



EMPRESA LOCAL DE PROMOÇÃO DO DESPORTO, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA, E. M. UNIPessoal, LDA.

TORNEIO 17.º ANIVERSÁRIO DA PALMELA DESPORTO

REGULAMENTO

1. **ORGANIZAÇÃO:** Palmela Desporto E. M. / Associação de Natação de Lisboa
2. **DATA:** 12 de fevereiro de 2017 (domingo).
3. **LOCAL:** Piscina de Pinhal Novo (8 x 25 m).
4. **ARBITRAGEM:** A arbitragem estará a cargo do Conselho Regional de Arbitragem da ANL
5. **CRONOMETRAGEM:** Manual, registos homologados por Federação Portuguesa de Natação
6. **HORÁRIO:** Aquecimento: 14h00 - 15h00 (Dois blocos de 30 minutos divididos por instituição).
Desfile: 15h15
Início de provas: 15h30
Final previsto das provas: 18h30

7. PARTICIPAÇÃO:

- 7.1 O Torneio é destinado a clubes que especificamente sejam convidados pela Palmela Desporto.
- 7.2 Os escalões dos(as) nadadores(as) são os regulamentados pela Federação Portuguesa de Natação. Neste particular, Cadetes:
 - Femininos: Cadetes A - Nascidas em 2006 / Cadetes B - Nascidas em 2007 e 2008.
 - Masculinos: Cadetes A - Nascidos em 2005 / Cadetes B - Nascidos entre 2006 e 2008.
- 7.3 Cada clube poderá inscrever um máximo de 16 atletas no Torneio.
- 7.4 Cada clube poderá inscrever um máximo de 2 estafetas por género.
- 7.5 Cada clube poderá inscrever um máximo de 2 nadadores(as) por prova.
- 7.6 Cada atleta poderá participar no máximo em 2 provas individuais e 1 estafeta.

Nota: A Palmela Desporto poderá, se o entender, inscrever um número superior de nadadores e equipas relativamente ao disposto nos pontos 6.3, 6.4, 6.5 e 6.6.

INSCRIÇÕES: As inscrições serão realizadas em ficheiro próprio, que oportunamente será enviado para todas as instituições convidadas. Deverão dar entrada na secretaria da Associação de Natação de Lisboa até às 17 horas de dia 6 de fevereiro de 2017 (segunda-feira).

CLASSIFICAÇÕES/PRÉMIOS: Os registos cronométricos serão afixados e disponibilizados na página da Associação de Natação de Lisboa e Palmela Desporto. As instituições e atletas participantes receberão prémios de participação.



EMPRESA LOCAL DE PROMOÇÃO DO DESPORTO, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA, E. M. UNIPessoal, LDA.

1. PROGRAMA DE PROVAS

1	4 x 50 m Estilos	F
2	4 x 50 m Estilos	M
3	100 m Livres	F
4	100 m Livres	M
5	100 m Bruços	F
6	100 m Bruços	M
7	50 m Mariposa	F
8	50 m Mariposa	M
9	100 m Costas	F
10	100 m Costas	M
11	4 x 50 m Livres	F
12	4 x 50 m Livres	M