

PROVA N.º.1 – TORNEIO DE ABERTURA DE CATEGORIAS

1. **ORGANIZAÇÃO:** ANDL

2. **LOCAL:** Piscinas Municipais de Caldas da Rainha (8 pistas x 25m).

3. **DATA:** 22 e 23 de outubro de 2022

4. **HORÁRIO:**

	Aquecimento	Início da prova
1ª Jornada	14h00	15h00
2ª Jornada	8h30	09h30

5. **PROGRAMA:**

1ª Jornada				2ª Jornada			
	Distância	Estilo	Género		Distância	Estilo	Género
1	400	Livres	Fem	11	4x100	Estilos	Mas
2	400	Livres	Mas	12	4x100	Estilos	Fem
3	200	Costas	Fem	13	200	Bruços	Mas
4	200	Costas	Mas	14	200	Bruços	Fem
5	200	Livres	Fem	15	200	Mariposa	Mas
6	200	Livres	Mas	16	200	Mariposa	Fem
7	400	Estilos	Fem	17	200	Estilos	Mas
8	400	Estilos	Mas	18	200	Estilos	Fem
9	4x100	Livres	Fem	19	1500	Livres	Mas
10	4x100	Livres	Mas	20	800	Livres	Fem

6. **CATEGORIAS:** Infantis, Juvenis, Juniores e Séniores

7. **LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:**

- Cada nadador pode participar em 2 (duas) provas individuais e uma estafeta por Jornada;
- Não há limite de inscrições de equipas na prova de estafetas;
- 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:**

- As inscrições deverão ser enviadas para inscricoes@andl.pt, até ao dia **14 de outubro de 2022;**
- Pagamento: Conforme Tabela do ponto 3 das disposições gerais.

9. ORGANIZAÇÃO DAS SERIES: As series serão organizadas pelos tempos de inscrição em piscina de 25 ou 50 e ordenados pela conversão dos pontos FINA.

10. CLASSIFICAÇÃO: Por prova, género e categoria (por escalão).

11. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS: Os nadadores da categoria Infantil não poderão usar fatos de competição

12. CRONOMETRAGEM: Manual