



TORNEIO TRIANGULAR DE JUNIORES E SENIORES FC PORTO

Organização: FC Porto / ANNP

Data: 24 de Outubro de 2020

Local: Piscina de Campanhã (50m-8 pistas)

Horário: 17h00 (Aquecimento 1 - 15h30/16h05, Aquecimento 2 – 16h10/16h45)

Participação: Juniores (Masc:2003/2004, Fem:2004/2005)

Seniores (Masc:2002 e mais velhos, Fem:2003 e mais velhas)

- . Participação por convites (FC Porto + 2 clubes).
- . O clube organizador pode participar com um total de 25 atletas, enquanto os dois clubes convidados poderão inscrever um máximo de 20 atletas, totalizando um máximo de 65 atletas.
- . Cada clube poderá incluir um máximo de dois elementos de staff (treinadores, dirigentes ou profissionais de saúde), totalizando 6 elementos
- . Cada atleta poderá participar num máximo de três provas do programa.
- . O clube organizador poderá inscrever um máximo de 4 atletas em cada uma das provas, enquanto os clubes convidados poderão inscrever um máximo de 2 atletas por prova.
- . Os atletas deverão ser inscritos com a sua melhor marca de sempre.

Inscrições: as inscrições (em ficheiro lxf) deverão ser enviadas para a ANNP até às **19h00 do dia 16 de Outubro de 2020.**

Programa:

1	50 Mariposa	Femininos
2	50 Mariposa	Masculinos
3	50 Costas	Femininos
4	50 Costas	Masculinos
5	50 Bruços	Femininos
6	50 Bruços	Masculinos
7	50 Livres	Femininos
8	50 Livres	Masculinos
9	400 Livres	Femininos
10	400 Livres	Masculinos
11	200 Mariposa	Femininos
12	200 Mariposa	Masculinos
13	200 Costas	Femininos
14	200 Costas	Masculinos
Intervalo de 15 minutos		
15	200 Bruços	Femininos
16	200 Bruços	Masculinos
17	200 Livres	Femininos
18	200 Livres	Masculinos
19	400 Estilos	Femininos
20	400 Estilos	Masculinos
21	100 Mariposa	Femininos
22	100 Mariposa	Masculinos
23	100 Costas	Femininos
24	100 Costas	Masculinos
25	100 Bruços	Femininos
26	100 Bruços	Masculinos
27	100 Livres	Femininos
28	100 Livres	Masculinos

Tópicos para Regulamento Sanitário*

*(Um Regulamento Sanitário mais completo foi submetido ao parecer da DGS.

O resultado desse parecer será enviado à ANNP/FPN assim que o recebamos)

1. A competição decorrerá sem a presença de público, com um máximo de 100 pessoas dentro da piscina
2. As três equipas deverão chegar separadamente à piscina.
3. Será efetuado controlo da temperatura à entrada das instalações, bem como a higienização das mãos e calçado.
4. Cada uma das equipas ocupará uma zona da bancada, devidamente assinalada e isolada das restantes.
5. Não serão utilizados balneários.
6. Dentro das instalações será obrigatório o uso de máscara a todos os participantes, apenas podendo ser retiradas nos momentos que antecedem a entrada dos atletas na água, devendo voltar a ser colocada imediatamente após a saída da água.
7. Os lugares de bancada a serem utilizados pelos atletas, estarão devidamente assinalados e respeitarão o distanciamento mínimo de 2 metros, exigindo-se a todos os participantes que cumpram as regras de distanciamento.
8. Existirão dois turnos de aquecimento sem que haja contacto entre os atletas das três equipas participantes. O clube organizador aquecerá no primeiro turno (oito pistas, com um máximo de 3 atletas por pista), os dois clubes convidados aquecerão no segundo turno (3 pistas para cada um, com um máximo de 7 atletas por pista), cada um num lado da piscina e com duas pistas de separação entre ambos. Será obrigatório o duche prévio (junto a cada um dos topos da piscina).
9. No decorrer da competição, apenas poderão estar no cais os atletas da prova a decorrer (oito), cada um na sua pista (distanciamento de 2,5 metros), só podendo entrar os atletas da prova seguinte, depois destes terem abandonado o cais.
10. Não haverá câmara de chamada, devendo os atletas deslocar-se diretamente para a respetiva pista, quando chamados pela instalação sonora.

11. Haverá um circuito distinto para entrada e saída do cais, de modo a que não haja cruzamento de atletas no mesmo.
12. A competição terá uma duração de aproximadamente 2h30.
13. Todas as equipas deverão responsabilizar-se pelo controlo de qualquer sinal de doença nas horas que antecedem a competição, assumindo a responsabilidade de apenas competir com atletas isentos destes sinais (temperatura acima dos 37,5 graus, tosse, falta de ar, dor de cabeça, falta de olfato, falta de paladar, dor de garganta, escorrência nasal ou diarreia)
14. Será disponibilizada (e indicada) uma casa de banho independente para cada clube, para a equipa de arbitragem e para os elementos da organização, sendo as mesmas higienizadas com regularidade.
15. Será devidamente indicada uma sala de isolamento, de modo a cumprir todos os preceitos legais, em caso de necessidade.