipal de SANTARÉM

2 – DATA 15 e 16 de Fevereiro de 2014

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, JUNIORES E 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 05/02/2014

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 2012, 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 2013 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 grupo de idade e género (INF B, INF A Masculinos e Femininos e JUV B JUV A Masculinos e Femininos, Juniores e

Séniiores 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		

CAMPEONATOS DISTRITAIS de INF – JUV (Piscina Curta)

1 – LOCAL

Piscina Municipal de CORUCHE

2 – DATA

14, 15 e 16 de Março de 2014

3 – HORÁRIO

14 de Março

1ª Sessão às 16:00 Horas

15 de Março

2ª Sessão às 9:30 Horas

3ª Sessão às 15:30 Horas

16 de Março

4ª Sessão às 9:30 Horas

5ª Sessão às 15:30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

Categorias: INF – JUV

Estes Campeonatos terão tempos a cumprir (TCC) e são realizados em simultâneo com uma jornada de apuramento para categorias de JUN/SEN.

As provas de 50 metros de qualquer técnica só poderão ser nadadas por nadadores Juvenis, Juniores e Seniores

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

Cada clube só poderá inscrever uma equipa de estafeta por prova.

5 – INSCRIÇÕES

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia 5/03/2014.
- 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 E PRÉMIOS

Haverá uma classificação individual por prova/escalão etário

7 – PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados (INF B, INF A Masculinos e Femininos e JUV B, JUV A Masculinos e Femininos).

8 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª SESSÃO (sexta-feira)			4ª SESSÃO (domingo manhã)		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	400 E	Fem	23	1500 L	Mas
2	400 E	Mas	24	400 L	Fem
3	100 C	Fem	Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)		
4	100 C	Mas	25	50 M	Mas
5	50 B	Fem	26	50 M	Fem
6	50 B	Mas	27	200 B	Mas
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)			28	200 C	Fem
7	4X200 L	Fem	29	200 E	Mas
8	4X200 L	Mas	ENTREGA MEDALHAS		
ENTREGA MEDALHAS					
2ª SESSÃO (sábado manhã)			5ª SESSÃO (domingo tarde)		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
9	800 L	Fem	30	200 L	Fem
10	400 L	Mas	31	100 L	Mas
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)			32	100 B	Fem
11	200 B	Fem	33	200 M	Mas
12	200 C	Mas	34	100 M	Fem
13	50 L	Fem	35	50 C	Mas
14	50 L	Mas	36	50C	Fem
15	200 E	Fem	Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)		
ENTREGA MEDALHAS			37	4X100 E	Mas
3ª SESSÃO (sábado tarde)			38	4x100 L	Fem
16	200 L	Mas	ENTREGA MEDALHAS		
17	100 L	Fem			
18	100 B	Mas			
19	200 M	Fem			
20	100 M	Mas			
Intervalo10' (ENTREGA MEDALHAS)					
21	4X 100 E	Fem			
22	4x100 L	Mas			
ENTREGA MEDALHAS					

JORNADA DE APURAMENTO DE CATEGORIAS (JUN/SEN)

1 – LOCAL

Piscina Municipal de CORUCHE

2 – DATA

14, 15 e 16 de Março de 2014

3 – HORÁRIO

14 de Março

1ª Sessão às 16:00 Horas

15 de Março

2ª Sessão às 9:30 Horas

3ª Sessão às 15:30 Horas

16 de Março

4ª Sessão às 9:30 Horas

5ª Sessão às 15:30 Horas

4 – PARTICIPAÇÃO

Categorias: JUN e SEN

As provas decorrem em simultâneo com o Campeonato Distrital de INF e JUV

Nas provas de 1500 L, 800 L, 400 L e 400 E a participação será condicionada pelo número de nadadores INF e JUV inscritos para o referido campeonato. Em caso de necessidade de restrição para as restantes categorias serão considerados os melhores tempos de inscrição até ao máximo de 2 nadadores por clube.

Esta limitada a um máximo de duas provas individuais e uma coletiva, por sessão, a participação de cada nadador num máximo de 5 provas individuais e toda a jornada de apuramento.

5 – INSCRIÇÕES

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia 5/03/2014.
- 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 Campeonato Distrital de Infantis e Juvenis.

TACA ANDS- CIDADE DE RIO MAIOR

1 – LOCAL

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

2 – DATA: 22 de Março de 2014

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, excepto nas provas 10, 11, 21 e 22 em que só pode inscrever uma equipa de estafetas.

É obrigatória a representação de cada clube nas provas em ambos os SEXOS, pelo menos com um nadador na prova dos 200 estilos.

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

4 – 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 17/02/2014.
- As inscrições definitivas deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia 17/03/2014. Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações á lista inicial de inscrições.
- Só serão permitidas desistência de provas sem direito a substituição.

6 – CLASSIFICAÇÃO

Haverá uma classificação colectiva que será efectuada 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 colectiva, 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 2014 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

XXII 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 interactividade que um torneio com estas características poderá proporcionar, em ambiente de festividade desportiva.

2 - LOCAL

Piscina Municipal ABRANTES

3 - DATA

12 de Abril de 2014

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 02/04/2014

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 efectuar uma hora antes do início das provas da 1ª Sessão.

7 – CLASSIFICAÇÕES

- Haverá uma classificação individual e outra colectiva por categoria.

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

- A classificação colectiva será efectuada no final do Taça, pelo somatório de pontos

obtidos em cada prova.

- Em caso de empate pontual na classificação colectiva, funcionará como factor 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 numero 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 electrónica

12 - CASOS OMISSOS

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

13 - PROGRAMA DE PROVAS

1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	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 Ponte de Sôr – 25 x 8 pistas (Cronometragem Eletrónica)

2 - DATA

10 de Maio de 2014 – Sábado

3 – ORGANIZAÇÃO

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

4– HORÁRIO

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

4.1 - Categorias ABS (SEN/JUN/JUV/INF)

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

4.3 – Se um nadador nadar 3 provas individuais nas eliminatórias e não for apurado para as finais, não poderá nadar nenhuma prova de estafeta nas finais. O nadador só poderá integrar uma ou ambas as estafetas, caso só tenha nadado uma ou duas provas individuais respetivamente, durante as eliminatórias.

6 – INSCRIÇÕES E PAGAMENTO

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANIC até dia 05/05/2014.
- 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;

6.7 - 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.

JORNADA DE APURAMENTO DE CATEGORIAS

1 – LOCAL

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

2 – DATA

14 de Junho de 2014 (ALTERADO)

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 2 (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 09/06/2014 (ALTERADO)

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	UNISEXO	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	UNISEXO

* 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 objectivo o contacto entre as várias realidades Regionais. Pretende-se assim promover uma Competição, capaz de galvanizar o desenvolvimento desportivo das Associações através da interactividade 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 electrónica.

3 – DATA: 21 de Junho de 2014

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 respectivos 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 11/06/2014.

- 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					

CAMPEONATOS DISTRITAIS DE VERÃO DE CATEGORIAS E ABSOLUTOS

1 - LOCAL

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

2 - DATA

4, 5 e 6 de Julho de 2014

3 – HORÁRIO

04 de Julho

1ª Sessão às 16.00 Horas

05 de Julho

2ª Sessão às 09.30 Horas

3ª Sessão às 15.30 Horas

06 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 colectiva, 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 28 de junho de 2013 e 22 de junho de 2014.

5 – TEMPOS

Só poderão participar atletas ou equipas de estafetas na(s) prova(s) que tenham conseguido o(s) referido(s) TACs entre 28 de junho de 2013 e 22 de junho de 2014. entre o dia 22 de junho de 2014.

6 – INSCRIÇÕES

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 20.00 horas do dia 23/06/2014.
- 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

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

Campeonato Absoluto

Nas provas de 50 metros (incluindo estafetas de 50 metros), a classificação será
Rua Garcia da Mata, 20 - 2300-494 TOMAR Tel. 249323268 / 919069455 / 964813669 Fax 249324960 Pág 43

absoluta por prova e género (ABS= Juvenis, Juniores e Seniores). Nas restantes provas, haverá uma classificação absoluta por prova e género (ABS= Juniores e Seniores).

8 – PRÉMIOS

Campeonato Categorias

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por prova/categoria

Campeonato Absolutos

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por prova

9- PROGRAMA DE PROVAS

<i>1ª SESSÃO (sexta)</i>			<i>4ª SESSÃO (domingo manhã)</i>		
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
<i>2ª SESSÃO (sábado manhã)</i>			<i>5ª SESSÃO (domingo tarde)</i>		
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
<i>3ª SESSÃO (sábado tarde)</i>					
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			

LIVRO II

- CIRCUITO DISTRITAL DE CADETES,
- REGULAMENTO
- PROGRAMA DE PROVAS

Circuito Distrital de Cadetes - Época 2013 - 2014

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.

ESCALÕES ETÁRIOS, AGRUPAMENTOS E NOMENCLATURAS

- Pré-competição (masculinos: 2005 e mais novos; femininos: 2006 e mais novos)
- Cadetes (masculinos: 2002 a 2004; femininos: 2003-2005)

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 2,30 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.

Atendendo ao carácter alargado de anos de nascimento incluídos na categoria de Cadetes e à progressão dos estímulos de provas a que deverão estar sujeitos ao longo da sua carreira desportiva, os nadadores masculinos nascidos em 2004 e mais novos e as atletas femininas nascidas em 2005 e mais novas, não poderão participar em competições cujas distâncias a percorrer sejam superiores a 50 metros, com exceção dos 100 estilos, mesmo no caso das estafetas, mas dado as especificidades de cada indivíduo, coloca-se a tónica para o

conhecimento individual de cada nadador por parte dos técnicos responsáveis de cada entidade desportiva.

Não obstante a participação dos nadadores Masculinos nascidos em 2002 e 2003 e Femininos nascidos em 2004 e 2005 poderem participar também em provas de 50 metros, incluindo as estafetas.

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 2013 – 2014 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.

I TORNEIO CIRCUITO DE CADETES- ABERTURA

1 – LOCAL

Piscina Municipal do SANTARÉM

2 – DATA

3 de Novembro de 2013 (Domingo)

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 excecionalmente até às 18.00 horas do dia 28/10/2013

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 L	FEM – 2003, 2004 e 2005	10	50 B	FEM – 2003, 2004 e 2005
2	50 L	MAS - 2002, 2003 e 2004	11	50 B	MAS - 2002, 2003 e 2004
3	100 C	FEM – 2003	12	100 L	FEM – 2003, 2004 e 2005
4	100 C	MAS - 2002	13	100 L	MAS - 2002, 2003 e 2004
5	50 C	FEM – 2003, 2004 e 2005	14	100 EST.	FEM – 2003, 2004 e 2005
6	50 C	MAS - 2002, 2003 e 2004	15	100 EST.	MAS - 2002, 2003 e 2004
7	100 B	FEM – 2003	16	100 M	FEM – 2003
8	100 B	MAS - 2002	17	100 M	MAS - 2002
Intervalo 10'			Intervalo 10'		
9	4x50 L	Misto - todos	18	4x50 EST.	Misto - todos

TORREGI 1 – II TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES

1 – LOCAL

Piscinas Municipais de Coruche

2 – DATA

21 Dezembro de 2013

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 16/12/2013

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

7 - PROGRAMA DE PROVAS

TORREGI 1					
<u>1ª Sessão</u>			<u>2ª Sessão</u>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	100 C	FEM – 2003	9	200 L	FEM – 2003
2	100 C	MAS - 2002	10	200 L	MAS - 2002
3	50 C	FEM – 2003, 2004,2005,2006	11	100 L	FEM – 2003, 2004
4	50 C	MAS - 2002, 2003,2004,2005	12	100 L	MAS - 2002, 2003
5	50 L	FEM – 2003, 2004,2005,2006	13	100 B	FEM – 2003
6	50 L	MAS - 2002, 2003,2004,2005	14	100 B	MAS - 2002
Intervalo 10'			Intervalo 10'		
7	4x50 EST.	Misto - FEM – 2003 /MAS 2002	15	4x50 Livres	Misto - FEM – 2003 /MAS 2002
8	4x25 EST.	Misto - FEM – 2004,2005,2006 /MAS 2003,2004,2005	16	4x25 Livres	Misto - FEM – 2004, 2005,2006 /MAS 2003,2004,2005

I ESTÁGIO DE CADETES

1 – LOCAL

A DEFENIR OPORTUNAMENTE

2 – DATA

28 de Dezembro de 2013

3 – HORÁRIO - 2 sessões

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria de Cadetes
- 24 Nadadores (12 Masculino e 12 Femininos)
- 16 Cadetes A (8 masculinos e 8 femininos)
- 8 Cadetes A (4 masculinos e 4 femininos)
- 4 Cadetes á escolha do DTR Distrital com base nos índices técnicos

5 – CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

- Resultados do Torregi 1
- 200 Livres /100 Livres – única prova individual FINA do programa FPN
- 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

III TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES

1 – LOCAL

Piscinas Municipais da Golegã

2 – DATA

26 de Janeiro 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 20/01/2014

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 - 2003, 2004 e 2005	10	50 B	FEM - 2003, 2004 e 2005
2	50 M	MAS - 2002, 2003 e 2004	11	50 B	MAS - 2002, 2003 e 2004
3	100 M	FEM - 2003	12	100 L	FEM - 2003, 2004 e 2005
4	100 M	MAS - 2002	13	100 L	MAS - 2002, 2003 e 2004
5	50 C	FEM - 2003, 2004 e 2005	14	100 EST.	FEM - 2004 e 2005
6	50 C	MAS - 2002, 2003 e 2004	15	100 EST.	MAS - 2003 e 2004
7	100 B	FEM - 2003	16	200 Est. M	FEM - 2003
8	100 B	MAS - 2002	17	200 Est. M	MAS - 2002
Intervalo 10'			Intervalo 10'		
9	4x100 L	Misto - todos	18	4x100 EST.	Misto - todos

IV TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES

1 – LOCAL

Piscinas Municipais de Abrantes

2 – DATA

23 de Fevereiro 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 17/02/2014

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	200 C	FEM - 2003	10	200 L	FEM - 2003
2	200 C	MAS - 2002	11	200 L	MAS - 2002
3	100 C	FEM - 2004 e 2005	12	100 L	FEM - 2004 e 2005
4	100 C	MAS - 2003 e 2004	13	100 L	MAS - 2003 e 2004
5	50 B	FEM - 2003 a 2006	14	50 M	FEM - FEM - 2003 a 2006
6	50 B	MAS - 2002 a 2005	15	50 M	MAS - 2002 a 2005
7	200 EST.	FEM - 2003	16	100 EST.	FEM - 2004 e 2005
8	200 EST.	MAS - 2002	17	100 EST.	MAS - 2003 e 2004
Intervalo 10'			Intervalo 10'		
9	4x50 Marip.	Todos - misto FEM - 2003 a 2006 MAS - 2002 a 2005	18	4x50 Bruços	Todos - misto FEM - 2003 a 2006 MAS - 2002 a 2005

TORREGI 2 – V TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES

1 – LOCAL

Piscina Municipal de Santarém

2 – DATA

6 de Abril 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 31/03/2014

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

7 - PROGRAMA DE PROVAS

TORREGI 2					
<i>1ª Sessão</i>			<i>2ª Sessão</i>		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	100 C	FEM - 2003	9	200 L	FEM - 2003
2	100 C	MAS - 2002	10	200 L	MAS - 2002
3	50 C	FEM - 2003, 2004,2005,2006	11	100 L	FEM - 2003, 2004
4	50 C	MAS - 2002, 2003,2004,2005	12	100 L	MAS - 2002, 2003
5	50 L	FEM - 2003, 2004,2005,2006	13	100 B	FEM - 2003
6	50 L	MAS - 2002, 2003,2004,2005	14	100 B	MAS - 2002
Intervalo 10'			Intervalo 10'		
7	4x50 EST.	Misto - FEM - 2003 /MAS 2002	15	4x50 Livres	Misto - FEM - 2003 /MAS 2002
8	4x25 EST.	Misto - FEM - 2004,2005,2006 /MAS 2003,2004,2005	16	4x25 Livres	Misto - FEM - 2004 /MAS 2003

II ESTÁGIO DE CADETES

1 – LOCAL

GOLEGÃ

2 – DATA

13 de ABRIL de 2014

3 – HORÁRIO - 2 sessões

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria de Cadetes
- 24 Nadadores (12 Masculino e 12 Femininos)
- 16 Cadetes A (8 masculinos e 8 femininos)
- 8 Cadetes A (4 masculinos e 4 femininos)
- 4 Cadetes á escolha do DTR Distrital com base nos índices técnicos

5 – CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

- Resultados do Torregi 2
- Resultados das 2 melhores provas individuais através da tabela FINA 2014
- 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 **ALTERADO**

1 – LOCAL:

Piscina Municipal de TORRES NOVAS

2 – DATA: 11 de Maio de 2014

3 – HORÁRIO

1ª Sessão	2ª Sessão
9.30 Horas	15.30 Horas

4 – INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 08.00 horas do dia 29/04/2014

5 – PARTICIPAÇÃO

Os nadadores nascidos em 2002 e nadadoras nascidas em 2003 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 2003 e 2004 e nadadoras nascidas em 2004 e 2005 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 respectivos 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 2013, 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 - 2003	11	50 M	FEM - 2004 a 2006
2	100 L	MAS - 2002	12	50 M	MAS - 2003 a 2005
3	50 B	FEM - 2004 a 2006	13	100 M	FEM - 2003
4	50 B	MAS - 2003 a 2005	14	100 M	MAS - 2002
5	100 B	FEM - 2003	15	50 C	FEM - 2004 a 2006
6	100 B	MAS - 2002	16	50 C	MAS - 2003 a 2005
7	50 L	FEM - 2004 a 2006	17	100 C	FEM - 2003
8	50 L	MAS - 2003 a 2005	18	100 C	MAS - 2002
9	200 Est. M	FEM - 2003	19	100 EST.	FEM - 2004 a 2006
10	200 Est. M	MAS - 2002	20	100 EST.	MAS - 2003 a 2005
			Intervalo 10'		
			Entrega de Diplomas de Participação		

V TORNEIO DO FUTURO DE CADETES – SELEÇÕES REGIONAIS

1 – ÂMBITO

O Torneio do Futuro é um Torneio que tem por objectivo 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 interactividade que um Torneio com estas características poderá proporcionar, em ambiente de festividade desportiva.

2 - LOCAL - Área Territorial da ASSOCIAÇÃO TERRITORIAL DO ALENTEJO

3 - DATA - 24 de Maio de 2014

4 - HORÁRIO

INÍCIO - 15.00 Horas

5 – PARTICIPAÇÃO

Categoria de CADETES

A participação é feita a nível da Selecções 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 colectivas.

Cada nadador só poderá participar em duas provas individuais.

6 – INSCRIÇÕES

A aguardar instruções da ANAlentejo

7 – CLASSIFICAÇÕES/PRÉMIOS

Haverá uma classificação individual por prova e outra colectiva.

Será entregue uma T-Shirt e 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	100 M	F	9	100 L	F
2	100 M	M	10	100 L	M
3	100 C	F	11	100 B	F
4	100 C	M	12	100 B	M
Intervalo 5'			Intervalo 5'		
5	100 E	F	13	4x100 E	F
6	100 E	M	14	4x100 E	M
Intervalo 5'			Entrega de Prémios		
7	4x100 L	F			
8	4x100 L	M			

TORREGI 3 – VI TORNEIO DO CIRCUITO DE CADETES ALTERADO

1 – LOCAL

Piscina Municipal do Entroncamento

2 – DATA

08 de Junho de 2014 (ALTERADO)

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 02/06/2013 (ALTERADO)

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.

5 - PROGRAMA DE PROVAS

TORREGI 3					
1ª Sessão			2ª Sessão		
Nº Ordem	Prova	Sexo	Nº Ordem	Prova	Sexo
1	400 L	MAS - 2003	10	400 L	FEM - 2004
2	800 L	FEM - 2003	11	800 L	MAS - 2002
Intervalo 5'			Intervalo 5'		
3	200 EST.	MAS - 2002 e 2003	12	200 EST.	FEM - 2003 e 2004
4	200 L	FEM - 2005	13	200 L	MAS - 2004
5	100 B	MAS - 2002 a 2005	14	100 C	FEM - 2003 a 2006
6	100 B	FEM - 2003 a 2006	15	100 C	MAS 2002 a 2005
Intervalo 5'			Intervalo 5'		
7	100 M	MAS - 2002 a 2005	16	100 EST.	FEM - 2005 a 2006
8	100 M	FEM - 2003 a 2006	17	100 EST.	MAS - 2004 a 2005
Intervalo 10'			18	100 L	FEM - FEM - 2003 a 2006
9	4x100 L	Misto (FEM - 2003 a 2006- MAS 2002 a 2005)	19	100 L	MAS - 2002 a 2005
			Intervalo 10'		
			20	4x100 EST.	Misto (FEM - 2003 a 2006- MAS 2002 a 2005)

III ESTÁGIO DE CADETES

1 – LOCAL

A DEFENIR OPORTUNAMENTE

2 – DATA

28 e/ ou 29 de Junho de 2014

3 – HORÁRIO - 2 a 3 sessões

4 – PARTICIPAÇÃO

- Categoria de Cadetes
- 24 Nadadores (12 Masculino e 12 Femininos)
- 16 Cadetes A (8 masculinos e 8 femininos)
- 8 Cadetes A (4 masculinos e 4 femininos)
- 4 Cadetes á escolha do DTR Distrital com base nos índices técnicos

5 – CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

- Resultados do Torregi 3
- Resultados das 2 melhores provas individuais através da tabela FINA 2013
- 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

LIVRO III

POLO AQUATICO (A DIFUNDIR)

LIVRO IV

NATAÇÃO SINCRONIZADA (A DIFUNDIR)

LIVRO V

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 13	Infantis A 14	Juvenis B 15	Juvenis A 16	JUN/SEN 17 e +	PROVAS	Infantis B 12	Infantis A 13	Juvenis B 14	Juvenis A 15	JUN 16	SEN 17 e +
00,39,00	00,36,00	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 13	Infantis A 14	Juvenis B 15	Juvenis A 16	JUN/SÉN 17 e +	PROVAS	Infantis B 12	Infantis A 13	Juvenis B 14	Juvenis A 15	JUN 16	SEN 17 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)
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 +
-	-	-	-	00,29,00	00,28,50	50L	-	-	-		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
-	-	-	-	00,35,50	00,33,50	50C	-	-	-	-	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
-	-	-	-	00,33,50	00,31,50	50M	-	-	-	-	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
-	-	-	-	00,37,50	00,37,00	50B	-	-	-	-	00,43,50	00,43,00
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	01,12,00	100E	-	-	-		01,26,00	01,24,00
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

TAC - TEMPOS DE ADMISSÃO AOS CAMPEONATOS
CAMPEONATOS DISTRITAIS DE VERÃO (Piscina Longa)
ABSOLUTOS (SENIORES/JUNIORES) – CATEGORIAS (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 e SÉN
-	-	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 13	INF-A 14	JUV-B 15	JUV-A 16	JUN 17 e 18	SÉN 19 e +	PROVAS	INF- B 12	INF-A 13	JUV-B 14	JUV-A 15	JUN 16 e 17	SÉN 18 e +
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 13	INF-A 14	JUV-B 15	JUV-A 16	JUN 17 e 18	SÉN 19 e +	PROVAS	INF- B 12	INF-A 13	JUV-B 14	JUV-A 15	JUN 16 e 17	SÉN 18 e +
00,38,00	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
00,41,50	00,39,00	00,35,50	00,35,00	00,32,00	00,31,00	50M	00,44,00	00,40,50	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