



NÚCLEO DO DESPORTO AMADOR DE POMBAL

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA, CULTURAL E RECREATIVA

Fundado em 18 de Junho de 1977

Contribuinte N.º 501432930

8º Torneio Natação Cidade de Pombal

Infantis/Absolutos

1. A Competição é organizada de acordo com o regulamento Geral da Federação Portuguesa de Natação, estando a arbitragem a cargo do Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Natação do Distrito de Leiria, com sistema de cronometragem eletrónica.
2. **Local:** Piscina Municipal de Pombal (25m x 8 pistas)
3. **Data:** 23 de fevereiro de 2020 (domingo)

4. Programa – Horários

Jornada Única com duas sessões

Abertura da Piscina - 7h45

Aquecimento – 8h00 às 9h20

1ª sessão – 09h30

Aquecimento – 14h00 às 15h20

2ª sessão – 15h30



NÚCLEO DO DESPORTO AMADOR DE POMBAL

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA, CULTURAL E RECREATIVA

Fundado em 18 de Junho de 1977

Contribuinte N° 501432930

Jornada Única							
1ª sessão – 9h30				2ª sessão – 15h30			
Eliminatórias	25 m	F/M		Meias-finais	25 m	F/M	
1	4x50 E	Misto		12 e 13	200 B	Absoluto	F/M
2 e 3	200 E	Infantil	F/M	14 e 15	100 C	Infantil/Absoluto	F/M
4 e 5	200 M	Absoluto	F/M	16 e 17	200 L	Absoluto	F/M
6 e 7	100 L	Infantil/Absoluto	F/M	18 e 19	100 M	Infantil/Absoluto	F/M
8 e 9	200 C	Absoluto	F/M	Final	25 m	F/M	
10 e 11	100 B	Infantil/Absoluto	F/M	20 e 21	200 E	Absoluto	F/M
				22	4x100 L	Misto	

5. Participação e Regras Específicas

- Este torneio destina-se a nadadores federados da categoria de Infantis / Absolutos.
- Cada clube só poderá inscrever dois nadadores por prova individual (provas de 100 metros dois infantis + dois absolutos)
- Nas estafetas só é permitido uma equipa por clube.
- Cada nadador pode participar em duas provas individuais e uma estafeta por sessão. Os nadadores Infantis apenas poderão nadar uma prova individual e uma estafeta por sessão.
- A constituição da equipa de estafeta terá de ser realizada do seguinte modo:
 - Dois nadadores de escalões diferentes (dois infantis + dois absolutos)
 - Dois nadadores de sexos diferentes. Exemplos:

Dois nadadores Infantis Masculinos + 2 Nadadores Absolutos Femininos

Dois nadadores Infantis Femininos + 2 Nadadores Absolutos Masculinos



NÚCLEO DO DESPORTO AMADOR DE POMBAL

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA, CULTURAL E RECREATIVA

Fundado em 18 de Junho de 1977

Contribuinte N.º 501432930

f. SUPER SPRINT

- Para esta prova poderão inscrever-se todos os nadadores interessados, não contabilizando para o número total de provas.
 - Na sessão da manhã, após o aquecimento, serão realizadas as primeiras eliminatórias, dessas eliminatórias sairão os 16 melhores masculinos e os 16 melhores femininos.
 - Na sessão da tarde após o aquecimento, serão realizadas as meias finais de onde sairá apurado o vencedor de cada série.
 - A meio da sessão da tarde serão realizadas as finais, apenas com um duelo entre os dois melhores masculinos e os dois melhores femininos.
 - Esta prova não contará para a classificação geral por equipas
- g. Ao Núcleo do Desporto Amador de Pombal reserva-se o direito de preencher as pistas vagas com nadadores seus.

6. Inscrições

- I. Os clubes interessados deverão realizar uma **pré - inscrição até ao dia 01 de fevereiro**, onde deverá constar o número de nadadores, para:

Email: geral@ndap.pt

- II. As **inscrições definitivas** deverão ser enviadas por correio electrónico, através do ficheiro convite do programa Team Manager, **até ao dia 14 de fevereiro**, para:

Email: geral@ndap.pt

7. Alterações

Só serão permitidas alterações até ao dia 19 de fevereiro 2020. Só serão aceites alterações para nadadores que constem na lista onomástica.



NÚCLEO DO DESPORTO AMADOR DE POMBAL

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA, CULTURAL E RECREATIVA

Fundado em 18 de Junho de 1977

Contribuinte N.º 501432930

8. Classificação

Será atribuída a seguinte pontuação:

1º Classificado – 9 pontos

2º Classificado – 7 pontos

3º Classificado – 6 pontos

4º Classificado – 5 pontos

5º Classificado – 4 pontos

6º Classificado – 3 pontos

7º Classificado – 2 pontos

8º Classificado – 1 pontos

A prova de estafeta contará a dobrar.

Como fator de desempate, contará a equipa com melhor classificação na prova n.º 22 (4x100L).

9. Prémios

- Troféus para todas as equipas.
- Serão distribuídos lanches a todos os participantes.

10. Normas de utilização da Piscina

- a. O acesso aos balneários destina-se exclusivamente a atletas e treinadores.
- b. É obrigatório o uso de calçado apropriado.

Os casos omissos serão resolvidos pela organização do Torneio