

PROVA N.º 6 - PROVA DE PREPARAÇÃO – ABSOLUTOS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal Caldas da Rainha (8 pistas x 25 metros) – Cronometragem Manual.
3. DATA: 10 de janeiro de 2021
4. HORÁRIO:

JORNADA UNICA	Aquecimento	Início das provas
Juniors e Seniores	8h00	9H00
Juvenis	10h45	11h45
Infantis	14h00	15h00

5. PROGRAMA:

JUNIORES E SENIORES							
N.º	Distância	Estilo	Género	N.º	Distância	Estilo	Género
1 e 2	50	Bruços	F/ M	17 e 18	100	Mariposa	F/ M
3 e 4	50	Mariposa	F/ M	19 e 20	50	Livres	F/ M
5 e 6	400	Estilos	F/ M	21 e 22	200	Costas	F/ M
7 e 8	200	Mariposa	F/ M	23 e 24	100	Bruços	F/ M
9 e 10	100	Costas	F/ M	25 e 26	200	Livres	F/ M
11 e 12	200	Bruços	F/ M	27 e 28	50	Costas	F/ M
13 e 14	100	Livres	F/ M	29 e 30	100	Estilos	F/ M
15 e 16	200	Estilos	F/ M	31	800	Livres	FEM
				32	1500	Livres	MASC

Juvenis							
N.º	Distância	Estilo	Género	N.º	Distância	Estilo	Género
33 e 34	50	Bruços	F/ M	49 e 50	100	Mariposa	F/ M
35 e 36	50	Mariposa	F/ M	51 e 52	50	Livres	F/ M
37 e 38	400	Estilos	F/ M	53 e 54	200	Costas	F/ M
39 e 40	200	Mariposa	F/ M	55 e 56	100	Bruços	F/ M
41 e 42	100	Costas	F/ M	57 e 58	200	Livres	F/ M
43 e 44	200	Bruços	F/ M	59 e 60	50	Costas	F/ M
45 e 46	100	Livres	F/ M	61 e 62	100	Estilos	F/ M
47 e 48	200	Estilos	F/ M	63	800	Livres	FEM
				64	1500	Livres	MASC

INFANTIS							
N.º	Distância	Estilo	Género	N.º	Distância	Estilo	Género
65 e 66	400	Estilos	F/M	77 e 78	100	Mariposa	F/M
67 e 68	200	Mariposa	F/M	79 e 80	200	Costas	F/M
69 e 70	100	Costas	F/M	81 e 82	100	Bruços	F/M
71 e 72	200	Bruços	F/M	83 e 84	200	Livres	F/M
73 e 74	100	Livres	F/M	85 e 86	100	Estilos	F/M
75 e 76	200	Estilos	F/M	87	800	Livres	FEM
				88	1500	Livres	MASC

6. ESCALÕES: Infantis, Juvenis Juniores e Séniores

7. LIMITAÇÕES/ PARTICIPAÇÃO:

- Cada nadador só poderá participar em 2 (duas) provas;
- Podem participar nadadores de natação adaptada, desde que estejam inscritos na FPN, de acordo com a circular FPN nº 39/14

8. INSCRIÇÕES:

- Data Limite: até dia 03 de janeiro 2021;
- Para: inscricoes@andl.pt;
- Pagamento:
 - De acordo com a Circular da ANDL n.º 04/2020 (apenas para clubes da ANDL)
 - Para outros clubes/ associações conforme tabela do ponto 5 das disposições gerais.

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

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

10. CLASSIFICAÇÃO:

Haverá classificação por prova, categoria e género.

11. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores infantis não poderão utilizar fatos de competição.