

TORNEIO ZONAL 2010

1. Local

Localidade – PONTE DA BARCA

Piscina - Municipal de Ponte da Barca (25m x 8 pistas)

2. Data

05, 06 e 07 de Março de 2010

3. Horário das Jornadas

1ª Jornada ⇒ Sexta feira dia **05 de Março**

- Abertura da Piscina - 14.00 horas
- Início do Aquecimento - 14.30 horas
- Início da Competição - 16.00 horas

2ª Jornada ⇒ Sábado dia **06 de Março**

1ª Sessão

- Abertura da Piscina - 07.30 horas
- Início do Aquecimento - 08.00 horas
- Início da Competição - 09.30 horas

2ª Sessão

- Abertura da Piscina - 14.00 horas
- Início do Aquecimento - 14.30 horas
- Início da Competição - 16.00 horas

3ª Jornada ⇒ Domingo dia **07 de Março**

1ª Sessão

- Abertura da Piscina - 07.30 horas
- Início do Aquecimento – 07.45 horas
- Início da Competição - 09.00 horas

2ª Sessão

- Abertura da Piscina – 14.00 horas
- Início do Aquecimento – 14.30 horas
- Início da Competição – 16.00 horas

4. Participação

- Destina-se aos nadadores Infantis, grupos A e B, masculinos e femininos, dos clubes filiados nas seguintes associações de natação: ANA, ANC, ANMinho, ANNP, ARNN.
- Têm direito a participar neste Torneio os nadadores e as equipas de estafetas, 1 (uma) por clube, escalão etário e género, da categoria de infantis A e B, que tenham obtido o TAC nas respectivas distâncias e técnicas entre 6 de Março de 2009 e 23 de Fevereiro de 2010.
- O nadador que tenha obtido TAC na prova de 200m de uma técnica poderá participar na prova de 100m da mesma técnica (sem ter obtido TAC para esta), sendo obrigatório a participação deste na prova de 200m.

- Cada nadador só poderá ser inscrito, ao longo das 3 jornadas (5 sessões), em 5 provas individuais mais as estafetas, sendo-lhe permitido nadar um máximo de 2 provas por sessão.

5. Inscrições

- As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail (anminho@gmail.com) através de formato electrónico (Ixf.) até ao dia 24 de Fevereiro, seguidas do respectivo pagamento até ao dia anterior ao início da competição, sem o qual as inscrições não serão consideradas.
- A indicação da constituição das equipas de estafetas, uma por escalão etário/clube/género, deverá ser entregue no Secretariado da Competição até 30 minutos antes do início de cada sessão.

6. Taxas de inscrição

- A participação dos atletas nas provas está sujeita ao pagamento de taxas de inscrição por prova, individual e colectiva.
- Taxa de inscrição por prova individual: 2,10€ (dois EUROS e dez cêntimos)
- Taxa de inscrição por estafeta: 6€ (seis EUROS)

7. Diversos

- Os nadadores serão agrupados por séries, segundo os tempos de inscrição, independentemente do escalão etário a que pertencem (caso haja mais do que 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas).

8. Classificações /Prémios

- Haverá classificações separadas por prova, escalão etário e género.
- Serão concedidos prémios aos 3 (três) primeiros classificados de cada prova, escalão etário e género.

9. Tabela de Tempos de Admissão aos Campeonatos (TAC)

- Publicada neste regulamento e também no anexo do Regulamento de Competições Nacionais da FPN (TAB-2).

9. Programa de Provas

1ª Jornada - 05 de Março

1ª Prova	400m	Estilos	Fem.
2ª Prova	400m	Estilos	Masc.
3ª Prova	100m	Costas	Fem.
4ª Prova	100m	Costas	Masc.
Entrega de medalhas			
5ª Prova	4x200m	Livres	Fem.
6ª Prova	4x200m	Livres	Masc.
Entrega de medalhas			

2ª Jornada – 06 de Março

1ª Sessão

7ª Prova	800m	Livres	Fem.
8ª Prova	400m	Livres	Masc.
9ª Prova	200m	Bruços	Fem.
Entrega de medalhas			
10ª Prova	200m	Costas	Masc.
11ª Prova	200m	Estilos	Fem.
Entrega de medalhas			

2ª Sessão

12ª Prova	200m	Livres	Masc.
13ª Prova	100m	Livres	Fem.
14ª Prova	100m	Bruços	Masc.
Entrega de medalhas			
15ª Prova	200m	Mariposa	Fem.
16ª Prova	100m	Mariposa	Masc.
Entrega de medalhas			
17ª Prova	4x100m	Estilos	Fem.
18ª Prova	4x100m	Livres	Masc.

3ª Jornada – 07 de Março

1ª Sessão

19ª Prova	1500m	Livres	Masc.
20ª Prova	400m	Livres	Fem.
21ª Prova	200m	Bruços	Masc.
Entrega de medalhas			
22ª Prova	200m	Costas	Fem.
23ª Prova	200m	Estilos	Masc.
Entrega de medalhas			

2ª Sessão

24ª Prova	200m	Livres	Fem.
25ª Prova	100m	Livres	Masc.
26ª Prova	100m	Bruços	Fem.
Entrega de medalhas			
27ª Prova	200m	Mariposa	Masc.
28ª Prova	100m	Mariposa	Fem.
Entrega de medalhas			
29ª Prova	4x100m	Estilos	Masc.
30ª Prova	4x100m	Livres	Fem.
Entrega de medalhas			

Tempos de Acesso aos Campeonatos (TAC)

TORNEIOS ZONAIS DE INFANTIS Piscina Curta 2009 / 2010

FEMININOS			MASCULINOS	
Inf. B (98)	Inf. A (97)		Inf. B (97)	Inf. A (96)
TAC	TAC		TAC	TAC
01:13.00	01:10.00	100 L	01:06.50	01:03.00
02:38.00	02:31.00	200 L	02:26.50	02:20.20
05:32.00	05:16.50	400 L	05:05.00	04:53.50
11:36.00	10:50.00	800 L / 1500 L	20:08.00	19:22.00
05:10.00	04:58.00	4x100 L	04:43.00	04:32.00
11:06.00	10:25.50	4x200 L	10:20.00	09:54.00
01:24.00	01:20.00	100 C	01:17.00	01:13.20
03:00.00	02:52.00	200 C	02:45.00	02:37.00
01:35.00	01:30.50	100 B	01:27.50	01:22.00
03:22.00	03:14.50	200 B	03:09.00	02:59.00
01:25.00	01:20.00	100 M	01:17.50	01:12.60
03:15.00	03:00.00	200 M	02:53.50	02:43.50
03:00.00	02:52.00	200 E	02:45.00	02:38.00
06:23.00	06:03.50	400 E	05:50.00	05:35.00
05:53.00	05:37.00	4x100 E	05:26.00	05:07.00