

# ÉPOCA 2019/2020



# NATAÇÃO ARTÍSTICA



## DISPOSIÇÕES GERAIS

### 1. INTRODUÇÃO

O presente documento regulamenta todas as Competições de âmbito Distrital a ter lugar na época de 2019/ 2020, para todas as categorias.

### 2. QUADRO COMPETITIVO E DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO

#### Calendário Distrital Natação Artística

Data	Designação	Local	Data inscrição
<b>17 de Novembro 2019</b>	1º Encontro Distrital	Entroncamento	11 novembro
<b>7 e 8 Dezembro 2019</b>	Camp. Nacional de Figuras	Torres Novas	11 novembro
<b>12 Janeiro 2020</b>	Prova de Nível	Santarém	03 janeiro
<b>15 de Março 2020</b>	2º Encontro Distrital		11 março
<b>20 a 22 Março 2020</b>	Camp. Nacional de Inverno	Abrantes	28 fevereiro
<b>3 de Maio 2020</b>	Festival Artística VS	Santarém	24 abril
	14º Festival Estrelinhas	Castelo de Vide	
<b>30 de Maio 2020</b>	Festival Artística CLAC	Entroncamento	22 maio
<b>14 de Junho 2020</b>	3º Encontro Distrital		5 junho
<b>21 Junho 2020</b>	Festival Artística ANDS	Tomar	15 junho
<b>27 Junho 2020</b>	Festival Artística AVQA	Almeirim	19 junho
<b>3 a 5 Julho 2020</b>	Camp. Nacional Verão	Clube Fluvial Portuense	12 junho

### 3. PARTICIPAÇÃO

A participação em provas regionais é reservada a nadadoras filiadas na Federação Portuguesa de Natação (FPN) como individuais, ou em representação dos Clubes, ou outras entidades filiadas, mediante o pagamento de uma taxa de inscrição.

De acordo com a legislação em vigor, só poderão participar nadadoras com exame médico válido à data da competição, devidamente inserido e validado no programa *fpnsystem*. Em caso de incumprimento, as inscrições destas nadadoras serão rejeitadas.

### 4. PARTICIPANTES/CATEGORIAS

Para a época vigente, será permitida a participação de nadadores e nadadoras que são agrupados nas seguintes categorias:

<b>Categoria</b>	<b>Ano nascimento</b>
<b>Infantis (Inf)</b>	2008 e posterior
<b>Juvenis (Juv)</b>	2005 – 2007
<b>Juniores (Jun)</b>	2002 – 2005
<b>Absolutas (Abs)</b>	2005 e anterior

## 5. FIGURAS

FIGURAS	INFANTIS		
	Nº	NOME DA FIGURA	C.D.
OBRIGATÓRIAS	1 – 106	Perna de ballet perna esticada	1.6
	2 – 301	Barracuda	1.9

FIGURAS	JUVENIS		
	Nº	NOME DA FIGURA	C.D.
OBRIGATÓRIAS	1 - 423	Ariana	2.2
	2 - 143	Rio	3.1

## 6. ELEMENTOS REQUERIDOS PARA OS ESQUEMAS TÉCNICOS

Os elementos requeridos para os Esquemas Técnicos das categorias Júnior e Absoluto são os definidos no Regulamento da FINA para 2017\_2021.

## PROVA DE NÍVEL

### 1. DATAS:

12 de janeiro de 2020

### 2. LOCAL:

Piscinas Municipais Santarém

### 3. HORÁRIO

Data	Abertura piscina	Início aquecimento	Início prova	Final da prova (provável)
12 Janeiro	08h00	08h15	09h30	
	14h00	14h15	15h00	17h00

### 4. ARBITRAGEM

A arbitragem é da responsabilidade do Conselho de Arbitragem da ANDS podendo recorrer-se a árbitros externos;

### 5. PARTICIPAÇÃO

Poderão participar atletas das categorias de Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores em situação regulamentar com o programa de nível para a presente época.

### 6. INSCRIÇÃO

As inscrições deverão dar entrada até às 10h00 do dia 10 de janeiro 2020 para ANDS, em formulário próprio da FPN;

A taxa de inscrição aplicada é no valor de 3,50€ atleta;

Devem efetuar o pagamento para o IBAN da ANDS – **PT50 0033 0000 5003 6910 0020 5** (a inscrição só será validada após a receção da transferência bancária).

### 7. PROGRAMA ( POSSIBILIDADE DE SER ALTERADO POR FORÇA DO NÚMERO DE INSCRIÇÕES)

Aquecimento 08h45/14H15	
Horário	Atividade
09h30	Natação Juv, Inf
09h30	Figuras Inf
10h30	Destrezas Inf
11h30	Figuras Juv
15h00	Destrezas juv
16h00	Esquemas Inf, Juv e Jun

Cada delegado do clube participante na Prova de Níveis deverá entregar ao Juiz árbitro da prova todas as folhas de registo (individuais) devidamente

preenchidas com os dados das atletas a avaliar, de forma, a facilitar o trabalho da secretaria;

A entidade organizadora da prova reserva-se ao direito de proceder a qualquer alteração ao programa da prova apresentado, em virtude, da decisão do Juiz árbitro da prova e do número de atletas inscritas.

#### **8. DIVERSOS**

A reunião de Delegados e Juiz Arbitro da prova terá lugar na piscina em lugar a definir no dia pelas 09h15.

