



associa o de nata o de lisboa

NATA O PURA

Regulamento Desportivo

 poca 2016/2017

INDICE

<i>INDICE</i>	2
<i>CALENDÁRIO REGIONAL</i>	3
<i>DISPOSIÇÕES GERAIS</i>	4
<i>FESTIVAL DE ABERTURA DE INFANTIS</i>	12
<i>FESTIVAL DE ABERTURA DE JUVENIS, JUNIORES E SENIORES</i>	13
<i>TORREGRI 1</i>	14
<i>TORNEIO DE MEIO FUNDO INFANTIS E TORNEIO DE FUNDO JUVENIS</i>	15
<i>CAMPEONATOS ABSOLUTOS DE LISBOA – PISCINA CURTA</i>	17
<i>FESTIVAL DE NATAL DE CADETES</i>	19
<i>TORNEIO DE PREPARAÇÃO DE INFANTIS</i>	20
<i>FESTIVAL DE JANEIRO DE INFANTIS E JUVENIS</i>	21
<i>FESTIVAL REGIONAL DE CLUBES DE CADETES</i>	22
<i>IX MEETING INTERNACIONAL DE LISBOA</i>	24
<i>TORNEIO REGIONAL DE CLUBES DE INFANTIS</i>	30
<i>TORREGRI 2</i>	32
<i>CAMPEONATOS DE INVERNO DE LISBOA – PISCINA LONGA</i>	34
<i>CAMPEONATOS REGIONAIS DE INFANTIS</i>	36
<i>FESTIVAL NADADOR COMPLETO DE CADETES</i>	38
<i>TORNEIO NADADOR COMPLETO DE INFANTIS E JUVENIS</i>	40
<i>IV MEETING XIRA</i>	42
<i>FESTIVAL REGIONAL DE MEIO FUNDO E FUNDO DE CADETES</i>	46
<i>TORNEIO DE PREPARAÇÃO DE ABSOLUTOS</i>	47
<i>TORREGRI 3</i>	48
<i>CAMPEONATOS DE INFANTIS E ABSOLUTOS DE LISBOA & CAMPEONATO DE CLUBES ANL</i>	50
<i>FESTIVAL REGIONAL DE VERÃO DE CADETES</i>	54
<i>ANEXO I – MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO AOS CAMPEONATOS</i>	57
<i>ANEXO II – REGULAMENTO DE INSCRIÇÕES EM COMPETIÇÕES (RIC)</i>	61
<i>ANEXO III – PROCEDIMENTOS DE CANDIDATURA E NORMAS PARA REALIZAÇÃO DE COMPETIÇÕES</i>	64
<i>ANEXO IV – REGULAMENTO DE ESTÁGIOS E SELEÇÕES ANL</i>	68
<i>ANEXO V – MODELO DE REGULAMENTO ESPECÍFICO PARA COMPETIÇÕES</i>	74

CALENDÁRIO REGIONAL

	Provas	Local	Data de Realização	Sessões						
				6ª Feira		Sab.		Dom		
				M	T	M	T	M	T	
1	Festival de Abertura de Infantis	Algés (SAD)	16 Out 16						X	X
2	Festival de Abertura Juvenis, Juniores e Seniores	Setúbal (CNS)	22 e 23 Out 16						X	X
	Fase Qualific. da 4ª Div. Nac. Clubes	Ponte de Sor	29 e 30 Out 16						X	X
3	Torregri 1	Reboleira (CNA)	29 e 30 Out 16						X	X
4	Torneio de Meio Fundo Infantis e Fundo Juvenis	Alapraia (AHBE)	12 e 13 Nov 16						X	X X
5	Camp. Absolutos de Lisboa- PC	Algés (SAD)	18 a 20 Nov 16		X	X	X	X	X	X
	Campeonatos Nacionais 3ª e 4ª Div.	Abrantes	26 e 27 Nov 16			X	X	X	X	X
6	Festival de Natal de Cadetes	Setúbal (CNS)	03 e 04 Dez 16						X	X
	Torneio Zonal de Juvenis	Guarda	02 a 04 Dez 16		X	X	X	X	X	X
	Campeonatos Nacionais Juniores e Seniores	Penteada - Funchal	09 a 11 Dez 16	X	X	X	X	X	X	X
7	Torneio de Natal de Infantis	Sto AntºCavaleiros	11 Dez 16							X
	Campeonatos Nacionais de Clubes 1ª e 2ª Div.	Póvoa do Varzim	17 e 18 Dez 16						X	X X X
8	Festival de Janeiro de Infantis e Juvenis	Setúbal (CNS)	21 e 22 Jan 17						X	X
9	Festival Regional Clubes Cadetes	Loures (GESL)	28 e 29 Jan 17						X	X
10	IX Meeting Internacional Lisboa	Jamor	18 e 19 Fev 17						X	X X X
11	Torneio Regional de Clubes de Infantis	Loures (GESL)	25 e 26 Fev 17						X	X
12	Torregri 2	CM Almada C.Piedade (SFUAP)	04 e 05 Mar 17						X	X X
13	Campeonatos de Inverno de Lisboa	Vila Franca Xira	10 a 12 Mar 17		X	X	X	X		
14	Campeonatos Regionais de Infantis	Setúbal (CNS)	17 a 19 Mar 17		X	X	X	X	X	X
	Campeonatos Nacionais Juv., Jun. e Abs.	Coimbra	30Mar a 02Abr 17	XX	XX	X	X	X	X	X
	Torneio Zonal de Infantis	Sines	07 s 09 Abr 17		X	X	X	X	X	X
15	Festival Nadador Completo de Cadetes	Corroios	08 a 09 Abr 17						X	x
16	Torneio Nadador Completo Infantis/Juvenis	Pinhal Novo	06 s 07 Mai 17						X	X X
17	IV Meeting Xira	Vila Franca Xira	20 e 21 Mai 17						X	X X X
18	Festival Regional Meio Fundo e Fundo de Cadetes	Alvalade (SCP)	27 e 28 Mai 17						X	X
19	Festival de Preparação de Absolutos	Vila Franca Xira	10 e 11 Jun 17						X	X
20	Torregri 3	Alapraia (AHBE)	17 e 18 Jun 17						X	X X
21	Campeonatos de Infantis e Absolutos Lisboa	Manteigadas	29Jun a 02Jul 17	XX	XX	X	X	X	X	X
	Campeonato de Clubes ANL	Setúbal								
22	Festival Regional de Verão de Cadetes	Algés (SAD)	08 e 09 Jul 17						X	X
	Campeonatos Nacionais de Infantis	Loulé	14 a 16 Jul 17		X	X	X	X	X	X
	Campeonatos Absolutos Portugal	Jamor	20 a 23 Jul 17	XX	XX	X	X	X	X	X
	Campeonatos Nacionais de Juvenis									

DISPOSIÇÕES GERAIS

1. FILIAÇÃO DE ATLETAS

- 1.1. A filiação ou renovação de atletas na época 2016-2017 tem início a 15 de Setembro de 2016.
- 1.2. O envio digital da documentação para filiações deverá ser realizado para: filiacao@anlisboa.pt

2. CATEGORIAS DE ATLETAS

De acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, as idades devem ser completadas no ano civil em que termina a época, constituindo-se do seguinte modo as categorias

	Masculinos		Femininos	
	Idade	Ano de Nascimento	Idade	Ano de Nascimento
Escolas de Formação¹	Sem limite de idade		Sem limite de idade	
Grupos de Formação Desportiva²	11 anos e mais novos	<i>(2006 e mais novos)</i>	10 anos e mais novas	<i>(2007 e mais novas)</i>
Cadetes B	9,10 e 11 anos	<i>(de 2008 a 2006)</i>	9 e 10 anos	<i>(de 2008 a 2007)</i>
Cadetes A	12 anos	<i>(2005)</i>	11 anos	<i>(2006)</i>
Infantis B	13 anos	<i>(2004)</i>	12 anos	<i>(2005)</i>
Infantis A	14 anos	<i>(2003)</i>	13 anos	<i>(2004)</i>
Juvenis B	15 anos	<i>(2002)</i>	14 anos	<i>(2003)</i>
Juvenis A	16 anos	<i>(2001)</i>	15 anos	<i>(2002)</i>
Juniores	17 e 18 anos	<i>(2000 e 1999)</i>	16 e 17 anos	<i>(2001 e 2000)</i>
Seniores	19 anos e mais velhos	<i>(1998 e mais velhos)</i>	18 anos e mais velhas	<i>(1999 e mais velhas)</i>

¹ Os praticantes da categoria de Escolas de Natação têm filiação própria na FPN (Portugal a Nadar) e no âmbito desportivo a sua participação é realizada em dois torneios de Encontros de Escolas sujeitos a regulamento específico independente a divulgar pela ANL.

² Os praticantes com idades referentes à categoria de Grupos de Formação Desportiva têm filiação própria na FPN e no âmbito desportivo a sua participação é realizada em 3 Torneios de Grupos de Formação Desportiva sujeitos a regulamento específico independente a divulgar pela ANL e que respeita o documento da política Desportiva FPN para a presente época desportiva.

3. PROVAS ORGANIZADAS PELA ANL

3.1. Arbitragem

Todas as competições realizadas no território da Associação de Natação de Lisboa terão arbitragem a cargo do Concelho Regional de Arbitragem da ANL

3.2. Cronometragem

- a) Todas as competições de Cadetes de organização da ANL terão cronometragem manual;
- b) Todas as competições de organização ANL nas categorias de Infantis, Juvenis, Juniores, Seniores ou Absolutas, terão cronometragem eletrónica;

- c) Excetua-se ao ponto anterior as competições que, por natureza técnica ou financeira impossibilitem a utilização daquele sistema de cronometragem;

3.3. Regulamentos Específicos

Os Regulamentos específicos de cada prova encontram-se em estrita observância com os Regulamentos Federativos;

3.4. Organização das Séries:

Salvo o regulamento específico de competição assim o indique os nadadores serão agrupados por séries de acordo com o seu tempo de inscrição;

3.5. Duração das Sessões

Findo o período de inscrições, sempre que a uma sessão tiver duração prevista superior a 3h45min, pode Associação de Natação de Lisboa decidir proceder ao ajuste do regime de participação ou à eliminação de provas do programa. Quaisquer alterações a implementar serão submetidas a aprovação na FPN e dadas a conhecer aos clubes participantes de modo a que estes possam proceder em conformidade dentro dos prazos definidos.

3.6. Partidas

Todas as competições autorizadas pela ANL serão sempre realizadas com uma só partida;

3.7. Entrega da Constituição de Estafetas

Salvo regulamentação específica, todas as alterações às constituições de estafetas deverão ser realizadas até 30 minutos antes do início da respetiva Jornada/Sessão;

3.8. Reuniões de Delegados

Salvo outra regulamentação as reuniões de delegados terão lugar **45 minutos** antes do início de cada sessão;

3.9. Programas de Prova

Cada clube com número igual ou superior a dez (10) nadadores inscritos terá direito a receber dois (2) programas de prova; caso contrário terá apenas direito a um (1) programa de prova;

3.10. Venda de Programas

A venda de programas nas competições organizadas pela ANL estará sujeita aos seguintes valores:

- Programa do Meeting Internacional de Lisboa 4€ (Programa Oficial)
- 0,50€ (Finais)
- Campeonatos e Torneio Nadador Completo de Infantis e Juvenis 3€
- Restantes provas 2€

3.11. Resultados

Os resultados serão disponibilizados em:

- www.anlisboa.pt
- <http://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&Nation=POR>

3.12. Protestos

- a) Todos os protestos deverão ser entregues por escrito ao juiz-árbitro até 30 minutos após o final da sessão e acompanhados de uma taxa de 40€. Caso o protesto seja deferido, o valor da taxa será devolvido.
- b) Todos os protestos deverão ser baseados em questões de direito e será apreciado pelo Júri de Apelo composto pelo Diretor da Prova, Representante nomeado pelo Conselho Regional de Arbitragem da ANL, e Diretor Técnico da ANL.

4. INSCRIÇÕES EM PROVAS DE ORGANIZAÇÃO A.N.L.

4.1. Participação

- a) Podem participar nadadores pertencentes à ANL desde que, devidamente filiados na disciplina de Natação Pura até à data limite de inscrição na competição em causa;
- b) A confirmação do pagamento terá de ser realizada até 48h após a conclusão do prazo de alterações. A ausência do pagamento implica que os atletas sejam retirados da competição;
- c) Podem também participar, em regime extra-competição, atletas não pertencentes à ANL, desde que:
 - Cumpram o estipulado em **4.1 a)**;
 - A participação seja devidamente autorizada pelo Departamento Técnico da ANL;

4.2. Local e Forma

- a) Todas as inscrições deverão ser realizadas via eletrónica, através do programa informático Team Manager da Geologix ou pelo Entry Editor, e os respetivos ficheiros enviados para o e-mail específico: inscricoes@anlisboa.pt
- b) Para todas as provas organizadas pela ANL ou pelos Clubes seus associados, o processo de inscrições deve respeitar o disposto no Regulamento de Inscrições em prova (**Anexo II**);

4.3. Data e hora limite

As datas e horas limites para as inscrições de cada uma das provas regionais constarão do respetivo Regulamento Específico de cada competição.

4.4. Tempos de Inscrição

Provas Individuais

- a) Os tempos de inscrição para cada prova deverão corresponder ao melhor registo obtido de acordo com os prazos estipulados em regulamento específico;
- b) Todos os tempos de inscrição serão verificados e se necessário automaticamente retificados, de acordo com os registos da base de dados do Swimrankings, à data limite para o envio das inscrições;
- c) Sempre que necessário, para efeitos de conversão de tempos entre piscinas de diferente tipologia, será utilizada a percentagem de 3% para as provas de Bruços e Mariposa, e de 2% para os restantes estilos;

- d) Sempre que um atleta não tenha qualquer registo de tempo para a prova a participar, ser-lhe-á atribuído um tempo igual ao pior registo de inscrição observado para a sua categoria;
- e) Com base em registos anteriores, o Departamento Técnico da ANL tem ainda autonomia para ajustar os tempos de inscrição desde que devidamente fundamentada esta opção;

Provas de Estafetas

- a) Na inscrição de equipas de estafetas é obrigatório estar definido o tempo de inscrição, a categoria, e a completa constituição dos elementos que a integram;
- b) O tempo de inscrição deverá corresponder à soma dos parciais dos atletas que constituem a equipa;
- c) Todas as inscrições de estafetas que deem entrada sem tempo, constituição, ou categoria definida, não serão consideradas;

4.5. Inscrições tardias, alteração de inscrições e anulações

- a) O processo de inscrições tardias, alterações ou anulações, deve respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas e apresentado no Anexo II;
- b) Em incumprimento do prazo estabelecido para o envio das suas inscrições, a aceitação destas só poderá ser feita após o pagamento da multa estipulada na alínea **c)** do articulado em **4.8**;
- c) Após o prazo de alterações, as anulações de participação em provas não isentam o clube do pagamento das taxas de inscrição efetuadas;

4.6. Mínimos de participação

- a) Em todas as competições para as quais estejam definidos mínimos de participação, poderão ser inscritos todos os atletas e equipas de estafetas que, dentro dos prazos definidos em regulamento específico tenham efetuado tempos iguais ou inferiores aos estabelecidos, desde que devidamente homologados à data limite de envio das inscrições.
- b) Salvo o regulamento específico do evento assim indique, podem ainda inscrever-se atletas ou equipas que não respeitem o definido em **4.6 a)** estando no entanto sujeitos à aplicação das taxas definidas no disposto em **4.8 c)** caso os resultados obtidos na competição em causa não cumpram os mínimos estabelecidos.
- c) A faturação resultante da aplicação das sanções previstas no disposto anterior será enviada para os respetivos clubes que por sua vez dispõem de 5 dias úteis para contestar as mesmas junto da ANL. Após este prazo não serão aceites quaisquer reclamações sobre a aplicação das sanções.

4.7. Cotas de participação

Caso o regulamento específico de competição assim o indique, estarão os Clubes participantes sujeitos às cotas de participação neles definidos;

4.8. Taxas e multas

a) Taxas de Inscrição em Provas de Organização ANL

Salvo regulamentação específica, os valores das taxas são de acordo com a tabela apresentada:

Clubes ANL		Categorias	Outros Clubes	
Provas individuais	Estafetas		Provas	Estafetas
1,00 €	3,00 €	Cadetes	2,00 €	5,00 €
1,50 €	4,50 €	Infantis e Juvenis	2,50 €	8,00 €
2,00 €	6,00 €	Juniores e Seniores	3,00 €	10,00 €

b) Taxas por incumprimento de Mínimos de Acesso

Provas de	Tempo	Inf., Juv., Jun. e Sen	Cadetes
50 Metros	0*01 a 1*50	2,00 €	1,00 €
	> 1*50	10,00 €	5,00 €
100 Metros	0*01 A 3*00	2,00 €	1,00 €
	> 3*00	10,00 €	5,00 €
200 Metros	0*01 a 6*00	2,00 €	1,00 €
	> 6*00	10,00 €	5,00 €
400 Metros	0*01 A 10*00	2,00 €	1,00 €
	> 10*00	10,00 €	5,00 €
800 Metros	0*01 a 15*00	2,00 €	1,00 €
	> 15*00	10,00 €	5,00 €
1500 Metros	0*01 a 20*00	2,00 €	1,00 €
	> 20*00	10,00 €	5,00 €

c) Multas de inscrições Tardias e Faltas

Inscrições Tardias (valor por equipa)	50,00 €
Falta – Prova Individual	2,00 €
Falta – Prova de Estafeta	6,00 €

4.9. Faltas

- Todas as faltas de comparência que não tenham enquadramento no disposto do ponto 6 do Regulamento de Inscrições (RIC, Anexo II) estão sujeitas à apresentação de Atestado Médico justificativo sob pena dos clubes serem penalizados de acordo com as multas definidas em **4.8**;
- Os originais das justificações médicas têm de entregues nos serviços administrativos da ANL até 3 dias úteis após a realização da competição. Findo este prazo serão aplicadas as taxas previstas em **4.8 d**).

4.10. Isenções de taxas

Ficam isentos do pagamento de taxas de inscrição todos os atletas pertencentes à ANL:

- Que integrem o Regime de Alto Rendimento;
- Que a partir de 1 de Março de 2016 tenham integrado a Seleção Nacional em competições fora do território nacional;

5. REGIME DE DESLOCAÇÕES FORA DA ÁREA DA A.N.L.

5.1. Nacionais

- a) Em observância com o disposto no Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, Secção V, artigo 143º, a deslocação e participação de atletas fora da área da ANL está sujeita à formalização do respetivo pedido com **antecedência mínima de 10 dias, a qual deverá ser enviada via correio eletrónico para:**

dtr@anlisboa.pt

- b) Excetua-se ao disposto na alínea anterior:
- A participação de atletas ou equipas convocadas para a integração de estágios ou seleções de âmbito regional ou nacional;
 - A participação de atletas em competições destinadas às suas categorias e que integrem o Plano de Alto Rendimento;
- c) A autorização de deslocações que sejam coincidentes em data e categorias com provas do calendário da ANL, estão sujeitas a:
- Formalização de pedido de autorização enviado com a antecedência mínima de 15 dias onde deverá constar a devida fundamentação;
 - A deliberação do pedido será realizada pela Direcção da ANL, e após análise do parecer do Departamento Técnico;
- d) O incumprimento ao disposto da alínea **a), ou da alínea b)**, implica que a deslocação não seja autorizada;
- e) A ANL dará resposta a todos os pedidos até ao prazo de 3 dias úteis
- f) Caso se verifique a participação de atletas ou equipas associadas em provas fora do âmbito da A.N.L e sem a devida autorização, fica o respetivo clube sujeito ao pagamento da multa de **10€** por cada prova realizada (individual ou estafeta), bem como a não homologação dos resultados obtidos.

5.2. Internacionais

- a) De acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, Secção V, artigo 145º:
1. *Qualquer praticante, Clube, ou Seleção Distrital ou Regional, que pretenda deslocar-se ao estrangeiro deve solicitar previamente à F.P.N., através da sua Associação, autorização escrita solicitada com, pelo menos, 20 dias de antecedência da data da competição;*
 2. *No prazo máximo de cinco dias após a realização desta prova, deverá enviar à F.P.N. os resultados completos das competições em que participou;*
 3. *Quando nos resultados das competições de estafetas não forem incluídos os nomes de todos os nadadores, deverá o Clube Desportivo anexar a constituição das suas equipas;*

4. O incumprimento do disposto nos números anteriores implica, entre outros, a não homologação dos resultados obtidos."

- b) Para além do disposto em **5.2 a)**, as deslocações que sejam coincidentes em data e categorias com provas do calendário da ANL, estão sujeitas a:
- Formalização de pedido de autorização enviado com a antecedência mínima de 25 dias, onde deverá constar a devida fundamentação;
 - A deliberação do pedido será realizada pela Direcção da ANL, e após análise do parecer do Departamento Técnico;
- c) O incumprimento ao disposto da alínea **a)**, ou da alínea **b)**, implica que a deslocação não seja autorizada;
- d) A ANL dará resposta a todos os pedidos até ao prazo de 3 dias úteis

Caso se verifique a participação de atletas ou equipas associadas em provas fora do âmbito da A.N.L e sem a devida autorização, fica o respetivo clube sujeito ao disposto em **a)**.

6. COMPETIÇÕES NÃO ORGANIZADAS PELA ANL

- 6.1. A organização de competições oficiais dentro da área territorial da ANL deverá cumprir as normas dispostas no **Anexo III** do presente regulamento.
- 6.2. A aprovação dos regulamentos propostos bem como o processamento do serviço de inscrições e elaboração do programa informático de competição está sujeito à taxa única de **50€**, a ser pago **até ao 2º dia útil anterior à realização da competição**;

7. PAGAMENTOS

Todos os pagamentos à ANL poderão ser efetuados por:

- Transferência bancária realizada para:

IBAN: PT50 0018 0008 0404 3773 0207 5

Os comprovativos de pagamento deverão ser enviados para o e-mail geral@anlisboa.pt ou para inscricoes@anlisboa.pt no caso de pagamento de inscrições.

8. CASOS OMISSOS

- 8.1. Todos os casos omissos serão resolvidos pela Direcção da Associação de Natação de Lisboa de acordo com o Regulamento Geral da FPN.

NATAÇÃO PURA

REGULAMENTOS ESPECÍFICOS

Época 2016/2017

Associação de Natação de Lisboa

Campo Desportivo Carlos Queiroz, Rua Gaspar Barreiros, Sala 6, 2790-212 Carnaxide
NIF: 501 631 518 // Telefone: +350 917 950 382 // geral@anlisboa.pt // www.anlisboa.pt

Regulamento
Aprovado por:

FESTIVAL DE ABERTURA DE INFANTIS

1. **DATA:** 16 de Outubro de 2016
2. **LOCAL:** Algés (SAD)
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Sessão	16-Out-16	08h00	09h30
2ª Sessão		14h30	16h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Infantis;
- 4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até **duas (2) provas individuais por jornada**;
- 4.3. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever **uma (1) equipa por categoria**.

5. CLASSIFICAÇÕES

- 5.1. A classificação será realizada por prova e categoria;

6. INSCRIÇÕES

- 6.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **10 de Outubro de 2016**;
- 6.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Outubro de 2015** e **10 de Outubro de 2016**;
- 6.3. O período de alterações verifica-se entre o prazo limite estipulado para a entrega de inscrições e as **13h** do dia **12 de Outubro de 2016**;
- 6.4. O período de anulações ocorre entre o fim do Período de Alterações e as 15h do 2º dia útil anterior ao início da competição;

7. PROGRAMA

1ª Sessão (9h30)			2ª Sessão (16h00)		
1	4x100 Estilos	M	8	4x100 Estilos	F
2	200 Livres	F	9	200 Livres	M
3	200 Estilos	M	10	200 Estilos	F
Intervalo de 10'			Intervalo de 10'		
4	100 Mariposa (Inf.B)	F	11	100 Mariposa (Inf.B)	M
5	200 Mariposa (Inf.A)	F	12	200 Mariposa (Inf.A)	M
6	200 Costas	M	13	200 Costas	F
7	200 Bruços	F	14	200 Bruços	M

FESTIVAL DE ABERTURA DE JUVENIS, JUNIORES E SENIORES

1. **DATA:** 22 e 23 de Outubro de 2016
2. **LOCAL:** Setúbal (CNS)
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	22-Out-16	14h00	15h30
2ª Jornada	23-Out-16	14h00	15h30

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Juvenis, Júniores e Seniores;
 - 4.1.1. Nas provas 7 e 15 apenas podem participar atletas das categorias de Júniores e Seniores;
- 4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até **duas (2) provas individuais por jornada**;
- 4.3. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever apenas **uma (1) equipa** por prova.

5. CLASSIFICAÇÕES

- 5.1. A classificação será realizada por prova e categoria;

6. INSCRIÇÕES

- 6.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **17 de Outubro de 2016**;
- 6.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Outubro de 2015 e 17 de Outubro de 2016**;
- 6.3. O período de alterações verifica-se entre o prazo limite estipulado para a entrega de inscrições e as **13h** do dia **19 de Outubro de 2016**;
- 6.4. O período de anulações ocorre entre o fim do Período de Alterações e as 15h do 2º dia útil anterior ao início da competição;

7. PROGRAMA

1ª Jornada			2ª Jornada		
1	4x50 Livres	F	9	4x50 Livres	M
2	100 Livres	M	10	100 Livres	F
3	200 Estilos	F	11	200 Estilos	M
4	100 Bruços	M	12	100 Bruços	F
Intervalo de 10'			Intervalo de 10'		
5	100 Costas	F	13	100 Costas	M
6	100 Mariposa	M	14	100 Mariposa	F
7	100 Estilos	F	15	100 Estilos	M
8	4x50 Estilos	M	16	4x50 Estilos	F

TORREGRI 1

1. **DATA:** 29 e 30 de Outubro de 2016
2. **LOCAL:** Reboleira (CNA)
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	29-Out-16	14h00	15h00
2ª Jornada	30-Out-16	8h00	9h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Cadetes;
- 4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de **duas (2) provas individuais e uma (1) estafeta por sessão**;

5. RESULTADOS

- 5.1. Os resultados serão divulgados por prova e categoria;

6. INSCRIÇÕES

- 6.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **20 de Outubro de 2016**;
- 6.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Novembro de 2015** e **19 de Outubro de 2016**;
- 6.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

7. PROGRAMA

1ª Jornada				2ª Jornada			
1	4x25 Estilos	Cad - B	M	11	4x25 Estilos	Cad - B	F
2	4x25 Livres	Cad - B	F	12	4x25 Livres	Cad - B	M
3	50 (25M+25C)	Cad - B	M	13	50 (25M+25C)	Cad - B	F
4	50 (25C+25B)	Cad - B	F	14	50 (25C+25B)	Cad - B	M
5	50 (25B+25L)	Cad - B	M	15	50 (25B+25L)	Cad - B	F
Intervalo (10')				Intervalo (10')			
6	4x50 Estilos*	Cad - A	M	16	4x50 Estilos*	Cad - A	F
7	4x50 Livres	Cad - A	F	17	4x50 Livres	Cad - A	M
8	100 (50M+50C)	Cad - A	M	18	100 (50M+50C)	Cad - A	F
9	100 (50C+50B)	Cad - A	F	19	100 (50C+50B)	Cad - A	M
10	100 (50B+50L)	Cad - A	M	20	100 (50B+50L)	Cad - A	F

* 1ª e 2ª elementos nadam 25m Mariposa + 25m Costas, 3ª e 4ª elementos nadam 25m Bruços + 25 Crol

TORNEIO DE MEIO FUNDO INFANTIS E TORNEIO DE FUNDO JUVENIS

1. **DATA:** 12 e 13 de Novembro de 2016
2. **LOCAL:** Alapraia (ABVE)
3. **HORÁRIO:**

	Data	Sessão	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	12-Nov-16	1ª Sessão	14H00	15H30
		1ª Sessão	7h30	9h00
2ª Jornada	13-Nov-16	2ª Sessão	14h00	15h30

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Infantis e Juvenis que tenham obtido tempos iguais ou inferiores aos mínimos estabelecidos para cada prova, ou desde que sujeitos ao disposto em 4.6 b) das Disposições Gerais;
- 4.2. Em incumprimento dos mínimos estabelecidos fica o Clube sujeito ao pagamento da taxa única no valor de 5€ por prova;

5. ORGANIZAÇÃO DE SÉRIES

- 5.1. Nas categorias de Infantis, as séries serão organizadas por ordem tempo, da série da mais lenta para a mais rápida;
- 5.2. Nas categorias de Juvenis, as séries serão organizadas por ordem tempo, da série da mais rápida para a mais lenta;
- 5.3. Nas provas de 800L e 1500L as partidas serão dadas com os atletas na água e com uma das mãos em contacto com a parede.

6. MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO

TORNEIO DE MEIO FUNDO INFANTIS E TORNEIO DE FUNDO JUVENIS-FEMININOS

PROVAS	Infantil B 2005		Infantil A 2004		Juvenil B 2003		Juvenil A 2002	
	TAC P50	TAC P25	TAC P50	TAC P25	TAC P50	TAC P25	TAC P50	TAC P25
400L	06:09,12	06:01,88						
800L			11:57,11	11:43,05				
1500L					20:59,19	20:34,50	20:23,89	19:59,89
200E	03:30,13	03:26,01						
400E			07:04,35	06:56,03	06:30,37	06:22,72	06:19,44	06:11,99

TORNEIO DE MEIO FUNDO INFANTIS E TORNEIO DE FUNDO JUVENIS-MASCULINOS

PROVAS	Infantil B 2004		Infantil A 2003		Juvenil B 2002		Juvenil A 2001	
	TAC P50	TAC P25	TAC P50	TAC P25	TAC P50	TAC P25	TAC P50	TAC P25
400L	05:39,10	05:32,45						
800L			11:29,02	11:15,51				
1500L					20:03,93	19:40,33	19:41,84	19:18,66
200E	03:12,62	03:08,84						
400E			06:31,08	06:23,41	05:58,68	05:51,64	05:52,09	05:45,19

7. CLASSIFICAÇÕES

- 7.1. A classificação será realizada por prova e categoria.
- 7.2. Por categoria, será ainda realizada uma classificação do somatório de pontuações da tabela FINA 2015 das seguintes provas:

Infantis B	400 Livres + 200 Estilos
Infantis A	800 Livres + 400 Estilos
Juvenis	1500 Livres + 400 Estilos

.O somatório (1500L+400E ou 800L+400E ou 400L+200E) das pontuações FINA 2015 de cada nadador(a) definirá um **ranking nacional deste Torneio**. Este ranking permitirá atribuir um prémio aos três primeiros classificados individuais a nível nacional, para cada categoria e género, atribuídos diplomas aos 8 primeiros classificados.

Para o ranking nacional por equipas pontuam os três primeiros nadadores de cada clube, por categoria e género.

8. PRÉMIOS

- 8.1. Por categoria, serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de acordo com as classificações estabelecidas em 5.3.

9. INSCRIÇÕES

- 9.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **3 de Novembro de 2016**;
- 9.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Novembro de 2015** e **2 de Novembro de 2016**;
- 9.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

10. PROGRAMA

1ª Jornada			2ª Jornada 1ª Sessão		
1	200 Estilos (Inf.B)	F	7	1500 Livres (Juv)	F
2	200 Estilos (Inf.B)	M	8	1500 Livres (Juv)	M
3	400 Estilos (Inf.A)	F	2ª Sessão		
4	400 Estilos (Inf.A)	M			
Intervalo de 10'			9	400 Livres (Inf.B)	F
5	400 Estilos (Juv)	F	10	400 Livres (Inf.B)	M
6	400 Estilos (Juv)	M	Intervalo de 10'		
			11	800 Livres (Inf.A)	F
			12	800 Livres (Inf.A)	M

CAMPEONATOS ABSOLUTOS DE LISBOA – PISCINA CURTA

1. **DATA:** 18 a 20 de Novembro de 2016
2. **LOCAL:** Algés (SAD)
3. **HORÁRIO**

		Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	1ª Sessão	18-nov-16	14h30	16h00
2ª Jornada	1ª Sessão	19-nov-16	07h30	09h00
	2ª Sessão		14h30	16h00
3ª Jornada	1ª Sessão	20-nov-16	07h30	09h00
	2ª Sessão		14h30	16h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Podem participar nadadores Juvenis, Juniores e Seniores que tenham obtido tempos iguais ou inferiores aos mínimos estabelecidos para cada prova (Anexo I), ou desde que sujeitos ao disposto em 4.6 b) das Disposições Gerais;
 - a) Os atletas das categorias de **Juvenis** apenas poderão ser inscritos nas provas que constem do programa de provas do **Torneio Zonal de Juvenis**;
- 4.2. Nadadores das categorias de Juniores e Seniores poderão participar até ao máximo de **seis (6) provas individuais mais estafetas**. Nadadores das categorias de Juvenis poderão participar até ao máximo de **cinco (5) provas individuais mais estafetas**.
- 4.3. Cada nadador poderá competir até ao máximo de **duas (2) provas individuais por sessão**;
- 4.4. **Os atletas em Regime de Alto Rendimento não estão sujeitos ao estipulado em 4.2 e 4.3**
- 4.5. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever **uma (1) equipa em regime de absolutos** (constituída apenas por atletas juniores e seniores), **uma (1) de Juvenis A** e **uma (1) de Juvenis B**;
 - a) Todas as estafetas constituídas em regime de absolutos estão sujeitas ao cumprimento dos mínimos definidos para a categoria sénior;

5. CLASSIFICAÇÕES

- 5.1. A classificação será realizada por prova em regime de absolutos;

6. PRÉMIOS

- 6.1. Por prova, serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados de acordo com a classificação estabelecida em 5.1;

7. INSCRIÇÕES

- 7.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **9 de Novembro de 2016**;
- 7.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Novembro de 2015** e **8 de Novembro de 2016**;
- 7.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

8. PROGRAMA

1ª JORNADA			2ª JORNADA			3ª JORNADA		
			1ª Sessão			1ª Sessão		
	10	1500 Livres	F		28	800 Livres	F	
	11	100 Bruços	M		29	200 Bruços	M	
	12	100 Bruços	F		30	200 Bruços	F	
	13	200 Costas	M		31	50 Mariposa	M	
	14	200 Costas	F		32	50 Mariposa	F	
			Entrega de Medalhas (10-12)			Entrega de Medalhas (28-30)		
	15	100 Mariposa	M		33	400 Estilos	M	
	16	100 Mariposa	F		34	400 Estilos	F	
	17	4x100 Estilos	M		35	4x100 Livres	M	
	18	4x100 Estilos	F		36	4x100 Livres	F	
			Entrega de Medalhas (13-18)			Entrega de Medalhas (31-36)		
1ª Sessão			2ª Sessão			2ª Sessão		
1	1500 Livres	M	19	800 Livres	M	37	400 Livres	M
2	100 Livres	F	20	200 Estilos	F	38	400 Livres	F
3	100 Livres	M	21	200 Estilos	M	39	200 Mariposa	M
4	50 Bruços	F	22	50 Costas	F	40	200 Mariposa	F
5	50 Bruços	M	23	50 Costas	M	41	50 Livres	M
Entrega de Medalhas (1-3)			Entrega de Medalhas (19-21)			42	50 Livres	F
6	100 Estilos	F	24	200 Livres	F	Entrega de Medalhas (37-40)		
7	100 Estilos	M	25	200 Livres	M	43	100 Costas	M
8	4x50 Livres	F	26	4x50 Estilos	F	44	100 Costas	F
9	4x50 Livres	M	27	4x50 Estilos	M	45	4x200 Livres	M
Entrega de Medalhas (4-9)			Entrega de Medalhas (22-27)			46	4x200 Livres	F
						Entrega de Medalhas (41-46)		

FESTIVAL DE NATAL DE CADETES

1. **DATA:** 3 e 4 de Dezembro de 2016
2. **LOCAL:** Setúbal (CNS)
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	3-Dez-16	14h00	15h00
2ª Jornada	4-Dez-16	08h00	09h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias Cadetes;
- 4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de **três (3) provas individuais** neste Festival, não podendo exceder o limite de duas **(2) provas individuais por Jornada, e de uma (1) estafeta por Jornada;**
- 4.3. A constituição das equipas para as provas de estafetas deverá ser feita por categoria (Cadetes A, Cadetes B), até ao limite de três (3) estafetas por equipa participante;
 - 4.3.1. Respeitando o estipulado em 4.3, podem os clubes constituir estafetas mistas por categoria (2 masculinos e 2 femininos) sendo que as mesmas serão nadadas em conjunto com as séries masculinas;

5. RESULTADOS

- 5.1. Os resultados serão divulgados por prova e categoria;

6. INSCRIÇÕES

- 6.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **24 de Novembro de 2016;**
- 6.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Novembro de 2015 e 23 de Novembro de 2016;**
- 6.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

7. PROGRAMA

1ª Jornada				2ª Jornada			
1	100 Costas	Cad - A	F	13	100 Costas	Cad - A	M
2	100 Bruços	Cad - A	M	14	100 Bruços	Cad - A	F
3	100 Mariposa	Cad - A	F	15	100 Mariposa	Cad - A	M
4	200 Livres	Cad - A	M	16	200 Livres	Cad - A	F
5	4x50 Livres	Cad - A	F	17	4x50 Livres	Cad - A	M
6	4x50 Estilos	Cad - A	M	18	4x50 Estilos	Cad - A	F
Aquecimento (30')				Aquecimento (30')			
7	50 Costas	Cad - B	F	19	50 Costas	Cad - B	M
8	50 Bruços	Cad - B	M	20	50 Bruços	Cad - B	F
9	50 Mariposa	Cad - B	F	21	50 Mariposa	Cad - B	M
10	100 Livres	Cad - B	M	22	100 Livres	Cad - B	F
11	4x50 Livres	Cad - B	F	23	4x50 Livres	Cad - B	M
12	4x50 Estilos	Cad - B	M	24	4x50 Estilos	Cad - B	F

TORNEIO DE PREPARAÇÃO DE INFANTIS

1. **DATA:** 11 de Dezembro de 2016
2. **LOCAL:** Santo António dos Cavaleiros (GESL)
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	11-Dez-16	14h00	15h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias Infantis;
- 4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de **duas (2) provas individuais, e de uma (1) estafeta ou de uma (1) prova individual e duas (2) estafetas;**
- 4.3. Cada equipa poderá inscrever até duas equipas de estafetas sendo que as mesmas poderão ser constituídas por género independentemente dos escalões;

5. RESULTADOS

- 5.1. Os resultados serão divulgados por prova e categoria com exceção das estafetas que serão de categoria agrupada;

6. INSCRIÇÕES

- 6.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **1 de Dezembro de 2016;**
- 6.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Dezembro de 2015** e **30 de Novembro de 2016;**
- 6.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

7. PROGRAMA

1ª Jornada			
1	4x100 Livres	Infantis	F
2	4x100 Livres	Infantis	M
3	200 Estilos	Infantis	F
4	200 Estilos	Infantis	M
Intervalo (10')			
5	200 Livres	Inf - B	F
6	200 Livres	Inf - B	M
7	400 Livres	Inf - A	F
8	400 Livres	Inf - A	M
Intervalo (10')			
9	4x100 Estilos	Infantis	F
10	4x100 Estilos	Infantis	M

FESTIVAL DE JANEIRO DE INFANTIS E JUVENIS

1. **DATA:** 21 e 22 de Janeiro de 2017
2. **LOCAL:** Setúbal (CNS)
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	21-Jan-17	14h00	15h30
2ª Jornada	22-Jan-17	14h00	15h30

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Infantis e Juvenis;
- 4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de **duas (2) provas individuais**;
- 4.3. Nas provas **1 e 6, por Categoria (Infantil B, Infantil A, Juvenil B, Juvenil A)**, apenas serão aceites os 16 melhores tempos de inscrição;

5. INSCRIÇÕES

- 5.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **12 de Janeiro de 2017**;
- 5.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Janeiro de 2016 e 11 de Janeiro de 2017**;
- 5.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

6. CLASSIFICAÇÕES

- 6.1. A classificação será realizada por prova e categoria.

7. PROGRAMA

	1ª Jornada			2ª Jornada		
1	400 Livres	M		6	400 Livres	F
2	200 Estilos	F		7	200 Estilos	M
3	200 Braços	M		8	200 Braços	F
4	200 Costas	F		9	200 Costas	M
5	200 Mariposa	M		10	200 Mariposa	F

FESTIVAL REGIONAL DE CLUBES DE CADETES

1. **DATA:** 28 e 29 de Janeiro de 2016
2. **LOCAL:** Loures (GESL)
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	28-Jan-17	14h30	16h00
2ª Jornada	29-Jan-17	14h30	16h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Cadetes;
- 4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de **três (3) provas individuais**, não podendo exceder o limite de **(2) duas provas individuais por Jornada**;
- 4.3. Cada Clube apenas poderá inscrever **dois (2) atletas** por prova;
 - 4.3.1. Em caso de uma equipa não apresentar número suficiente de nadadores para cumprir todas as provas do programa, o clube obterá **zero (0) pontos** nas provas em que não se faça representar, podendo no entanto continuar a pontuar nas restantes provas;
- 4.4. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever apenas **uma (1) equipa** por prova;
- 4.5. Cada clube poderá realizar **duas (2) substituições** por jornada, até ao limite de uma hora antes do início de cada jornada, desde que:
 - 4.5.1. Os nadadores substitutos estejam inscritos no torneio;
 - 4.5.2. Sejam respeitados os pontos 4.1, 4.2 e 4.3;
- 4.6. Neste Torneio não serão cobradas quaisquer taxas relativas ao estipulado em 4.8 e 4.9 das Disposições Gerais;

5. RESULTADOS

- 5.1. Os resultados serão divulgados por prova.

6. CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA

- 6.1. A classificação será atribuída pelo somatório de pontos atribuídos por prova e de acordo com a seguinte tabela:

1º Lugar	12 Pontos	7º Lugar	6 Pontos
2º Lugar	11 Pontos	8º Lugar	5 Pontos
3º Lugar	10 Pontos	9º Lugar	4 Pontos
4º Lugar	9 Pontos	10º Lugar	3 Pontos
5º Lugar	8 Pontos	11º Lugar	2 Pontos
6º Lugar	7 Pontos	12º Lugar	1 Ponto

7. DIPLOMAS

- 7.1. Serão atribuídos diplomas a todos os Clubes participantes;

8. INSCRIÇÕES

- 8.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **19 de Janeiro de 2017**.
- 8.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Janeiro de 2016 e 17 de Janeiro de 2017**;
- 8.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).
- 8.4. A taxa de inscrição por Clube é de **40 €**;

9. PROGRAMA

1ª Jornada			2ª Jornada		
1	100 Costas	M	10	100 Costas	F
2	100 Bruços	F	11	100 Bruços	M
3	100 Mariposa	M	12	100 Mariposa	F
4	100 Livres	F	13	100 Livres	M
5	400 Livres (Cad-A)	M	14	400 Livres (Cad-A)	F
6	200 Livres (Cad-B)	M	15	200 Livres (Cad-B)	F
7	100 Estilos	F	16	100 Estilos	M
Intervalo (10')			Intervalo (10')		
8	4x50 Estilos	M	17	4x50 Estilos	F
9	4x100 Livres	F	18	4x100 Livres	M

IX MEETING INTERNACIONAL DE LISBOA

Este Meeting terá lugar no **Complexo de Piscinas do Jamor**, nos dias **18 e 19 de Fevereiro de 2017** em piscina de 50 metros, 10 pistas, aquecida, e com cronometragem eletrónica.

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO

1.1. A competição é organizada pela Associação de Natação de Lisboa (ANL).

2. REGRAS

2.1. A competição decorrerá de acordo com o regulamento da FINA e da Federação Portuguesa de Natação (FPN);

2.2. Será utilizada a regra SW4.4 da FINA

3. PAINEL DE JUÍZES

3.1. Nos termos do Regulamento Nacional de Arbitragem, o Juiz Árbitro e Juiz de Partidas serão objeto de nomeação específica. O restante painel de juizes pertencem ao Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Natação de Lisboa;

4. PARTICIPAÇÃO

4.1. Poderão participar todos os Clubes, Seleções Distritais/Regionais ou Nacionais, Clubes e Seleções Estrangeiras, convidados pela ANL, e desde que membros da FINA.

4.2. A participação é em regime de Open – Absolutos

5. COMPETIÇÃO

5.1. Horários

	Data	Sessão	Aquecimento	Início de Provas
1ª Dia	18-Fev-17	Eliminatórias	7h30	9h00
		Finais	15h00	16h30
2ª Dia	19-Fev-17	Eliminatórias	7h30	9h00
		Finais	15h00	16h30

5.2. A competição é repartida por duas jornadas, cada uma constituída por uma sessão de eliminatórias e uma sessão de finais;

5.3. Os períodos de aquecimento começam 90 minutos antes do início das provas, termina 15 minutos antes da primeira prova da respetiva sessão;

5.4. Caso a organização assim o decida, as eliminatórias e as séries lentas de 400 Estilos, 800 Livres e 1500 Livres serão realizadas em 8 pistas;

5.5. Eliminatórias:

5.5.1. As sessões da manhã corresponderão às eliminatórias de cada prova, bem como às séries lentas de 400 Estilos, 800 Livres e 1500 Livres;

5.5.2. As provas da manhã são realizadas em **10 pistas**, organizadas por cabeças de série;

5.5.2.1. Se numa prova existir um número igual ou inferior a **dez (10)** inscrições não haverá lugar a séries eliminatórias sendo realizada uma Final A direta. Se o número for inferior a **vinte (20)** apenas será realizada Final A;

5.5.3. Nas provas de **400 Estilos, 800 Livres e 1500 Livres**:

5.5.3.1. Serão apenas considerados os **20 melhores tempos de inscrição**, ficando como suplentes os restantes atletas.

5.5.3.2. Todas as desistências nestas provas deverão ser comunicadas até 72 horas antes do início da competição, sendo os atletas substituídos pelos nadadores suplentes de acordo com os tempos de inscrição;

5.5.3.3. Em incumprimento do 5.5.3.2, o Clube/Seleção fica sujeito ao pagamento de uma taxa no valor de **30 €**.

5.5.4. Cada Clube/Seleção pode inscrever apenas uma equipa de estafetas por prova;

5.5.5. A constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue na Mesa do Júri antes do início da respetiva sessão;

5.6. Apuramento para Finais:

5.6.1. O apuramento de atletas e equipas para as finais dos atletas será realizado do seguinte modo:

5.6.1.1. Para cada prova, serão apurados para a final A os 10 primeiros classificados das eliminatórias, em regime de absolutos, ficando o 11º e o 12º classificados como suplentes;

5.6.1.2. Para cada prova, serão apurados para a final B os nadadores classificados do 11º ao 20º lugar das eliminatórias, em regime de absolutos, ficando o 21º e o 22º classificados como suplentes;

5.6.1.3. Caso dois ou mais nadadores fiquem empatados num lugar da classificação onde um ou mais atletas tenham de ser excluídos da final, haverá lugar à realização de um "swim-off" com os nadadores em questão, 30 minutos após o final da sessão ou antes caso os participantes assim acordem;

5.6.1.4. Nas provas de estafetas apenas será realizada final A;

5.6.2. Todas as desistências para as Finais deverão ser comunicadas à Organização até 30 minutos após a conclusão da respetiva sessão de eliminatórias.

5.6.3. Em incumprimento do ponto 5.6.2 o Clube/Seleção fica sujeito ao pagamento de uma taxa no valor de **70 €**.

5.7. Finais:

5.7.1. As sessões da tarde correspondem às séries rápidas de 400 Estilos, 800 Livres e 1500 Livres e às finais A e B de cada prova;

5.7.2. As Finais de cada prova serão realizadas pela seguinte ordem: final A, final B;

6. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

6.1. As classificações individuais de cada prova serão divulgadas em regime de absolutos;

7. CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA

7.1. As classificações coletivas serão separadas em:

- Coletiva de Clubes
- Coletiva de Seleções

7.2. O apuramento das classificações gerais coletivas será encontrado pelo somatório de pontos atribuídos por prova em regime de absolutos, e de acordo com a seguinte tabela:

Classificação	Pontos	Classificação	Pontos
1º Lugar	18 Pontos	9º Lugar	8 Pontos
2º Lugar	15 Pontos	10º Lugar	7 Pontos
3º Lugar	14 Pontos	11º Lugar	6 Pontos
4º Lugar	13 Pontos	12º Lugar	5 Pontos
5º Lugar	12 Pontos	13º Lugar	4 Pontos
6º Lugar	11 Pontos	14º Lugar	3 Pontos
7º Lugar	10 Pontos	15º Lugar	2 Pontos
8º Lugar	9 Pontos	16º Lugar	1 Ponto

7.3. A qualquer desclassificação será atribuída 0 pontos;

7.4. Em caso de empate entre dois ou mais nadadores numa prova, os pontos a atribuir serão igual ao somatório de pontos dos lugares por eles ocupados a dividir pelo número de nadadores envolvidos;

7.5. Nas provas de estafetas a pontuação será a dobrar;

8. PRÉMIOS

8.1. Prémios Individuais

8.1.1. Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados absolutos de cada Final A;

8.1.2. Serão ainda atribuídos prémios financeiros de acordo com a seguinte tabela:

Prémios/Prova	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar
Prova Individual	50 €	25 €	10 €
Estafetas	100 €	50 €	25 €

8.1.3. Será atribuído um troféu ao nadador e à nadadora mais pontuados pela Tabela FINA mais recente em vigor;

8.2. Prémios de Recordes

8.2.1. Serão atribuídos prémios monetários pelo estabelecimento de novos recordes nacionais de acordo com a seguinte tabela:

Recorde Nacional Absoluto (Portugal)	200 €
--------------------------------------	-------

8.2.2. Para efeito da atribuição de prémios, apenas serão considerados os recordes estabelecidos nas finais;

8.2.3. Sempre que um atleta obtenha mais que um recorde na mesma prova, apenas o prémio mais elevado será atribuído

8.3. Prémios Coletivos

- 8.3.1.** Serão atribuídas Taças aos Clubes classificados nos três primeiros lugares de acordo com a classificação definida em 7;
- 8.3.2.** Será atribuída uma (1) Taça para a melhor Seleções classificada de acordo com a classificação definida em 7;
- 8.3.3.** No caso de se verificarem empates na atribuição dos prémios coletivos, será utilizado como critério de desempate o número de 1^{os} lugares alcançados. Se não for suficiente serão utilizados os 2^{os} lugares, os 3^{os} lugares e assim sucessivamente.

8.4. Outros Prémios

- 8.4.1.** Poderão ser atribuídos outros prémios, sendo os mesmos divulgados atempadamente;

8.5. Os Prémios não recebidos não serão enviados

9. TEMPOS DE ADMISSÃO

- 9.1.** Nas eliminatórias, sempre que o tempo de admissão não for cumprido e o atleta não seja apurado para as finais, o Clube/Seleção fica sujeito ao pagamento de uma taxa de **5 €**;
- 9.2.** Nas finais, sempre que o tempo de admissão não for cumprido, o Clube/Seleção fica sujeito ao pagamento de uma taxa de **5 €**;

9.3. Tabela de Tempos:

FEMININOS			MASCULINOS	
Juniores	+ novos		Juniores	+ novos
Seniores			Seniores	
30,50	30,50	50 L	27,00	27,00
01:05,00	01:08,50	100 L	57,90	01:02,00
02:20,00	02:27,00	200 L	02:04,00	02:15,00
04:56,00	05:12,00	400 L	04:25,00	04:44,00
10:05,00	10:10,00	800/1500 L	18:10,00	18:10,00
04:25,00	04:25,00	4x100 L	03:55,00	03:55,00
00:38,00	00:38,00	50 B	00:33,00	00:33,00
01:22,00	01:28,00	100 B	01:13,00	01:19,00
02:58,00	03:10,00	200 B	02:38,00	02:49,00
35,00	35,00	50 C	31,00	31,00
01:13,50	01:18,00	100 C	01:05,20	01:11,00
02:38,00	02:45,00	200 C	02:21,50	02:33,00
32,50	32,50	50 M	28,50	28,50
01:11,00	01:16,00	100 M	01:03,00	01:09,00
02:38,00	02:47,00	200 M	02:20,00	02:35,00
02:38,00	02:46,00	200 E	02:20,00	02:34,00
05:36,00	05:36,00	400 E	05:04,00	05:04,00
05:03,00	05:03,00	4x100 E	04:28,00	04:28,00

10. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA (18 de Fevereiro de 2017)

Eliminatórias (9h00)

1ª Prova	800 Livres SL	F
2ª Prova	50 Mariposa	M
3ª Prova	50 Bruços	F
4ª Prova	400 Livres	M
5ª Prova	50 Livres	F
6ª Prova	50 Costas	M
7ª Prova	400 Estilos SL	F
8ª Prova	200 Estilos	M
9ª Prova	100 Costas	F
10ª Prova	200 Mariposa	M
11ª Prova	100 Mariposa	F
12ª Prova	100 Livres	M
13ª Prova	200 Bruços	F
14ª Prova	100 Bruços	M
15ª Prova	200 Livres	F
16ª Prova	200 Costas	M
17ª Prova	4x100 Estilos	F
18ª Prova	4x100 Livres	M

Desfile (16h15)

Finais (16h30)

1ª Prova	800 Livres SR	F	Final A
2ª Prova	50 Mariposa	M	Final A - B
3ª Prova	50 Bruços	F	Final A - B
4ª Prova	400 Livres	M	Final A - B
Entrega de Medalhas (Prova 1 a 4)			
5ª Prova	50 Livres	F	Final A - B
6ª Prova	50 Costas	M	Final A - B
7ª Prova	400 Estilos SR	F	Final A
8ª Prova	200 Estilos	M	Final A - B
9ª Prova	100 Costas	F	Final A - B
10ª Prova	200 Mariposa	M	Final A - B
11ª Prova	100 Mariposa	F	Final A - B
Entrega de Medalhas (Prova 5 a 11)			
12ª Prova	100 Livres	M	Final A - B
13ª Prova	200 Bruços	F	Final A - B
14ª Prova	100 Bruços	M	Final A - B
15ª Prova	200 Livres	F	Final A - B
16ª Prova	200 Costas	M	Final A - B
Entrega de Medalhas (Prova 12 a 16)			
17ª Prova	4x100 Estilos	F	Final A
18ª Prova	4x100 Livres	M	Final A
Entrega de Medalhas (Prova 17 e 18)			

2ª JORNADA (19 de Fevereiro de 2017)

Eliminatórias (9h00)

19ª Prova	1500 Livres SL	M
20ª Prova	50 Mariposa	F
21ª Prova	50 Bruços	M
22ª Prova	400 Livres	F
23ª Prova	50 Livres	M
24ª Prova	50 Costas	F
25ª Prova	400 Estilos SL	M
26ª Prova	200 Estilos	F
27ª Prova	100 Costas	M
28ª Prova	200 Mariposa	F
29ª Prova	100 Mariposa	M
30ª Prova	100 Livres	F
31ª Prova	200 Bruços	M
32ª Prova	100 Bruços	F
33ª Prova	200 Livres	M
34ª Prova	200 Costas	F
35ª Prova	4x100 Estilos	M
36ª Prova	4x100 Livres	F

Finais (16h30)

19ª Prova	1500 Livres SR	M	Final A
20ª Prova	50 Mariposa	F	Final A - B
21ª Prova	50 Bruços	M	Final A - B
22ª Prova	400 Livres	F	Final A - B
Entrega de Medalhas (Prova 19 a 22)			
23ª Prova	50 Livres	M	Final A - B
24ª Prova	50 Costas	F	Final A - B
25ª Prova	400 Estilos SR	M	Final A
26ª Prova	200 Estilos	F	Final A - B
27ª Prova	100 Costas	M	Final A - B
28ª Prova	200 Mariposa	F	Final A - B
29ª Prova	100 Mariposa	M	Final A - B
Entrega de Medalhas (Prova 23 a 29)			
30ª Prova	100 Livres	F	Final A - B
31ª Prova	200 Bruços	M	Final A - B
32ª Prova	100 Bruços	F	Final A - B
33ª Prova	200 Livres	M	Final A - B
34ª Prova	200 Costas	F	Final A - B
Entrega de Medalhas (Prova 30 a 34)			
35ª Prova	4x100 Estilos	M	Final A
36ª Prova	4x100 Livres	F	Final A
Entrega de Medalhas (Prova 35 e 36)			

11. INSCRIÇÕES

11.1. As inscrições deverão dar entrada **via Internet para inscricoes@anlisboa.pt até às 24h do dia 2 de Fevereiro de 2017**. Para efeitos de inscrição deverão ser considerados os tempos obtidos entre **1 de Janeiro de 2016 e 1 de Fevereiro de 2017**;

11.2. A inscrição deverá ser acompanhada de uma caução de 25 € para garantir o cumprimento do pagamento dos FTL, caso existam. No final do torneio, depois de apurado os resultados, a totalidade do valor ou o valor remanescente será devolvido.

11.3. As taxas de inscrição serão as seguintes:

- Cada Prova Individual - **5 €**
- Cada Estafeta - **10 €**

11.4. **As inscrições** devem realizadas por via eletrónica, através do programa informático Team Manager da Geologix ou Entry Editor. Qualquer anomalia implicará a sua anulação.

11.4.1. O pagamento das inscrições deverá ser efetuado no ato de entrega das mesmas através de:

- Transferência bancária realizada para:

NIB: 0038 0000 3796 2043 7711 5 ou IBAN: PT50 0038 0000 3796 2043 7711 5;

- Depósito em conta **N.º 00 037 962 043/77/10 do SANTANDER TOTTA**. Nestes casos deverá o respetivo comprovativo ser enviado para o e-mail inscricoes@anlisboa.pt.

11.4.2. A aceitação das inscrições fica condicionada à receção do pagamento.

12. CASOS OMISSOS

Acima deste regulamento, e para todos os casos omissos, vigora o Regulamento da Federação Portuguesa de Natação

13. JÚRI DE APELO

Todos os protestos deverão ser entregues por escrito ao juiz-árbitro até 30 minutos após o final da sessão e acompanhados de uma taxa de **100€**. Caso o protesto seja deferido, o valor da taxa será devolvido.

Todos os protestos deverão ser baseados em questões de direito e será apreciado pelo Júri de Apelo composto pelos seguintes membros:

- **Diretor à Prova**
- **Diretor Técnico Regional**
- **Elemento do Conselho Regional de Arbitragem**

TORNEIO REGIONAL DE CLUBES DE INFANTIS

1. **DATA:** 25 e 26 de Fevereiro de 2017
2. **LOCAL:** Loures (GESL)
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	25-Fev-17	14h00	15h30
2ª Jornada	26-Fev-17	14h00	15h30

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Infantis A e Infantis B;
- 4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de **cinco (5) provas**, não podendo exceder o limite de **duas (2) provas individuais por Jornada**;
- 4.3. Cada Clube só poderá inscrever **dois (2)** atletas por prova;
- 4.4. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever apenas **uma (1) equipa** por prova, independentemente da categoria dos atletas que a constituem;
- 4.5. Cada clube poderá realizar **duas (2)** substituições por jornada, até ao limite de uma hora antes do início de cada jornada, desde que:
 - a) Os nadadores substitutos estejam inscritos no torneio;
 - b) Sejam respeitados os pontos 4.1, 4.2 e 4.3;
- 4.6. Neste Torneio não serão cobradas quaisquer taxas relativas ao estipulado em 4.8 e 4.9 das Disposições Gerais do Regulamento Desportivo da Época 2016-2017;

5. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

- 5.1. A classificação individual será realizada por prova e categoria.

6. CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA

- 6.1. Para efeitos de elaboração da classificação coletiva, serão utilizadas as classificações individuais de cada categoria.
 - a) Caso um clube inscreva dois atletas da mesma categoria apenas será considerado o nadador com melhor classificação;
- 6.2. A classificação será atribuída pelo somatório de pontos atribuídos por prova e de acordo com a seguinte tabela:

1º Lugar	12 Pontos	7º Lugar	6 Pontos
2º Lugar	11 Pontos	8º Lugar	5 Pontos
3º Lugar	10 Pontos	9º Lugar	4 Pontos
4º Lugar	9 Pontos	10º Lugar	3 Pontos
5º Lugar	8 Pontos	11º Lugar	2 Pontos
6º Lugar	7 Pontos	12º Lugar	1 Ponto

7. PRÉMIOS

7.1. Serão atribuídos prémios aos **três (3)** Clubes com maior pontuação de acordo com a classificação coletiva definida em **6.2**;

8. INSCRIÇÕES

8.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **16 de Fevereiro de 2017**.

8.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Fevereiro de 2016** e **15 de Fevereiro de 2017**;

8.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

8.4. A Taxa de inscrição será de **60 €** por clube;

9. PROGRAMA

1ª Jornada			2ª Jornada		
1	400 Livres	F	9	400 Livres	M
2	100 Livres	M	10	100 Livres	F
3	100 Bruços	F	11	100 Bruços	M
4	200 Estilos	M	12	200 Estilos	F
5	100 Mariposa	F	13	100 Mariposa	M
6	100 Costas	M	14	100 Costas	F
Intervalo (10')			Intervalo (10')		
7	4x100 Livres	F	15	4x100 Livres	M
8	4x100 Estilos	M	16	4x100 Estilos	F

TORREGRI 2

1. **DATA:** 4 e 5 Março de 2017

2. **LOCAL:**

Cadetes B – Cova da Piedade (SFUAP)

Cadetes A – Feijó (Complexo Desportivo da Câmara Municipal de Almada)

3. **HORÁRIO**

CADETES B (SFUAP)

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	4-Mar-17	14h30	15h30
2ª Jornada	5-Mar-17	8h00	9h00

CADETES A (ALMADA)

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	4-Mar-17	14h30	15h30
2ª Jornada	5-Mar-17	14h30	15h30

4. **PARTICIPAÇÃO**

4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Cadetes;

4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de **duas (2) provas individuais** e **uma (1) estafeta por sessão**;

5. **RESULTADOS**

5.1. Os resultados serão divulgados por prova;

6. **INSCRIÇÕES**

6.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **23 de Fevereiro de 2017**;

6.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Fevereiro de 2016** e **22 de Fevereiro de 2017**;

6.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

7. PROGRAMA

CADETES B

1ª Jornada (SFUAP a partir das 14h30)				2ª Jornada (SFUAP a partir das 8h30)			
1	100 (50M+50C)	Cad B	M	7	100 (50M+50C)	Cad B	F
2	100 (50C+50B)	Cad B	F	8	100 (50C+50B)	Cad B	M
3	100 (50B+50L)	Cad B	M	9	100 (50B+50L)	Cad B	F
4	100 Livres	Cad B	F	10	100 Livres	Cad B	M
Intervalo (10')				Intervalo (10')			
5	4x50 Livres	Cad B	M	11	4x50 Livres	Cad B	F
6	4x50 Estilos*	Cad B	F	12	4x50 Estilos*	Cad B	M

* 1º e 2º elementos nadam 25m Mariposa + 25m Costas, 3º e 4º elementos nadam 25m Bruços + 25 Crol

CADETES A

1ª Jornada (CM Almada a partir das 14h30)				2ª Jornada (CM Almada a partir das 14h30)			
1	200 Livres	Cad A	M	8	200 Livres	Cad A	F
2	100 Estilos	Cad A	F	9	100 Estilos	Cad A	M
3	100 Bruços	Cad A	M	10	100 Bruços	Cad A	F
Intervalo (10')				Intervalo (10')			
4	100 Costas	Cad A	F	11	100 Costas	Cad A	M
5	100 Mariposa	Cad A	M	12	100 Mariposa	Cad A	F
Intervalo (10')				Intervalo (10')			
6	4x100 Livres	Cad A	F	13	4x100 Livres	Cad A	M
7	4x100 Estilos*	Cad A	M	14	4x100 Estilos*	Cad A	F

** Cada elemento da estafeta nada 100 Estilos

CAMPEONATOS DE INVERNO DE LISBOA – PISCINA LONGA

1. **DATA:** 10 a 12 de Março de 2017
2. **LOCAL:** Complexo Municipal de Vila Franca de Xira
3. **HORÁRIO**

		Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	1ª Sessão	10-Mar-17	14H00	15H30
2ª Jornada	1ª Sessão	11-Mar-17	07h30	09h00
	2ª Sessão		14h30	16h00
3ª Jornada	1ª Sessão	12-Mar-17	07h30	09h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Podem participar nadadores pertencentes às categorias de Juvenis, Juniores e Seniores que tenham obtido tempos iguais ou inferiores aos mínimos estabelecidos para cada prova (Anexo I), ou desde que sujeitos ao disposto em 4.6 b) das Disposições Gerais;
 - a) Todos os atletas não pertencentes à ANL que possam participar terão obrigatoriamente de efetuar os mínimos nas provas realizadas;
 - b) O incumprimento do disposto na alínea anterior fica sujeito a aplicação de uma multa de 20 €;
- 4.2. Excetua-se ao definido em 4.1 as provas de 800 Livres e 1500 Livres nas quais **os mínimos de acesso têm de ser cumpridos durante a competição**, e que estão sujeitas às seguintes cotas de participação:
 - Juvenis B: 10 melhores tempos de inscrição
 - Juvenis A: 10 melhores tempos de inscrição
 - Juniores: 12 melhores tempos de inscrição
 - Seniores: 8 melhores tempos de inscrição
- 4.3. Nadadores das categorias de Juniores e Seniores poderão participar até ao máximo de **seis (6)** provas individuais mais estafetas;
- 4.4. Nadadores das categorias de Juvenis poderão participar até ao máximo de **cinco (5) provas** individuais mais estafetas, não lhes sendo permitido nadar as provas de 50 Livres, 50 Costas, 50 Bruços, 50 Mariposa, 800 Livres masculinos e 1500 Livres femininos;
- 4.5. Cada nadador poderá competir até ao máximo de **duas (2) provas** individuais por sessão;
- 4.6. Os atletas em Regime de Alto Rendimento não estão sujeitos ao estipulado em 4.3, 4.4, 4.5;
- 4.7. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever até ao limite de **uma (1) equipa** por categoria (Juvenis B, Juvenis A, Juniores e Seniores). Caso assim o entenda, o clube poderá substituir **uma (1)** qualquer das equipas de categoria por **uma (1)** equipa Absoluta sendo que será considerada como extra competição;

5. CLASSIFICAÇÕES

- 5.1. Nas provas individuais a classificação será realizada por prova e nas categorias de Juvenis A, Juvenis B, Juniores e Seniores;
- 5.2. Nas provas de estafetas a classificação será realizada por prova na categoria agregada de Juvenis (A+B), e nas categorias de Juniores e Seniores;

6. PRÉMIOS

6.1. Serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados de acordo com as classificações estabelecidas no ponto 5;

7. INSCRIÇÕES

7.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **1 de Março de 2017**.

7.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Março de 2016** e **29 de Fevereiro de 2017**;

7.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

8. PROGRAMA

1ª Jornada			2ª Jornada						3ª Jornada		
1ª Sessão			1ª Sessão			2ª Sessão			1ª Sessão		
1	1500 Livres	M	11	400 Estilos	M	21	100 Mariposa	F	31	1500 Livres	F
2	800 Livres	F	12	400 Estilos	F	22	100 Mariposa	M	32	800 Livres	M
3	50 Mariposa	M	13	200 Livres	M	23	200 Bruços	F	33	200 Mariposa	F
4	50 Mariposa	F	14	200 Livres	F	24	200 Bruços	M	34	200 Mariposa	M
5	100 Bruços	M	15	50 Bruços	M	Entrega de Medalhas (21-24)			Entrega de Medalhas (31-34)		
6	100 Bruços	F	16	50 Bruços	F	25	50 Livres	F	35	100 Livres	F
7	50 Costas	M	17	200 Costas	M	26	50 Livres	M	36	100 Livres	M
8	50 Costas	F	18	200 Costas	F	27	100 Costas	F	37	200 Estilos	F
Entrega de Medalhas (1-8)			Entrega de Medalhas (11-18)			28	100 Costas	M	38	200 Estilos	M
9	4 x200 Livres	M	19	4x100 Livres	M	29	400 Livres	F	Entrega de Medalhas (35-36)		
10	4 x200 Livres	F	20	4x100 Livres	F	30	400 Livres	M	39	4x100 Estilos	F
Entrega de Medalhas (10-11)			Entrega de Medalhas (19-20)			Entrega de Medalhas (25-26)			40	4x100 Estilos	M
									Entrega de Medalhas (39-40)		

CAMPEONATOS REGIONAIS DE INFANTIS

1. **DATA:** 17 a 19 de Março de 2017
2. **LOCAL:** Setúbal (CNS)
3. **HORÁRIO**

	Data	Sessão	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	17-Mar-17	1ª Sessão	14h30	16h00
		2ª Sessão	14h30	16h00
2ª Jornada	18-Mar-17	1ª Sessão	08h00	09h30
		2ª Sessão	14h30	16h00
3ª Jornada	19-Mar-17	1ª Sessão	08h00	09h30
		2ª Sessão	14h30	16h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Infantis que tenham obtido tempos iguais ou inferiores aos mínimos estabelecidos para cada prova (Anexo I), ou desde que sujeitos ao disposto em 4.6 b) das Disposições Gerais;
- 4.2. Nadadores que participem em provas de 100m sem cumprir os mínimos definidos ou sem que antes não os tenham obtido, ficarão isentos de pagar a multa de incumprimento desde que, para a mesma técnica e durante os próprios Campeonatos realizem os 200 metros em tempo igual ou inferior ao mínimo definido para a respetiva prova.
- 4.3. Cada nadador poderá participar no máximo de **cinco (5) provas individuais mais estafetas** durante os Campeonatos, **não podendo exceder no entanto o limite de duas (2) provas individuais por sessão.**
- 4.4. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever **uma (1) equipa** por categoria;

5. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

- 5.1. A classificação será realizada por prova e categoria;

6. PRÉMIOS

- 6.1. Por prova, serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados de acordo com a classificação estabelecida em 5.1;

7. INSCRIÇÕES

- 7.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **8 de Março de 2017**.
- 7.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Março de 2016 e 7 de Março de 2017**;
- 7.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

8. PROGRAMA

1ª JORNADA			2ª JORNADA			3ª JORNADA		
1ª Sessão			1ª Sessão			1ª Sessão		
1	400 Estilos	F	7	800 Livres	F	19	1500 Livres	M
2	400 Estilos	M	8	400 Livres	M	20	400 Livres	F
3	100 Costas	F	9	200 Bruços	F	21	200 Bruços	M
4	100 Costas	M	Entrega de Medalhas (7-8)			Entrega de Medalhas (19-20)		
Entrega de Medalhas (1-2)			10	200 Costas	M	22	200 Costas	F
5	4x200 Livres	F	11	200 Estilos	F	23	200 Estilos	M
6	4x200 Livres	M	Entrega de Medalhas (9-11)			Entrega de Medalhas (21-23)		
Entrega de Medalhas (3-6)			2ª Sessão			2ª Sessão		
			12	200 Livres	M	24	200 Livres	F
			13	100 Livres	F	25	100 Livres	M
			14	100 Bruços	M	26	100 Bruços	F
			15	200 Mariposa	F	27	200 Mariposa	M
			16	100 Mariposa	M	28	100 Mariposa	F
			Entrega de Medalhas (12-16)			Entrega de Medalhas (24-28)		
			17	4x100 Estilos	F	29	4x100 Estilos	M
			18	4x100 Livres	M	30	4x100 Livres	F
			Entrega de Medalhas (17-18)			Entrega de Medalhas (29-30)		

FESTIVAL NADADOR COMPLETO DE CADETES

1. **DATA:** 8 e 9 de Abril de 2017
2. **LOCAL:** Corroios
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	8-Abril-17	14h00	15h30
2ª Jornada	9-Abril-17	08h00	09h30

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Cadetes;
- 4.2. Os nadadores têm de ser inscritos em todas as provas do programa;
- 4.3. Sempre que um nadador falte a uma prova será automaticamente eliminado. Se o mesmo nadador participar numa prova posterior, fica o clube sujeito à penalização do Escalão 2 conforme o disposto no ponto 5.1 deste Torneio;
- 4.4. Caso os nadadores que desistam do torneio, ficam os clubes sujeitos à penalização do Escalão 2 conforme o disposto no ponto 5.1 deste Torneio;
- 4.5. A desclassificação de um nadador numa prova determina a atribuição de zero pontos na mesma sendo-lhe no entanto permitido nadar as restantes provas do torneio;

5. MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO

Femininos			Masculinos	
Cadetes B	Cadetes A		Cadetes B	Cadetes A
550	950	Escalão 1	630	900
450	850	Escalão 2	530	800

- 5.1. Todo o nadador que, no somatório dos pontos obtidos em cada prova do programa, e de acordo com a tabela FINA POINT SCORING em vigor, obter uma pontuação inferior ao disposto no ponto 5, fica sujeito ao pagamento das seguintes taxas:

Escalão 1	4 €
Escalão 2	10 €

- 5.2. Apenas para efeitos da aplicabilidade das taxas por incumprimento definidas em 5.1, a cada desclassificação de atletas que realizem a totalidade do programa de competição será atribuído em pontos FINA o valor de 15% do mínimo de participação definido para a respetiva categoria e género.

6. RESULTADOS

- 6.1. Os resultados serão divulgados por prova e categoria.

7. PRÉMIOS

- 7.1. Serão atribuídas lembranças a todos os participantes;

8. INSCRIÇÕES

- 8.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **30 de Março de 2017**.
- 8.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Março de 2016** e **29 de Março de 2017**;
- 8.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).
- 8.4. A Taxa de inscrição será de **5 €** por nadador;

9. PROGRAMA:

1ª Jornada				2ª Jornada			
1	100 Mariposa	Cad A	F	13	200 Estilos	Cad A	M
2	100 Mariposa	Cad B	F	14	100 Estilos	Cad B	M
3	100 Mariposa	Cad A	M	15	200 Estilos	Cad A	F
4	100 Mariposa	Cad B	M	16	100 Estilos	Cad B	F
Intervalo (10')				Intervalo (10')			
5	100 Costas	Cad A	F	17	100 Livres	Cad A	M
6	100 Costas	Cad B	F	18	100 Livres	Cad B	M
7	100 Costas	Cad A	M	19	100 Livres	Cad A	F
8	100 Costas	Cad B	M	20	100 Livres	Cad B	F
9	100 Bruços	Cad A	F				
10	100 Bruços	Cad B	F				
11	100 Bruços	Cad A	M				
12	100 Bruços	Cad B	M				

TORNEIO NADADOR COMPLETO DE INFANTIS E JUVENIS

1. **DATA:** 6 e 7 de Maio de 2017
2. **LOCAL:** Pinhal Novo
3. **HORÁRIO**

	Data	Sessão	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	6-Maio-17	1ª Sessão	14H00	15H30
		2ª Sessão	17H30	19H00
2ª Jornada	7-Maio-17	1ª Sessão	07h30	09h00
		2ª Sessão	14h30	16h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Infantis e Juvenis;
- 4.2. Os nadadores têm de ser inscritos em todas as provas do programa;
- 4.3. Sempre que um nadador falte será automaticamente eliminado. Se o mesmo nadador participar numa prova posterior, fica o clube sujeito à penalização do Escalão 2 conforme o disposto no ponto **6.2** deste Torneio;
- 4.4. Caso os nadadores que desistam do torneio, ficam os clubes sujeitos à penalização do Escalão 1 conforme o disposto no ponto **6.2** deste Torneio;
- 4.5. A desclassificação de um nadador numa prova determina a atribuição de **zero (0) pontos** na mesma sendo-lhe no entanto permitido nadar as restantes provas do torneio. O mesmo não fica sujeito ao pagamento das taxas previstas por incumprimento dos mínimos de participação conforme o disposto em **6.2**;

5. MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO

Femininos				Masculinos				
Infantis B	Infantis A	Juvenis	Juvenis	Escalão	Infantis B	Infantis A	Juvenis B	Juvenis A
1300	1650	1800	1950	Escalão 1	1100	1400	1600	1900
1200	1550	1700	1850	Escalão 2	1000	1300	1500	1750

6. CLASSIFICAÇÕES

- 6.1. A classificação será realizada por categorias da seguinte forma;
 - 6.1.1. Pelo somatório dos pontos obtidos em cada prova do programa, e de acordo com a tabela FINA POINT SCORING em vigor;
 - 6.1.2. Em caso de igualdade obterá a melhor classificação o nadador que conquistar maior número de primeiros lugares. Se ainda assim existir igualdade, repetir-se-á o processo para os segundos lugares obtidos e assim sucessivamente até se apurar o melhor classificado.

O somatório das pontuações FINA POINT SCORING em vigor de cada nadador(a) definirá de um ranking nacional deste Torneio. Este ranking permitirá atribuir um prémio aos três primeiros classificados individuais a nível nacional, para cada categoria e género, e atribuídos diplomas aos 8 primeiros classificados. Existirá ainda uma classificação final coletiva na qual pontuam os três primeiros nadadores de cada clube, por categoria e género, que permitirão elaborar um ranking nacional de clubes deste Torneio.

- 6.2. Todo o nadador que, no somatório dos pontos obtidos de acordo 6.1. tiver uma pontuação inferior ao disposto no ponto 5, fica sujeito ao pagamento das seguintes taxas:

Escalão 1	5 €
Escalão 2	15 €

- 6.3. Apenas para efeitos da aplicabilidade das taxas por incumprimento definidas no ponto 5, a cada desclassificação de atletas que realizem a totalidade do programa de competição será atribuído em pontos FINA o valor de 15% do mínimo de participação definido para a respetiva categoria e género.

7. PRÉMIOS

- 7.1. Serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados por categoria/género, respeitando o disposto em 6.1.1 e 6.1.2;

8. INSCRIÇÕES

- 8.1. As inscrições deverão dar entrada até às 17h do dia 27 de Abril de 2017.
- 8.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre 1 de Abril de 2016 e 26 de Abril de 2017;
- 8.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (Anexo II).
- 8.4. A Taxa de inscrição será de 10 € por nadador;

9. PROGRAMA

1ª Jornada			2ª Jornada		
1ª Sessão			1ª Sessão (Juvenis)		
1	200 Estilos	F	5	100 Mariposa	M
2	200 Estilos	M	6	100 Mariposa	F
3	100 Costas	F	7	100 Bruços	M
4	100 Costas	M	8	100 Bruços	F
			9	100 Livres	M
			10	100 Livres	F
			2ª Sessão (Infantis)		
			11	100 Mariposa	M
			12	100 Mariposa	F
			13	100 Bruços	M
			14	100 Bruços	F
			15	100 Livres	M
			16	100 Livres	F

IV MEETING XIRA

Este Meeting terá lugar nos dias **20 e 21 de Maio de 2017** no Complexo Piscina Municipal Vila Franca Xira, 50 metros, 8 pistas, aquecida, com cronometragem eletrónica.

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO

- 1.1. A competição é organizada pela Associação de Natação de Lisboa (ANL), de acordo com o regulamento da FINA e da Federação Portuguesa de Natação (FPN).
- 1.2. Poderão participar todos os Clubes, Seleções Distritais e Regionais, Clubes e Seleções Estrangeiros, convidados pela ANL.
- 1.3. A Arbitragem estará a cargo do Conselho Regional de Arbitragem da ANL.
- 1.4. Este Meeting destina-se aos seguintes escalões etários:

MASCULINOS	ESCALÕES	FEMININOS
2004	Inf B	2005
2003	Inf A	2004
2002	Juv B	2003
2001	Juv A	2002

2. COMPETIÇÃO

2.1. Horários

	Data	Sessão	Aquecimento	Início Provas
1ª Dia	20-Mai-17	Eliminatórias	07h30	09h00
		Finais	14h30	16h00
2ª Dia	21-Mai-17	Eliminatórias	07h30	09h00
		Finais	14h30	16h00

- 2.2. A Competição é repartida por duas jornadas com duas sessões cada correspondendo as sessões da manhã a eliminatórias, e as sessões da tarde a finais.
 - 2.3. O aquecimento terá lugar uma hora e trinta minutos antes do início de cada sessão;
 - 2.4. Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de **(3) três provas individuais mais estafetas**;
 - 2.5. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever apenas **(1) uma** equipa na categoria de Infantis (A+B) e **(1) uma** equipa na categoria de Juvenis (A+B);
- #### 2.6. Eliminatórias
- 2.6.1. Nas sessões de eliminatórias as séries elaboradas por cabeças de série independentemente do escalão, e as partidas serão dadas com os atletas dentro de água;
 - 2.6.2. A constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue na Mesa do Júri até 30 minutos antes do início da sessão.
 - 2.6.3. Todas as desistências para as Finais deverão ser comunicadas à Organização até 30 minutos após a publicação de resultados da respetiva prova.
 - 2.6.4. Em incumprimento do ponto 2.6.3 o Clube/Seleção fica sujeito ao pagamento de uma taxa no valor de **20 €**.

2.7. Finais

- 2.7.1.** Nas provas de 100 metros, por categoria, serão realizadas finais A e finais B. Se o número de atletas participantes por categoria for inferior a 16, apenas será realizada a final A;
- 2.7.2.** Nas provas de 200 Estilos, por categoria, apenas será realizada final A;
- 2.7.3.** Caso dois ou mais nadadores fiquem empatados num lugar da classificação que permita o acesso a finais, e onde um ou mais atletas tenham de ser excluídos, haverá lugar à realização de um "swim-off" com os nadadores em questão. O "swim-off" será realizado 30 minutos após o final da sessão, ou em horário anterior desde que com o consenso entre os clubes envolvidos e com a autorização do juiz árbitro da prova;
- 2.7.4.** Nas provas de estafetas apenas será realizada Final A;

3. TEMPOS DE ADMISSÃO

MASCULINOS					FEMININOS			
Inf B	Inf A	Juv B	Juv A		Inf B	Inf A	Juv B	Juv A
1'10"00	1'07"00	1:04"00	1:01"50	100 L	1'17"00	1'14"00	1'11"00	1'09"00
1'20"00	1'17"00	1:14"00	1:11"00	100 C	1'28"00	1'25"00	1'21"00	1'18"00
1'32"00	1'28"00	1:24"00	1:20"00	100 B	1'39"00	1'35"00	1'31"00	1'28"00
1'22"00	1'18"00	1:14"00	1:10"00	100 M	1'30"00	1'26"00	1'21"00	1'17"00
2'50"00	2'44"00	2'38"00	2'32"00	200 E	3'05"00	2'59"00	2'52"00	2'46"00
5'25"00		4'55"00		4x100E	5'55"00		5'20"00	
4'38"00		4'15"00		4x100L	5'05"00		4'45"00	

- 3.1.** Sempre que o tempo de admissão não for cumprido, o Clube/Seleção fica sujeito ao pagamento de uma taxa de **2,5 Euros**;
- 3.1.1.** A todos os nadadores ou equipas de estafetas que participem nas finais, será relevada taxa exposta em **3.1.** e caso se verifique, apenas considerado o das finais.
- 3.1.2.** Caso existam, todos os Clubes participantes deverão liquidar as taxas de incumprimentos até no final da respetiva sessão;

4. PROGRAMA DE PROVAS

4.1. Programa das Eliminatórias

1º Dia			2º Dia		
1ª Prova	200 Estilos	M	8ª Prova	200 Estilos	F
2ª Prova	100 Costas	F	9ª Prova	100 Costas	M
3ª Prova	100 Livres	M	10ª Prova	100 Livres	F
4ª Prova	100 Mariposa	F	11ª Prova	100 Mariposa	M
5ª Prova	100 Bruços	M	12ª Prova	100 Bruços	F
6ª Prova	4x100 Livres	F	13ª Prova	4x100 Livres	M
7ª Prova	4x100 Estilos	M	12ª Prova	4x100 Estilos	F

4.2. Programa das Finais

1º Dia			2º Dia		
1ª Prova	200 Estilos	M	8ª Prova	200 Estilos	F
2ª Prova	100 Costas	F	9ª Prova	100 Costas	M
(Entrega de Prémios)			(Entrega de Prémios)		
3ª Prova	100 Livres	M	10ª Prova	100 Livres	F
4ª Prova	100 Mariposa	F	11ª Prova	100 Mariposa	M
5ª Prova	100 Bruços	M	12ª Prova	100 Bruços	F
(Entrega de Prémios)			(Entrega de Prémios)		
6ª Prova	4x100 Livres	F	13ª Prova	4x100 Livres	M
7ª Prova	4x100 Estilos	M	12ª Prova	4x100 Estilos	F
(Entrega de Prémios)			(Entrega de Prémios)		

4.2.1. As finais serão realizadas por categoria dos escalões mais novos para os mais velhos (Inf. B, Inf. A, Juv. B, Juv. A), iniciando-se cada categoria com a respetiva final B;

5. INSCRIÇÕES

5.1. As inscrições deverão dar entrada via internet para inscricoes@anlisboa.pt até às 24h do dia **10 de Maio de 2017**. Para efeitos de inscrição deverão ser considerados os tempos obtidos entre **1 de Maio de 2016 e 9 de Maio de 2017**;

5.2. As taxas de inscrição serão as seguintes:

- Cada Prova Individual – **2,5 €**
- Cada Estafeta - **8 €**

5.3. As inscrições devem realizadas por via eletrónica, através do programa informático Team Manager da Geologix ou Entry Editor. Qualquer anomalia implicará a sua anulação.

5.4. O pagamento das inscrições deverá ser efetuado no ato de entrega das mesmas através de:

5.4.1. Transferência bancária realizada para:

NIB: 0038 0000 3796 2043 7711 5 ou IBAN: PT50 0038 0000 3796 2043 7711 5;

5.4.2. Depósito em conta N.º 00 037 962 043/77/10 do SANTANDER TOTTA.

5.4.3. Os comprovativos devem ser enviados para o e-mail inscricoes@anlisboa.pt;

5.5. A aceitação das inscrições fica condicionada à receção do pagamento.

6. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

6.1. A classificação será realizada por prova e categoria.

7. CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA

7.1. As classificações coletivas serão separadas em:

- **Coletiva de Clubes**
- **Coletiva de Seleções**

7.2. O apuramento da classificação geral coletiva será encontrado pelo somatório de pontos atribuídos por prova conforme definido em 6.1;

7.3. A pontuação atribuída será de acordo com a seguinte tabela:

Classificação	Pontos	Classificação	Pontos
1º Lugar	18 Pontos	9º Lugar	8 Pontos
2º Lugar	15 Pontos	10º Lugar	7 Pontos
3º Lugar	14 Pontos	11º Lugar	6 Pontos
4º Lugar	13 Pontos	12º Lugar	5 Pontos
5º Lugar	12 Pontos	13º Lugar	4 Pontos
6º Lugar	11 Pontos	14º Lugar	3 Pontos
7º Lugar	10 Pontos	15º Lugar	2 Pontos
8º Lugar	9 Pontos	16º Lugar	1 Ponto

7.4. A qualquer desclassificação serão atribuídos 0 pontos;

7.5. Em caso de empate entre dois ou mais nadadores numa prova, os pontos a atribuir será igual ao somatório de pontos dos lugares por eles ocupados a dividir pelo número de nadadores envolvidos;

7.6. Nas provas de estafetas a pontuação será a dobrar;

8. PRÉMIOS

8.1. Prémios Individuais

8.1.1. Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados absolutos de cada Final A;

8.1.2. Será atribuído um troféu ao nadador e à nadadora mais pontuados pela Tabela FINA 2016;

8.2. Prémios Coletivos

8.2.1. Serão atribuídas Taças aos Clubes classificados nos três primeiros lugares de acordo com a classificação definida em 7;

8.2.2. Será atribuída uma (1) Taça para a melhor Seleções classificada de acordo com a classificação definida em 7;

8.2.3. No caso de se verificarem empates na atribuição dos prémios coletivos, será utilizado como critério de desempate o número de 1^{os} lugares alcançados. Se não for suficiente serão utilizados os 2^{os} lugares, os 3^{os} lugares e assim sucessivamente.

8.3. Outros Prémios

8.3.1. Poderão ser atribuídos outros prémios, sendo os mesmos divulgados atempadamente.

13.1. Os prémios não recebidos não serão enviados.

9. CASOS OMISSOS

Acima deste regulamento, e para todos os casos omissos, vigora o Regulamento da Federação Portuguesa de Natação

10. JÚRI DE APELO

Todos os protestos deverão ser entregues por escrito ao juiz-árbitro até 30 minutos após o final da sessão e acompanhados de uma taxa de **50€**. Caso o protesto seja deferido, o valor da taxa será devolvido. Todos os protestos deverão ser baseados em questões de direito e será apreciado pelo Júri de Apelo composto pelos seguintes membros:

- Diretor à Prova
- Diretor Técnico Regional
- Elemento do Conselho Regional de Arbitragem

FESTIVAL REGIONAL DE MEIO FUNDO E FUNDO DE CADETES

1. **DATA:** 27 e 28 de Maio de 2017
2. **LOCAL:** Alvalade (SCP)
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	27-Mai-17	14h00	15h00
2ª Jornada	28-Mai-17	14h00	15h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Cadetes que tenham obtido tempos iguais ou inferiores aos mínimos estabelecidos para cada prova, ou desde que sujeitos ao disposto em 4.6 d) das Disposições Gerais;
- 4.2. Cada nadador poderá apenas participar em **(1) uma** prova individual por Jornada;
- 4.3. Nas provas de **3, 5, 8 e 10**, cada Clube poderá inscrever até ao máximo de **2 (dois)** atletas por prova;
- 4.4. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever até **(2) duas** equipas por prova;

5. MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO

	Cadetes B		Cadetes A	
	Masculinos	Femininos	Masculinos	Femininos
400 L	07:00,00	07:40,00	800 L	13:00,00
4X100 L	06:00,00	06:30,00	4x200 L	11:50,00
				14:00,00
				13:00,00

6. RESULTADOS

- 6.1. Os resultados serão divulgados por prova e categoria.

7. INSCRIÇÕES

- 7.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **18 de Maio de 2017**.
- 7.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Maio de 2016 e 17 de Maio de 2017**;
- 7.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

8. PROGRAMA

1ª Jornada			2ª Jornada		
1	4x200 Livres (Cad. A)	F	6	4x200 Livres (Cad. A)	M
2	800 Livres (Cad. A)	M	7	800 Livres (Cad. A)	F
3	400 Livres (Cad. A)	M	8	400 Livres (Cad. A)	F
Intervalo e 2º Aquecimento (30')			Intervalo e 2º Aquecimento (30')		
4	400 Livres (Cad. B)	M	9	400 Livres (Cad. B)	F
5	200 Livres (Cad. B)	M	10	200 Livres (Cad. B)	F

TORNEIO DE PREPARAÇÃO DE ABSOLUTOS

1. **DATA:** 10 e 11 de Junho de 2017
2. **LOCAL:** Complexo Municipal de Vila Franca de Xira
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	10-Jun-17	14h00	15h30
2ª Jornada	11-Jun-17	14h00	15h30

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Juvenis, Juniores e Seniores;
- 4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de **três (3) provas**, não podendo exceder o limite de **duas (2) provas por Jornada**;
- 4.3. Nas provas **1 e 11**, cada equipa poderá inscrever até ao limite máximo de **dois (2) atletas** por prova;

5. CLASSIFICAÇÃO

- 5.1. A classificação de cada prova será realizada por categoria e em regime de absolutos;

6. INSCRIÇÕES

- 6.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **1 de Junho de 2017**.
- 6.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Junho de 2016 e 31 de Maio de 2017**;
- 6.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

7. PROGRAMA:

1ª Jornada			2ª Jornada		
1	400 Livres	M	11	400 Livres	F
2	200 Estilos	F	12	200 Estilos	M
3	100 Livres	M	13	100 Livres	F
4	200 Livres	F	14	200 Livres	M
<i>Intervalo de 10'</i>			<i>Intervalo de 10'</i>		
5	100 Mariposa	M	15	100 Mariposa	F
6	200 Mariposa	F	16	200 Mariposa	M
7	200 Costas	M	17	200 Costas	F
8	100 Costas	F	18	100 Costas	M
9	200 Bruços	M	19	200 Bruços	F
10	100 Bruços	F	20	100 Bruços	M

TORREGRI 3

1. **DATA:** 17 e 18 de Junho de 2017
2. **LOCAL:** Alapraia (AHBE)
3. **HORÁRIO**

	Data	Sessão	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	17-Jun-17	1ª Sessão	14h00	15h30
2ª Jornada	18-Jun-17	1ª Sessão	08h00	09h00
		2ª Sessão	14h00	15h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Cadetes;
- 4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de **duas (2) provas individuais** e **uma (1) estafeta por sessão**;

5. RESULTADOS

- 5.1. Os resultados serão divulgados por prova;

6. INSCRIÇÕES

- 6.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **8 de Junho de 2017**;
- 6.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Junho de 2016** e **7 de Junho de 2017**;
- 6.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

7. PROGRAMA

1ª Jornada				2ª Jornada			
				1ª Sessão			
1	4x100 Livres	Cad A	M	15	4x100 Estilos*	Cad A	M
2	4x100 Livres	Cad A	F	16	4x100 Estilos*	Cad A	F
3	4x100 Livres	Cad B	M	17	400 Livres	Cad A	M
4	4x100 Livres	Cad B	F	18	400 Livres	Cad A	F
5	200 Estilos	Cad A	M	19	100 Bruços	Cad A	M
6	200 Estilos	Cad A	F	20	100 Bruços	Cad A	F
7	100 Estilos	Cad B	M	21	100 Mariposa	Cad A	M
8	100 Estilos	Cad B	F	22	100 Mariposa	Cad A	F
Intervalo (10')				2ª Sessão			
9	100 Costas	Cad A	M	23	4x100 Estilos**	Cad B	Misto
10	100 Costas	Cad A	F	24	200 Livres	Cad B	M
11	50 Mariposa	Cad B	M	25	200 Livres	Cad B	F
12	50 Mariposa	Cad B	F	Intervalo (10')			
13	100 Livres	Cad A	M	26	100 Bruços	Cad B	M
14	100 Livres	Cad A	F	27	100 Bruços	Cad B	F
				28	100 Costas	Cad B	M
				29	100 Costas	Cad B	F
				30	100 Costas	Cad B	F

* 2 Elementos masculinos e 2 feminino;

** 2 Elementos masculinos e 2 feminino em cada um nada 100 Estilos

CAMPEONATOS DE INFANTIS E ABSOLUTOS DE LISBOA & CAMPEONATO DE CLUBES ANL

1. **DATA:** De 29 de Junho a 2 de Julho 2017
2. **LOCAL:** Piscinas Municipais das Manteigadas (Setúbal)
3. **HORÁRIO**

		Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	1ª Sessão	29-jun-17	8h00	9h30
	2ª Sessão		14h30	16h00
2ª Jornada	1ª Sessão	30-jun-17	8h00	9h30
	2ª Sessão		14h30	16h00
3ª Jornada	1ª Sessão	01-jul-17	8h00	9h30
	2ª Sessão		14h30	16h00
4ª Jornada	1ª Sessão	02-jul-17	8h00	9h30
	2ª Sessão		14h30	16h00

CAMPEONATOS DE INFANTIS DE LISBOA

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Podem participar nadadores das categorias de Infantis A e Infantis B que tenham obtido tempos iguais ou inferiores aos mínimos estabelecidos para cada prova (Anexo I), ou desde que sujeitos ao disposto em 4.6 b) das Disposições Gerais;
- 4.2. **Nadadores que participem em provas de 100m sem cumprir os mínimos definidos ou sem que antes não os tenham obtido, ficarão isentos de pagar a multa de incumprimento desde que, para a mesma técnica e durante os próprios Campeonatos realizem os 200 metros em tempo igual ou inferior ao mínimo definido para a respetiva prova.**
- 4.3. Cada nadador poderá participar no máximo de **cinco (5) provas individuais mais estafetas** durante os Campeonatos, **não podendo exceder no entanto o limite de duas (2) provas individuais por sessão.**
- 4.4. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever apenas **uma (1) equipa** por prova sem distinção de ano de nascimento;

5. CLASSIFICAÇÕES

- 5.1. A classificação será realizada por prova e categoria;

6. PRÉMIOS

- 6.1. Por prova, serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados de acordo com a classificação estabelecida em 5.1;

7. PROGRAMA

1ª JORNADA			2ª JORNADA			3ª JORNADA			4ª JORNADA		
1ª Sessão			1ª Sessão			1ª Sessão			1ª Sessão		
1	1500 Livres	M	5	100 Mariposa	F	15	200 Mariposa	M	25	400 Estilos	F
2	800 Livres	F	6	100 Mariposa	M	16	200 Mariposa	F	26	400 Estilos	M
3	400 Livres	M	7	100 Costas	F	17	200 Costas	M	27	200 Estilos	F
4	400 Livres	F	8	100 Costas	M	18	200 Costas	F	28	200 Estilos	M
Entrega de Medalhas (1-4)			Entrega de Medalhas (5-8)			Entrega de Medalhas (15-18)			Entrega de Medalhas (25-28)		
			9	100 Bruços	F	19	200 Bruços	M	29	4x100 Livres	F
			10	100 Bruços	M	20	200 Bruços	F	30	4x100 Livres	M
			11	100 Livres	F	21	200 Livres	M	Entrega de Medalhas (29-30)		
			12	100 Livres	M	22	200 Livres	F			
			Entrega de Medalhas (9-12)			Entrega de Medalhas (19-22)					
			13	4x200 Livres	M	23	4x100 Estilos	M			
			14	4x200 Livres	F	24	4x100 Estilos	F			
			Entrega de Medalhas (13-14)			Entrega de Medalhas (23-24)					

CAMPEONATOS DE ABSOLUTOS DE LISBOA & CAMPEONATO DE CLUBES ANL

8. PARTICIPAÇÃO

- 8.1. Podem participar nadadores pertencentes às categorias de Juvenis, Juniores e Seniores que tenham obtido tempos iguais ou inferiores aos mínimos estabelecidos para cada prova (Anexo I), ou desde que sujeitos ao disposto em 4.6 b) das Disposições Gerais;
- Todos os atletas não pertencentes à ANL que possam participar terão obrigatoriamente de efetuar os mínimos nas provas realizadas
 - O incumprimento do disposto na alínea anterior fica sujeito a aplicação de uma multa de 20 €;
- 8.2. Excetua-se ao definido em 8.1 as provas de 800 Livres e 1500 Livres nas quais **os mínimos de acesso têm de ser cumpridos durante a competição**, e que estão sujeitas às seguintes cotas de participação:
- Juvenis A: 10 melhores tempos de inscrição
 - Juvenis B: 10 melhores tempos de inscrição
 - Juniores: 12 melhores tempos de inscrição
 - Seniores: 8 melhores tempos de inscrição
- As pistas vagas que possam remanescer, decorrentes do processo de inscrição, serão ocupadas equitativamente entre as inscrições remanescentes, procedendo à sua ocupação das categorias mais novas para as categorias mais velhas;
- 8.3. Nadadores das categorias de Juniores e Seniores poderão participar até ao máximo de **seis (6)** provas individuais mais estafetas;
- 8.4. Nadadores das categorias de Juvenis poderão participar até ao máximo de **cinco (5)** provas individuais mais estafetas;
- 8.5. Cada nadador poderá competir até ao máximo de duas (2) provas individuais por sessão;
- 8.6. Os atletas em Regime de Alto Rendimento não estão sujeitos ao estipulado em 8.3, 8.4, e 8.5;

8.7. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever até ao limite de **uma (1)** equipa na categoria agregada de Juvenis (Juvenis A+B) e **uma (1)** equipa na categoria de Absolutos;

- Todas as estafetas constituídas em regime de absolutos estão sujeitas ao cumprimento dos mínimos definidos para a categoria sénior;
- Todas as estafetas constituídas em Juvenis (A+B) têm de realizar o mínimo da categoria de Juvenis A;

9. CLASSIFICAÇÃO

9.1. Campeonatos Absolutos de Lisboa

- A classificação para Juvenis será realizada sempre em categoria agregada (Juvenis A + Juvenis B), e apenas para as provas do calendário olímpico salvo os 50 Livres;
- A classificação Absoluta será realizada por prova.

9.2. Campeonato de Clubes ANL

- A classificação do Campeonato de Clubes ANL será realizada pelo somatório dos pontos conquistados por prova e segundo a seguinte tabela:

Classificação	Prova Individual	Prova de Estafeta
1º	$(2*n)+1$	$(1,5*n)+1$
2º	$2*n$	$1,5*n$
3º	$(2*n)-1$	$(1,5*n)-1$
4º	$(2*n)+2$	$(1,5*n)+2$
5º	$(2*n)-3$	$(1,5*n)-3$
...

n = Número de equipas ANL inscritas no evento

- Para elaboração da classificação serão contabilizadas as 2 melhores pontuações absolutas obtidas por prova individual, e pela melhor pontuação absoluta obtida por prova de estafeta;
- Em caso de empate nas classificações por prova, a pontuação a atribuir será feita pelo somatório dos pontos em causa a dividir pelo número de nadadores empatados.

10. PRÉMIOS

10.1. Campeonatos Absolutos de Lisboa

- Por prova, serão atribuídos prémios aos três primeiros lugares de acordo com as classificações definidas em 9.1;

10.2. Campeonato de Clubes ANL

- Serão atribuídos troféus às 3 equipas mais pontuadas de acordo com as classificações definidas em 9.2;
- No caso de se verificarem empates na atribuição dos prémios coletivos, será utilizado como critério de desempate o número de 1^{os} lugares alcançados. Se não for suficiente serão utilizados os 2^{os} lugares, os 3^{os} lugares e assim sucessivamente.

11. PROGRAMA

1ª Jornada			2ª Jornada			3ª Jornada			4ª Jornada		
1	4x50 Livres	M	13	400 Estilos	M	23	100 Mariposa	F	35	1500 Livres	F
2	4x50 Livres	F	14	400 Estilos	F	24	100 Mariposa	M	36	800 Livres	M
3	1500 Livres	M	15	200 Livres	M	25	200 Bruços	F	37	200 Mariposa	F
4	800 Livres	F	16	200 Livres	F	26	200 Bruços	M	38	200 Mariposa	M
5	50 Mariposa	M	17	50 Bruços	M	Entrega de Medalhas (23-26)			Entrega de Medalhas (35-38)		
6	50 Mariposa	F	18	50 Bruços	F	27	50 Livres	F	39	100 Livres	F
7	100 Bruços	M	19	200 Costas	M	28	50 Livres	M	40	100 Livres	M
8	100 Bruços	F	20	200 Costas	F	29	100 Costas	F	41	200 Estilos	F
9	50 Costas	M	Entrega de Medalhas (13-20)			30	100 Costas	M	42	200 Estilos	M
10	50 Costas	F	21	4x100 Livres	M	31	400 Livres	F	Entrega de Medalhas (39-42)		
Entrega de Medalhas (1-10)			22	4x100 Livres	F	32	400 Livres	M	Entrega de Medalhas (43-44)		
11	4 x200 Livres	M	Entrega de Medalhas (21-22)			Entrega de Medalhas (27-32)			43	4x100 Estilos	F
12	4 x200 Livres	F				33	4x50 Estilos	F	44	4x100 Estilos	M
Entrega de Medalhas (11-12)						34	4x50 Estilos	M	Entrega de Medalhas (43-44)		
						Entrega de Medalhas (33-34)					

12. INSCRIÇÕES DOS CAMPEONATOS DE INFANTIS E ABSOLUTOS DE LISBOA & CAMPEONATO DE CLUBES ANL

- 12.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **21 de Junho de 2017**;
- 12.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Junho de 2016** e **20 de Junho de 2017**;
- 12.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

FESTIVAL REGIONAL DE VERÃO DE CADETES

1. **DATA:** 8 e 9 de Julho de 2017
2. **LOCAL:** Algés (SAD)
3. **HORÁRIO**

	Data	Aquecimento	Início de Provas
1ª Jornada	8-Jul-17	14h30	16h00
2ª Jornada	9-Jul-17	14h30	16h00

4. PARTICIPAÇÃO

- 4.1. Poderão participar nadadores das categorias de Cadetes;
- 4.2. Cada nadador poderá ser inscrito até ao máximo de **duas (2) provas individuais** por Jornada;
- 4.3. Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever até **duas (2)** equipas por categoria.

5. MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO

Femininos			Masculinos	
Cadetes B	Cadetes A		Cadetes B	Cadetes A
01:35,00	01:25,00	100 L	01:22,00	01:16,00
03:25,00		200 L	03:05,00	
	06:25,00	400 L		06:00,00
01:56,00	01:46,00	100 B	01:50,00	01:40,00
01:50,00	01:35,00	100 C	01:40,00	01:28,00
01:58,00	01:45,00	100 M	01:48,00	01:32,00
03:55,00	03:26,00	200 E	03:35,00	03:03,00

6. RESULTADOS

- 6.1. Os resultados serão realizados por prova e categoria.

7. INSCRIÇÕES

- 7.1. As inscrições deverão dar entrada até às **17h** do dia **29 de Junho de 2017**.
- 7.2. Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre **1 de Junho de 2016 e 28 de Junho de 2017**;
- 7.3. Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**).

8. PROGRAMA

1ª Jornada				2ª Jornada			
1	400 Livres	Cad. A	F	10	400 Livres	Cad. A	M
2	200 Livres	Cad. B	F	11	200 Livres	Cad. B	M
3	200 Estilos	Cad.A/B	M	12	200 Estilos	Cad.A/B	F
4	100 Bruços	Cad.A/B	F	13	100 Bruços	Cad.A/B	M
5	100 Livres	Cad.A/B	M	14	100 Livres	Cad.A/B	F
6	100 Costas	Cad.A/B	F	15	100 Costas	Cad.A/B	M
7	100 Mariposa	Cad.A/B	M	16	100 Mariposa	Cad.A/B	F
Intervalo 10'				Intervalo 10'			
8	4x100 Estilos	Cad.A/B	F	17	4x100 Estilos	Cad.A/B	M
9	4x100 Livres	Cad.A/B	M	18	4x100 Livres	Cad.A/B	F

Anexo I

Mínimos de Participação

Associação de Natação de Lisboa

Campo Desportivo Carlos Queiroz, Rua Gaspar Barreiros, Sala 6, 2790-212 Carnaxide
NIF: 501 631 518 // Telefone: +350 917 950 382 // geral@anlisboa.pt // www.anlisboa.pt

Regulamento
Aprovado por:

ANEXO I – MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO AOS CAMPEONATOS

Mínimos de Participação aos Campeonatos Regionais de Infantis – PC

Femininos				Prova	Masculinos			
Inf B (2005)		Inf A (2004)			Inf B (2004)		Inf A (2003)	
P50	P25	P50	P25		P50	P25	P50	P25
01:17,71	01:16,16	01:14,99	01:13,48	100 L	01:12,03	01:10,58	01:08,43	01:07,06
02:50,04	02:46,63	02:44,07	02:40,79	200 L	02:38,20	02:35,03	02:30,28	02:27,28
05:58,18	05:51,02	05:45,61	05:38,70	400 L	05:37,00	05:30,25	05:20,14	05:13,75
12:14,15	11:59,47	11:48,39	11:34,22	800L /1500L	22:39,96	22:12,76	21:31,96	21:06,13
05:36,00	05:29,28	05:19,20	05:12,82	4x100 L	05:08,56	05:02,39	04:54,56	04:48,67
12:02,40	11:47,95	11:29,92	11:16,12	4x200 L	11:12,00	10:58,56	10:40,64	10:27,83
01:28,10	01:26,35	01:25,01	01:23,32	100 C	01:22,11	01:20,47	01:18,01	01:16,45
03:11,02	03:07,20	03:04,31	03:00,62	200 C	02:59,04	02:55,46	02:50,08	02:46,69
01:40,88	01:37,85	01:36,53	01:33,63	100 B	01:33,21	01:30,41	01:26,94	01:24,33
03:39,72	03:33,14	03:30,26	03:23,94	200 B	03:24,00	03:17,88	03:13,94	03:08,13
01:28,88	01:26,21	01:24,34	01:21,81	100 M	01:21,41	01:18,97	01:16,17	01:13,89
03:18,53	03:12,57	03:07,68	03:02,04	200 M	03:01,70	02:56,24	02:52,83	02:47,64
03:11,65	03:07,82	03:04,93	03:01,24	200 E	03:02,47	02:58,82	02:53,34	02:49,88
06:46,43	06:38,29	06:32,17	06:24,33	400 E	06:25,86	06:18,15	06:06,58	05:59,24
06:26,40	06:18,67	06:04,00	05:56,72	4x100 E	05:52,80	05:45,74	05:32,64	05:25,99

Mínimos de Participação aos Campeonatos Regionais de Infantis – PL

Femininos				Prova	Masculinos			
Inf B (2005)		Inf A (2004)			Inf B (2004)		Inf A (2003)	
P50	P25	P50	P25		P50	P25	P50	P25
01:16,16	01:14,63	01:13,49	01:12,01	100 L	01:10,59	01:09,17	01:07,06	01:05,71
02:46,64	02:43,30	02:40,79	02:37,57	200 L	02:35,04	02:31,93	02:27,28	02:24,33
05:51,01	05:44,00	05:38,70	05:31,93	400 L	05:30,26	05:23,65	05:13,74	05:07,47
11:59,47	11:45,08	11:34,22	11:20,34	800L /1500L	22:12,76	21:46,10	21:06,13	20:40,80
05:29,28	05:22,69	05:12,82	05:06,56	4x100 L	05:02,39	04:56,34	04:48,67	04:42,90
11:47,95	11:33,79	11:16,12	11:02,60	4x200 L	10:58,56	10:45,39	10:27,83	10:15,27
01:26,34	01:24,62	01:23,31	01:21,65	100 C	01:20,46	01:18,87	01:16,45	01:14,92
03:07,20	03:03,45	03:00,62	02:57,01	200 C	02:55,46	02:51,95	02:46,68	02:43,36
01:38,86	01:35,89	01:34,60	01:31,76	100 B	01:31,34	01:28,60	01:25,20	01:22,64
03:35,33	03:28,87	03:26,05	03:19,86	200 B	03:19,92	03:13,92	03:10,06	03:04,36
01:27,10	01:24,49	01:22,65	01:20,17	100 M	01:19,78	01:17,39	01:14,64	01:12,41
03:14,56	03:08,72	03:03,92	02:58,40	200 M	02:58,06	02:52,72	02:49,37	02:44,29
03:07,82	03:04,07	03:01,24	02:57,61	200 E	02:58,82	02:55,24	02:49,88	02:46,48
06:38,30	06:30,33	06:24,32	06:16,64	400 E	06:18,15	06:10,58	05:59,24	05:52,06
06:18,67	06:11,10	05:56,72	05:49,59	4x100 E	05:45,74	05:38,83	05:25,99	05:19,47

Mínimos de Participação aos Campeonatos Absolutos de Lisboa – PC, Campeonatos Inverno de Lisboa e Campeonatos Absolutos de Lisboa

Femininos				Prova	Femininos					
Juv B (2002)		Juv A (2001)			Jun (2001)		Jun (2000)		Seniores (≤1999)	
P50	P25	P50	P25		P50	P25	P50	P25	P50	P25
0:31,62¹	0:30,99¹	0:31,62¹	0:30,99¹	50 L	00:31,62	00:30,99	00:31,30	00:30,68	00:31,15	00:30,53
01:11,50	01:10,08	01:09,51	01:08,13	100 L	01:07,57	01:06,23	01:06,92	01:05,59	01:06,58	01:05,26
02:35,04	02:31,94	02:30,73	02:27,72	200 L	02:26,52	02:23,60	02:25,10	02:22,20	02:24,38	02:21,50
05:26,60	05:20,08	05:17,54	05:11,18	400 L	05:08,66	05:02,48	05:05,66	04:59,54	05:04,15	04:58,07
11:09,43	10:56,04	10:50,83	10:37,81	800L	10:32,63	10:19,98	10:26,49	10:13,95	10:23,41	10:10,95
20:27,41¹	20:02,86¹	20:27,41¹	20:02,86¹	1500 L	20:27,41	20:02,86	20:15,48	19:51,17	20:09,53	19:45,34
2:19,71¹	2:16,91¹	2:15,64¹	2:12,93¹	4x50 L	2:12,98 (P50)		2:10,32 (P25)		02:05,69	02:03,17
04:55,71	04:49,81	04:47,51	04:41,75	4x100 L	4:41,22 (P50)		4:34,94 (P25)		04:33,81	04:28,33
10:40,33	10:27,53	10:22,55	10:10,09	4x200 L	9:48,00 (P50)		9:36,24 (P25)		09:52,90	09:41,04
0:36,04¹	0:35,32¹	0:36,04¹	0:35,32¹	50 C	00:36,04	00:35,32	00:35,69	00:34,98	00:35,51	00:34,80
01:21,07	01:19,43	01:18,82	01:17,23	100 C	01:16,61	01:15,07	01:15,86	01:14,34	01:15,49	01:13,98
02:54,17	02:50,69	02:49,33	02:45,95	200 C	02:44,60	02:41,31	02:43,00	02:39,74	02:42,20	02:38,95
0:40,24¹	0:39,03¹	0:40,24¹	0:39,03¹	50 B	00:40,24	00:39,03	00:39,85	00:38,66	00:39,67	00:38,48
01:32,05	01:29,29	01:29,52	01:26,83	100 B	01:27,03	01:24,42	01:26,20	01:23,60	01:25,77	01:23,20
03:18,71	03:12,76	03:13,25	03:07,46	200 B	03:07,88	03:02,25	03:06,07	03:00,49	03:05,17	02:59,62
0:34,37¹	0:33,34¹	0:34,37¹	0:33,34¹	50 M	00:34,37	00:33,34	00:34,04	00:33,02	00:33,88	00:32,86
01:19,13	01:16,77	01:16,96	01:14,65	100 M	01:14,82	01:12,57	01:14,10	01:11,87	01:13,74	01:11,53
02:53,75	02:48,53	02:48,97	02:43,90	200 M	02:44,27	02:39,34	02:42,69	02:37,81	02:41,91	02:37,05
				100 E		01:16,26		01:15,52		01:15,14
02:54,77	02:51,27	02:49,91	02:46,52	200 E	02:45,16	02:41,85	02:43,55	02:40,28	02:42,75	02:39,50
06:10,60	06:03,19	06:00,31	05:53,10	400 E	05:50,23	05:43,22	05:46,83	05:39,89	05:45,13	05:38,23
2:35,74¹	2:32,63¹	2:31,20¹	2:28,18¹	4x50 E	2:28,24 (P50)		2:25,28 (P25)		02:21,70	02:18,87
05:34,14	05:27,46	05:24,85	05:18,36	4x100 E	5:21,55 (P50)		5:15,12 (P25)		05:12,83	05:06,57

¹ - Mínimos de Participação válidos apenas para os Campeonatos de Absolutos de Lisboa & Campeonato de Clubes ANL

Mínimos de Participação aos Campeonatos Absolutos de Lisboa – PC, Campeonatos Inverno de Lisboa e Campeonatos Absolutos de Lisboa (Cont.)

Mascullinos				Prova	Mascullinos					
Juv B (2002)		Juv A (2001)			Jun (2000)		Jun (1999)		Seniores (≤1998)	
P50	P25	P50	P25		P50	P25	P50	P25	P50	P25
0:27,97¹	0:27,40¹	0:27,97¹	0:27,40¹	50 L	00:27,97	00:27,40	00:27,57	00:27,01	00:27,03	00:26,49
01:04,12	01:02,83	01:02,95	01:01,69	100 L	01:00,65	00:59,44	00:59,78	00:58,59	00:58,62	00:57,45
02:19,57	02:16,78	02:17,03	02:14,30	200 L	02:12,01	02:09,38	02:10,12	02:07,53	02:07,62	02:05,07
04:57,33	04:51,39	04:51,92	04:46,09	400 L	04:41,23	04:35,62	04:37,22	04:31,67	04:31,86	04:26,43
9:54,32¹	9:42,43¹	9:54,32¹	9:42,43¹	800L	09:54,32	09:42,43	09:45,83	09:34,11	09:34,51	09:23,02
19:59,88	19:35,89	19:38,06	19:14,51	1500 L	18:54,92	18:32,24	18:38,71	18:16,34	18:17,10	17:55,15
2:05,97¹	2:03,45¹	2:02,30¹	1:59,85¹	4x50 L	1:59,90 (P50)		1:57,50 (P25)		01:51,73	01:49,49
04:24,43	04:19,15	04:19,62	04:14,43	4x100 L	4:14,52 (P50)		4:09,42 (P25)		04:03,07	03:58,21
09:41,04	09:29,43	09:30,48	09:19,06	4x200 L	9:16,45 (P50)		9:05,32 (P25)		08:54,10	08:43,42
0:32,46¹	0:31,82¹	0:32,46¹	0:31,82¹	50 C	00:32,46	00:31,82	00:31,99	00:31,36	00:31,37	00:30,75
01:13,11	01:11,63	01:11,78	01:10,33	100 C	01:09,15	01:07,75	01:08,16	01:06,78	01:06,84	01:05,50
02:37,96	02:34,80	02:35,09	02:31,99	200 C	02:29,41	02:26,43	02:27,27	02:24,34	02:24,43	02:21,55
0:34,96¹	0:33,91¹	0:34,96¹	0:33,91¹	50 B	00:34,96	00:33,91	00:34,45	00:33,43	00:33,79	00:32,78
01:21,47	01:19,02	01:19,98	01:17,58	100 B	01:17,05	01:14,74	01:15,95	01:13,67	01:14,49	01:12,26
02:57,14	02:51,83	02:53,92	02:48,71	200 B	02:47,55	02:42,53	02:45,17	02:40,21	02:41,97	02:37,11
0:30,30¹	0:29,39¹	0:30,30¹	0:29,39¹	50 M	00:30,30	00:29,39	00:29,59	00:28,70	00:28,89	00:28,01
01:11,45	01:09,30	01:09,54	01:07,46	100 M	01:07,04	01:05,02	01:05,47	01:03,50	01:03,91	01:01,99
02:40,65	02:35,84	02:36,40	02:31,70	200 M	02:30,75	02:26,22	02:27,23	02:22,80	02:23,71	02:19,39
				100 E		01:07,25		01:06,29		01:05,01
02:41,00	02:37,77	02:38,07	02:34,90	200 E	02:32,28	02:29,23	02:30,10	02:27,10	02:27,20	02:24,25
05:40,44	05:33,64	05:34,26	05:27,57	400 E	05:22,02	05:15,58	05:17,42	05:11,06	05:11,28	05:05,06
2:23,14¹	2:20,28¹	2:18,98¹	2:16,20¹	4x50 E	2:16,25 (P50)		2:13,52 (P25)		02:05,35	02:02,84
05:00,00	04:54,01	04:54,56	04:48,66	4x100 E	4:46,67 (P50)		4:40,94 (P25)		04:35,77	04:30,25

¹ - Mínimos de Participação válidos apenas para os Campeonatos de Absolutos de Lisboa & Campeonato de Clubes ANL

Anexo II

Regulamento de inscrições

em provas ANL

Associação de Natação de Lisboa

Campo Desportivo Carlos Queiroz, Rua Gaspar Barreiros, Sala 6, 2790-212 Carnaxide
NIF: 501 631 518 // Telefone: +350 917 950 382 // geral@anlisboa.pt // www.anlisboa.pt

Regulamento
Aprovado por:

ANEXO II – REGULAMENTO DE INSCRIÇÕES EM COMPETIÇÕES (RIC)

Regras

1. Ficheiro convite

- 1.1. A ANL disponibiliza antecipadamente na sua página de Internet em www.anlisboa.pt, os ficheiros informáticos, chamados "ficheiro convite", para cada uma das competições por si organizadas;
- 1.2. Os clubes terão de utilizar um de dois programas disponíveis da Splash Software/GeoLogix, para efetuarem as inscrições para as provas: Team Manager ou Entry Editor;

2. Ficheiro de Inscrições

- 2.1. Os ficheiros gerados pelo software devem ser guardados obedecendo à nomenclatura: "**SIGLA – COMPETIÇÃO**", onde: *SIGLA* será a do clube (3 a 5 letras habitualmente), seguido do nome da competição a que se destinam as inscrições;
- 2.2. O ficheiro tem de ser enviado para o e-mail específico do *Sistema de Gestão de Inscrições (SGI)*: inscricoes@anlisboa.pt. No campo "Assunto" do email deve ser indicado a mesma nomenclatura do nome do ficheiro, seguido do propósito do mesmo: "*Inscrições*" ou "*Alterações*".

3. Envio de Inscrições

- 3.1. Cada competição contém no seu Regulamento Específico, uma data específica limite para o envio das inscrições, sendo as 17h00 a hora limite para a receção do e-mail com as mesmas;
- 3.2. Será enviado ao remetente, um e-mail de resposta automática, acusando a receção do envio de inscrições;
- 3.2.1. A hora do e-mail de confirmação definido em 3.2. será a que vigora para validação do envio de inscrições dentro dos prazos limites;
- 3.3. O remetente deverá confirmar que o e-mail enviado contém as inscrições à competição, pois na falta do ficheiro no e-mail ou qualquer outro erro existente no mesmo, implicará a sua não-aceitação;
- 3.4. Antes de terminar o prazo de inscrições, os clubes podem enviar as inscrições sempre que pretenda efetuar alguma correção, sendo que só o último ficheiro enviado será o processado e validado;
- 3.5. Podem os Clubes enviar inscrições fora do prazo, estando a aceitação das mesmas condicionadas ao disposto em 5.5 das Disposições Gerais do Regulamento Desportivo Regional, e **até ao prazo definido para alterações**;

4. Validação das Inscrições

- 4.1. As inscrições só serão validadas quando toda a informação necessária estiver observada, como sejam os dados completos de identificação do clube e dos atletas, o respeito pelos limites de atletas em prova ou do número de provas que estes podem competir, os tempos de inscrição de todos os atletas em todas as provas individuais ou de estafetas, conforme o articulado no ponto 5.4 do Regulamento Desportivo e a composição das provas de estafetas;
- 4.2. A ANL declina qualquer responsabilidade no conteúdo das inscrições, pelo que, quando não conformes ao estipulado pelo Regulamento Desportivo ou pelo presente Regulamento, as mesmas serão rejeitadas;

5. Período de Alterações

- 5.1. Com exceção de provas com regulamentação específica diferente para inscrições, um período de alterações verifica-se entre o prazo limite estipulado para a entrega de inscrições e as **13h** do 4º dia útil anterior ao dia de início da competição;
- 5.2. Durante este período:
 - 5.2.1. O Sistema de Gestão de Inscrições remeterá a cada Clube, a confirmação das suas inscrições e informação dos motivos de inscrições rejeitadas, para as inscrições iniciais, bem como para todos os ficheiros remetidos com alterações;
 - 5.2.2. O Clube poderá proceder a qualquer tipo de alterações das suas inscrições, salvo regulamentação específica em contrário;
 - 5.2.3. Todas as alterações às inscrições enviadas devem ser feitas com o envio de novo ficheiro contendo todas as inscrições corretas;
 - 5.2.4. Serão admitidas alterações sem ficheiro (por indicação escrita no e-mail) desde que o número de atletas com alterações não ultrapasse 2;
- 5.3. Apenas terminado o prazo de alterações, será emitida uma Lista de Inscritos provisória, que será remetida aos Clubes por email, e disponibilizada na página de Internet da competição;

6. Período de Anulações

- 6.1. Salvo regulamentação específica da competição, um período de anulações, ocorre entre o fim do Período de Alterações e as 21h do 2º dia útil anterior ao início da competição;
- 6.2. Os Clubes podem realizar anulações às inscrições não incorrendo no disposto em **4.8 c)** das Disposições Gerais do Regulamento Desportivo;
- 6.3. As mesmas têm de ser enviadas por escrito para o e-mail inscricoes@anlisboa.pt. Não serão aceites novos ficheiros informáticos;
- 6.4. As anulações da participação estão sujeitas ao disposto em 4.5 c). das Disposições Gerais do Regulamento Desportivo;

Anexo III

Normas de Realização de Competições na ANL

Associação de Natação de Lisboa

Campo Desportivo Carlos Queiroz, Rua Gaspar Barreiros, Sala 6, 2790-212 Carnaxide
NIF: 501 631 518 // Telefone: +350 917 950 382 // geral@anlisboa.pt // www.anlisboa.pt

Regulamento
Aprovado por:

ANEXO III – PROCEDIMENTOS DE CANDIDATURA E NORMAS PARA REALIZAÇÃO DE COMPETIÇÕES NA ANL

CONSIDERAÇÕES GERAIS

Os organizadores de uma Competição com realização na área territorial da Associação de Natação de Lisboa serão responsáveis por planear e executar as provas de Natação Pura, propostas no seu processo de candidatura, em total conformidade com o Regulamento Geral da FPN e em consonância com todos os dispostos no presente documento.

1. PROCEDIMENTOS PARA CANDIDATURA À ORGANIZAÇÃO DE PROVAS

1.1. A intenção de organização de competições oficiais dentro da área territorial da ANL deverá ser formalizada através de correio eletrónico e enviada para os serviços administrativos da Associação de Natação de Lisboa com a antecedência mínima de 45 dias em relação à data realização da competição. A formalização da intenção deverá incluir:

- ✓ Solicitação de disponibilização de corpo de arbitragem e respetivo orçamento;
- ✓ Indicação de data(s) e horários, e local previsto para realização da competição;

1.2. O deferimento referente ao disposto em 1.1 está sujeito às seguintes condições:

- ✓ Compatibilidade de data e horário para com restantes atividades realizadas pela ANL no âmbito da Natação Pura;
- ✓ Disponibilidade de elementos para constituição do corpo de arbitragem;

1.3. Caso exista deferimento à intenção manifestada em 1.1, deverá a organização da competição proceder em conformidade com o disposto nos artigos 74º e 75º do Regulamento Geral da Federação Portuguesa, submetendo a aprovação o regulamento de competição com a antecedência mínima de 20 dias em relação à data de realização da competição.

1.4. Os regulamentos de competição deverão estar de acordo com o Modelo de Regulamento para Competições na ANL definido (**Anexo V**);

1.5. Deve ainda a entidade organizadora informar qual o Diretor da Prova bem como quais as instituições convidadas a participar no evento e, se necessário, solicitar à ANL que proceda ao envio dos convites, regulamento, e ficheiros de inscrição.

1.6. A Associação de Natação de Lisboa, para todos os pareceres solicitados, dará resposta no prazo máximo de 5 dias úteis;

2. NORMAS PARA REALIZAÇÃO DE COMPETIÇÕES NA ANL

A organização de competições implica que as instituições asseguram as seguintes condições:

2.1. Plano de Água

O plano de água deve cumprir os seguintes requisitos:

- ✓ A qualidade da água dos planos a utilizar se encontram dentro dos parâmetros definidos na legislação em vigor, e que a mesma se mantém durante o período de competição;
- ✓ A temperatura da água se situe entre os 25 e os 28 graus Celcius;
- ✓ A piscina está devidamente equipada e em condições de competição, devendo ser verificado:

- Colocação dos festões de falsas partidas (15m) e de viragens de costas (5m) bem como as condições das respetivas bandeirolas ou flutuadores;
- Estado de fixação dos blocos de partida bem como as condições dos apoios para as partidas de costas;
- Estado das cordas flutuantes e respetivos flutuadores, garantindo que as mesmas estão fixas com o adequado nível de tensão;
- Correta colocação das pistas em harmonia com o legislado para as situações de competição;

2.2. Bancadas/Acomodação de atletas e público

O organizador deverá garantir:

- ✓ Existência de bancadas e/ou lugares suficientes para acomodação de atletas e público, em zonas devidamente diferenciadas para atletas e público e ajustadas ao número de participantes estimado para o evento;
- ✓ Assegurar a existência de W.C funcionais e em devidas condições de higiene para o público;

2.3. Áreas e Material de Apoio direto à Competição:

Para o evento, deverão ser disponibilizados:

- ✓ Balneários distintos para atletas e corpo de arbitragem, de ambos os géneros, com capacidade suficiente para acolherem o número estimado de praticantes;
- ✓ Área para o Secretariado da Competição (Organização);
- ✓ Sala/Área para reuniões de Delgados e corpo de Arbitragem;
- ✓ Área para Secretariado da Prova;
- ✓ Área para Câmara de Chamada;
- ✓ Sistema de Som;

2.4. Logística:

Para o evento, deverão ser disponibilizados:

- ✓ 3 Cadeiras por pista, sendo colocadas duas atrás de cada bolco de partida e uma atrás da parede de viragens;
- ✓ 2 a 3 mesas de apoio para o Secretariado da Prova e 4 a 6 cadeiras;
- ✓ Ponto de eletricidade no Secretariado da Prova;
- ✓ 1 mesa de apoio e uma cadeira para a Câmara de Chamada
- ✓ Sempre que viável, deverão ser colocadas baias ou outros delimitadores para assegurar a melhor circulação possível durante a competição;
- ✓ Em provas com atribuição de medalhas, deverá ser assegurado a colocação do pódio;

2.5. Horários de Disponibilização do Equipamento

A abertura do espaço a participantes e público será apenas realizada após verificadas as condições por parte do Diretor da Prova;

2.6. Nomeação e Responsabilidades do Diretor da Prova

Para todas as competições é obrigatória a nomeação do Diretor da Prova pelo organizador do evento. O Diretor da Prova será o responsável pelo normal decorrer do evento pelo que não poderá assumir quaisquer outras funções durante a realização da competição. São da sua responsabilidade as seguintes funções:

- ✓ Assegurar, antes do início do evento, que o equipamento cumpre todos os requisitos dispostos anteriormente;
- ✓ Distribuir e receber as fichas de estafetas entregando-as no Secretariado da Prova;
- ✓ Convocar e orientar a reunião de delegados (45 minutos antes do início da competição);
- ✓ Ser principal interlocutor entre os responsáveis das equipas e o juiz-árbitro da competição;
- ✓ Ser responsável pela recolha e afixação dos resultados;
- ✓ Se necessário solicitar colaboração junto juiz-árbitro para encontrar soluções a problemas que possam comprometer o normal funcionamento e segurança de realização da competição.

Anexo IV

Regulamento de Estágios e Seleções ANL

Associação de Natação de Lisboa

Campo Desportivo Carlos Queiroz, Rua Gaspar Barreiros, Sala 6, 2790-212 Carnaxide
NIF: 501 631 518 // Telefone: +350 917 950 382 // geral@anlisboa.pt // www.anlisboa.pt

Regulamento
Aprovado por:

ANEXO IV – REGULAMENTO DE ESTÁGIOS E SELEÇÕES ANL

ESTÁGIOS DE CADETES

De acordo com o estabelecido, serão realizados os seguintes 3 estágios de capacitação para atletas das categorias de Cadetes:

Critérios:

- De acordo com as quotas definidas pela FPN, por estágio, serão selecionados 24 Cadetes A (12 masculinos e 12 femininos);
- Adicionalmente à quota definida pela FPN, poderá o Departamento Técnico da ANL incluir ainda até ao limite máximo de 12 atletas.
 - Os atletas a serem convocados para além da cota definida resultam de deliberação do Departamento Técnico em função de objetivos internos definidos para o desenvolvimento da modalidade, e do momento desportivo de realização do estágio

1- Estágio de Capacitação de Cadetes - 1

Local: Cova da Piedade (SFUAP)

Datas: 09 e 10 de Janeiro de 2016

Horários Previstos:

	Data	Início	Final (Previsão)
1ª Sessão	14-Jan-17	14h30	18h30
2ª Sessão	15-Jan-17	9h00	13h00

- Os atletas serão selecionados pelo somatório dos tempos da três (3) provas combinadas (100MC, 100BCr, 100BCr) obtidos no Torregri 1;

2- Estágio de Capacitação de Cadetes - 2

Local: Cova Piedade (SFUAP)

Datas: 22 e 23 de Abril de 2017

Horários Previstos:

	Data	Início	Final (Previsão)
1ª Sessão	22-Abr-17	14h30	18h30
2ª Sessão	13-Abr-17	9h00	13h00

- Serão selecionados os atletas que, no Torregri 2, tenham obtido melhor pontuação FINA pelo somatório das provas de 200L, 100E, e duas provas de 100m (M, C, B);

3- Estágio de Capacitação de Cadetes - 3

Local: (a definir)

Datas: 24 e 25 de Junho de 2017

Horários Previstos:

a)	Data	Início	Final (Previsão)
1ª Sessão	24-Jun-17	14h30	18h30
2ª Sessão	25-Jun-17	9h00	13h00

- a) Serão selecionados os atletas que, no Torregri 3, tenham obtido melhor pontuação FINA pelo somatório das provas de 400L, 200E, e duas provas de 100m (M, C, B, ou L);

ESTÁGIOS DE INFANTIS

De acordo com o estabelecido, serão realizados 2 estágios de capacitação para atletas das categorias de Infantis. Estes estágios serão realizados em conjunto com a Associação de Natação do Distrito de Santarém de acordo com os seguintes critérios:

Crítérios:

- a) De acordo as quotas definidas pela FPN, serão selecionados 36 Infantis com base na seguinte tabela:

Masculinos		Femininos	
Infantis A	Infantis B	Infantis A	Infantis B
9	9	9	9

- b) Caso alguma das Associações Organizadoras não possua uma representatividade de pelo menos 8 atletas esta será assegurada de acordo com a seguinte quota regional:

Masculinos		Femininos	
Infantis A	Infantis B	Infantis A	Infantis B
2	2	2	2

- c) Adicionalmente à quota definida, poderão os Departamentos Técnicos da ANL e ANDS incluir ainda até ao limite máximo de mais 4 atletas.
- Os atletas a serem convocados para além da cota definida resultam de deliberação dos Departamentos Técnicos, em função da possível exclusão de atletas cujo nível técnico e desportivo possa não ter correspondido aos resultados obtidos para efeitos de seleção;

1- Estágio de Capacitação de Infantis - 1

Local: Estoril (AHBE)

Datas: 7 e 8 de Janeiro de 2017

Horários Previstos:

	Data	Início	Final (Previsão)
1ª Sessão	7-Jan-17	9h00	18h30
2ª Sessão	8-Jan-17	9h00	13h00

- a) Serão selecionados os atletas que tenham obtido melhor pontuação FINA no somatório das provas individuais correspondentes ao Torneio Regional de Meio Fundo;

2- Estágio de Capacitação de Infantis - 2

Local: Estoril (AHBE)

Datas: 27 e 28 de Maio de 2017

Horários Previstos:

	Data	Início	Final (Previsão)
1ª Sessão	27-Mai-17	9h00	18h30
2ª Sessão	28-Mai-17	9h00	13h00

- a) Os atletas serão selecionados de acordo com o somatório de pontos FINA das 5 provas do Torneio Nadador Completo;

SELECÇÕES

A realização de seleções ANL está prevista no projeto técnico de desenvolvimento de excelência regional.

Participação na Taça Vale do Tejo

Em 2016-2017, está desde já assegurada a participação na Taça Vale do Tejo com realização a 4 de Março de 2017. Para este evento, estabelecem-se os seguintes critérios:

- a) Irão participar até 28 atletas, preferencialmente de acordo com a seguinte distribuição:
 - ✓ 7 Atletas masculinos, e 7 atletas femininos, das categorias de Infantis (A+B);
 - ✓ 7 Atletas masculinos, e 7 atletas femininos, da categoria de Juvenis (A+B);
- b) Os atletas selecionados para cada prova do programa serão selecionados de acordo com o ranking ANL com tempos obtidos entre **1 de Junho de 2016** e **26 de Fevereiro de 2017**.
- c) Caso o atleta seja selecionado para mais de uma prova individual caberá ao Departamento Técnico decidir se a sua participação é superior a uma prova individual.
- d) Em momento algum um atleta será selecionado para mais que uma prova por sessão;
- e) O corpo técnico a acompanhar a prova será constituído pelo Director Técnico Regional e por 3 treinadores convidados pelo Departamento Técnico da ANL, sendo estes selecionados em função do número de atletas participantes por equipa;
- f) A constituição das estafetas será elaborada pelo departamento técnico da ANL, com base na seleção realizada e após observação do estado dos participantes no dia de competição, e após consulta dos treinadores convidados;
- g) Não serão selecionados atletas que estejam em representação da seleção nacional ou a participar em estágios nacionais, nem atletas que não tenham participado em estágios ou representações ANL para os quais tenham sido convocados
- h) Todas as situações que não possam ser enquadradas nos critérios estabelecidos, serão analisadas e decididas pela Direção da ANL mediante parecer do Departamento Técnico.
- i) **Divulgação da Convocatória e Confirmações:**
 - ✓ A divulgação da convocatória de atletas será realizada até **dia 27 de Fevereiro de 2017**, sendo que todas as confirmações de participação deverão ser comunicadas ao Departamento Técnico da ANL (dtr@anlisboa.pt) até às **13 horas de dia 1 de Fevereiro de 2017**.
 - ✓ Atletas cuja confirmação não seja rececionada serão substituídos de acordo com os critérios acima definidos.
 - ✓ A um atleta selecionado para representar a ANL, fica proibida a sua participação em qualquer outra competição que possa ter lugar no mesmo dia, salvo em representação da FPN;

- ✓ Atletas seleccionados pela ANL e que não se façam representar estão sujeitos à apresentação de atestado médico bem como de uma exposição escrita dirigida à Direcção da ANL justificando a impossibilidade de representação;

Outras Seleções

A realização de qualquer outra seleção será divulgada até ao prazo mínimo de 30 dias, em conjunto com a prova a realizar e os respetivos critérios de seleção.

Anexo V

Modelo de Regulamento Específico para competições

Associação de Natação de Lisboa

Campo Desportivo Carlos Queiroz, Rua Gaspar Barreiros, Sala 6, 2790-212 Carnaxide
NIF: 501 631 518 // Telefone: +350 917 950 382 // geral@anlisboa.pt // www.anlisboa.pt

Regulamento
Aprovado por:

ANEXO V – MODELO DE REGULAMENTO ESPECÍFICO PARA COMPETIÇÕES



Logotipo do Clube

Nome da Prova

Local

Data de Realização



(Clicar duas vezes aqui para editar)

Nome da Prova

Nome da prova a realizar

1. ORGANIZAÇÃO: Nome do Clube ou Entidade Organizadora
2. DIRECTOR DA PROVA: Nomeado pelo organizador
3. ARBITRAGEM: A Arbitragem estará ao cargo do Concelho Regional de Arbitragem da ANL
4. DATA: Dia ou dias de realização da competição
5. LOCAL: Nome da piscina onde será realizada a competição
6. HORÁRIO:

	DATA	AQUECIMENTO	INÍCIO DAS PROVAS
1ª Jomada			
2ª Jomada			

7. PARTICIPAÇÃO:

- 7.1. Descrição dos participantes (Ex.: Poderão participar atletas pertencentes aos Clubes/Equipas convidados pela entidade organizadora);
- 7.2. Descrição das categorias a que se destina (Ex.: A Competição destina-se a atletas pertencentes às Categorias de Infantis B, Juvenis e Seniores);
 - 7.2.1. Caso existam provas complementares, define-se as categorias a que se destinam (Ex.: Serão ainda realizadas provas complementares destinadas às categorias de Cadetes e de Masters);
- 7.3. Descrição dos limites de participação caso existam (Ex.: Cada nadador poderá ser inscrito no máximo de três (3) provas individuais);
 - 7.3.1. Caso existam, descrevem-se os limites de participação para os atletas das provas complementares (Ex.: Para as provas complementares, cada atleta da categoria de cadete apenas poderá participar em **uma (1)** prova individual, e cada atleta das categorias de Masters poderá participar até duas (2) provas individuais);
- 7.4. Se necessário, define-se o número limite de inscrições por clube para as provas de estafetas (Ex.: Cada clube poderá inscrever apenas **(1) uma** equipa por prova/categoria/género);
- 7.5. Se necessário, define-se o prazo de entrega das constituição das equipas de estafetas (Ex.: A Constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue na Mesa do Júri até 30 minutos antes do início da respectiva jornada);
- 7.6. Aqui, poderão ainda ser adicionados outros factores referentes à participação (Ex.: Podem os clubes fazer trocas de nadadores que não possam participar, por outros que estejam inscritos, até ao limite de uma hora antes do início de cada jornada);
- 7.7. Descrição do tipo de organização de séries (Ex.: Os nadadores serão agrupados por séries de acordo com o seu tempo de inscrição);
- 7.8. Duração das Sessões (Ex.: Sempre que a duração de uma jornada tiver uma duração prevista superior a 3h45min, a Associação de Natação de Lisboa poderá proceder à redução de programa ou regime participação. Quaisquer alterações a implementar serão dadas a conhecer aos clubes participantes de modo a que estes possam proceder em conformidade dentro dos prazos definidos.)

2



(Clicar duas vezes aqui para editar)

Nome da Prova

8. **INSCRIÇÕES:** Descrição dos prazos de e forma de inscrição (Ex.:As inscrições deverão dar entrada na sede da ANL, em ficheiro informático até ao dia 1 de Janeiro de 2010);
 - 8.1. Se necessário, incluir de prazos de alteração de inscrição (Ex.:Até ao dia 25 de Dezembro de 2009 pode o clube retirar os nadadores que pretende da prova);
9. **CLASSIFICAÇÕES/ PRÉMIOS:** Definição do tipo de classificação existente (Ex.:Serão elaboradas classificação por prova, categoria e género);
10. Acima deste regulamento, e em casos omissos, vigora o regulamento da Federação Portuguesa de Natação

11. PROGRAMA:

Ex.1:

1ª JORNADA			
1	4x100 Livres	F	Complementar - Masters
2	4x100 Livres	M	Complementar - Masters
3	200 Livres	F	Absolutos
4	200 Livres	M	Absolutos
5	100 Mariposa	F	Complementar - Cadetes
6	100 Mariposa	M	Complementar - Cadetes
7	200 Costas	F	Absolutos
8	200 Costas	M	Absolutos
9	200 Bruços	F	Absolutos
10	200 Bruços	M	Absolutos
11	100 Costas	F	Complementar - Cadetes
12	100 Costas	M	Complementar - Cadetes
13	200 Mariposa	F	Absolutos
14	200 Mariposa	M	Absolutos
15	200 Estilos	F	Absolutos
16	200 Estilos	M	Absolutos

Ex.2:

1ª JORNADA			2ª JORNADA		
1	4x 100 Estilos	F	9	4x 100 Estilos	M
2	4x100 Livres	M	10	4x100 Livres	F
3	200 Livres	F	11	200 Livres	M
4	200 Estilos	M	12	200 Estilos	F
5	100 Mariposa (Inf-B)	F	13	100 Mariposa (Inf-B)	M
6	200 Mariposa (Inf-A)	F	14	200 Mariposa (Inf-A)	M
7	200 Costas	M	15	200 Costas	F
8	200 Bruços	F	16	200 Bruços	M

3