

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 4 - CAMPEONATO DISTRITAL PISCINA CURTA, JUVENIS JUNIORES E SENIORES + PROVA DE PREPARAÇÃO INFANTIS

1. **ORGANIZAÇÃO:** ANDL
2. **LOCAL:** Piscina Municipal das Caldas da Rainha (8 pistas x 25 metros) - Cronometragem Eletrónica
3. **DATA:** 23 e 24 de novembro de 2019
4. **HORÁRIO:**

20

	1ª Sessão		2ª Sessão	
	Aquecimento	Início Prova	Aquecimento	Início Prova
1ª JORNADA	08h00	09h00	14h30	15h30
2ª JORNADA	08h30	09h30	14h30	15h30

5. **PROGRAMA:**

1ª JORNADA - 23 novembro							
1ª Sessão - manhã				2ª Sessão - Tarde			
1	1500	Livres	Fem	15	4 x 50	Estilos	Mas
2	800	Livres	Masc	16	4 x 50	Estilos	Fem
3	4 x 50	Livres	Fem	17	400	Livres	Mas
4	4 x 50	Livres	Masc	18	400	Livres	Fem
Entrega de medalhas				Entrega de medalhas			
5	100	Bruços	Fem	19	50	Costas	Mas
6	100	Bruços	Masc	20	50	Costas	Fem
7	100	Livres	Fem	21	200	Bruços	Mas
8	100	Livres	Masc	22	200	Bruços	Fem
9	200	Costas	Fem	23	100	Mariposa	Mas
10	200	Costas	Masc	24	100	Mariposa	Fem
11	50	Mariposa	Fem	Entrega de medalhas			
12	50	Mariposa	Masc	25	200	Estilos	Mas
Entrega de medalhas				26	200	Estilos	Masc
13	4 x 100	Estilos	Fem	27	4 x 200	Livres	Mas
14	4 x 100	Estilos	Masc	28	4 x 200	Livres	Fem

2ª JORNADA - 24 novembro							
1ª Sessão - manhã				2ª Sessão - Tarde			
29	50	Bruços	Fem	39	200	Mariposa	Masc
30	50	Bruços	Masc	40	200	Mariposa	Fem
31	100	Estilos	Fem	41	50	Livres	Masc
32	100	Estilos	Masc	42	50	Livres	Fem
Entrega de medalhas				Entrega de medalhas			
33	200	Livres	Fem	43	4 x 100	Livres	Masc
34	200	Livres	Masc	44	4 x 100	Livres	Fem
35	100	Costas	Fem	45	1500	Livres	Masc
36	100	Costas	Masc	46	800	Livres	Fem
37	400	Estilos	Fem	Entrega de medalhas			
38	400	Estilos	Masc				
Entrega de medalhas							

6. ESCALÕES: Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores

7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:

➤ Infantis

- Só podem nadar seis (6) provas individuais, não podendo exceder duas (2) individuais por sessão, não havendo limitação nas estafetas;
- Não podem nadar 800L Masc e 1500L Fem.

➤ Juvenis

- Os nadadores juvenis, ao longo das quatro (4) sessões, só poderão participar em seis (6) provas individuais mais estafetas.

➤ Juniores e seniores

- Os nadadores juvenis, ao longo das quatro (4) sessões, só poderão participar em oito (8) provas individuais mais estafetas;
- A constituição das equipas de estafetas deve ser corretamente identificada no momento da inscrição. Podendo ser alterada na sessão em que nadam, devendo ser entregue até 30 minutos antes do início de sessão;
- Podem participar nadadores de Natação Adaptada desde que estejam inscritos no FPNSystem e devidamente classificados, de acordo com a Circular da FPN n.º 39/14;

8. INSCRIÇÕES:

- a) Data Limite: até dia 14 de novembro 2019;
- b) Para: inscricoes@andl.pt;
- c) Pagamento:
 - Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento.

22

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA;

10. CLASSIFICAÇÃO:

- a) Classificação por categoria, género e prova.

11. PRÉMIOS:

- a) Campeonato Distrital de Piscina Curta: Medalhas aos 3 (três) melhores classificados de cada prova, por género e categoria: Juvenis (A e B), Juniores e Seniores.

12. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

- Os nadadores infantis não poderão utilizar fatos de competição.