

# III Torneio CNPO

O III torneio de natação pura do Clube Naval Povoense realiza-se no dia 21 de janeiro de 2017, pelas 15h00, nas piscinas municipais da Póvoa de Varzim. Esta piscina possui dimensões olímpicas, 50 metros, e 8 pistas de competição.

## 1. Regulamento

O torneio segue as regras da Federação Portuguesa de Natação (*FPM*) estando a arbitragem e a cronometragem eletrónica a cargo do Conselho Regional de Arbitragem e da Associação de Natação do Norte de Portugal (*ANNP*). Este torneio destina-se a atletas federados das seguintes categorias/escalões etários:

Categoria	Escalão Etário
<b>Cadetes</b>	Masculinos: 2005 a 2008 Femininos: 2006 a 2008
<b>Infantis</b>	Masculinos 2003 (Infantis A) e 2004 (Infantis B) Femininos: 2004 (Infantis A) e 2005 (Infantis B)
<b>Juvenis</b>	Masculinos: 2001 (Juvenis A) e 2002 (Juvenis B) Femininos: 2002 (Juvenis A) e 2003 (Juvenis B)

1.1 As provas destinadas à categoria de **cadetes** não contam para efeitos de classificação final do torneio, decorrendo em regime de extracompetição.

1.2 Os cadetes inscritos apenas podem participar numa das provas de estafetas.

1.3 A participação é conjunta (cadetes A e cadetes B) e mista (dois nadadores masculinos e dois atletas femininos).

1.4 Nas provas destinadas às categorias de **juvenis** e **infantis**, cada clube pode inscrever 1 nadador por prova, escalão etário e sexo, exceto os 200 estilos que são obrigatórios a todos os atletas.

- 1.5 Cada equipa pode inscrever no máximo: 4 infantis B masculinos; 4 infantis B femininos; 4 infantis A masculinos, 4 infantis A femininos; 4 juvenis B masculinos e 4 juvenis B femininos; 4 juvenis A masculinos e 4 juvenis A femininos.
- 1.6 Na prova de 200 estilos podem apenas participar 2 infantis A, 2 infantis B, 2 juvenis A e 2 juvenis B masculinos; 2 infantis A, 2 infantis B, 2 juvenis A e 2 juvenis B femininos.
- 1.7 Os nadadores das categorias de infantis e juvenis devem realizar duas provas individuais e apenas uma prova de estafeta.
- 1.8 Nas provas destinadas às categorias de infantis e juvenis podem participar nadadores de outras categorias do Clube Naval Povoense, em regime extracompetição não contando para a classificação final.
- 1.9 Nas provas de estafetas, cada clube apenas pode inscrever uma equipa.
- 1.10 As estafetas devem ser mistas (2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos) e compostas por um nadador de cada escalão etário: 1 atleta do escalão infantil B, 1 do escalão infantil A, 1 do escalão juvenil B e 1 do escalão juvenil A.
- 1.11 Os nadadores serão agrupados por series, segundo os tempos de inscrição independentemente da categoria a que pertençam.
- 1.12 São permitidas substituições de nadadores em provas, desde que estes constem da lista onomástica enviada.
- 1.13 As alterações e a constituição das estafetas devem ser entregues 1 hora antes do início da competição.

## 2. Prémios e classificações

- 2.1 A classificação individual será determinada pelo somatório das pontuações da tabela FINA em vigor obtidas pelos nadadores na prova de 200 metros estilos e da outra prova de 100 metros escolhida.
- 2.2 Serão atribuídos prémios individuais aos três primeiros classificados em cada escalão etário e sexo.

2.3 A classificação coletiva será determinada pela classificação individual e das classificações das estafetas por grupo etário e género.

2.4 Em caso de empate, vence a equipa que tiver o maior número de 1º lugares, 2º lugares e assim sucessivamente.

2.5 A pontuação para a classificação final será atribuída segundo a seguinte tabela, em que N representa o número de clubes participantes:

1º Lugar	N+1
2º Lugar	N-1
3º Lugar	N-2
4º Lugar	N-3
5º Lugar	N-4
6º Lugar	N-5
7º Lugar	N-6
8º Lugar	N-7
9º Lugar	N-8
10º Lugar	N-9
11º Lugar	N-10
12º Lugar	N-11
13º Lugar	N-12
14º Lugar	N-13
15º Lugar	N-14
16º Lugar	N-15
17º Lugar	N-16
18º Lugar	N-17
19º Lugar	N-18
20º Lugar	N-19

2.6 Serão entregues prémios aos três primeiros clubes classificados.

### 3. Programa

13h45	<b>Abertura das instalações</b>
14h00	<b>Início do aquecimento</b>
14h45	<b>Final do aquecimento</b>
15h00	Prova 1 – 200m Estilos (Masculinos)
15h30	Prova 2 – 200m Estilos (Femininos)

<b>16h00</b>	<b>Prova 3 – 4 x 50 Livres – Cadetes extra competição</b>
<b>16h15</b>	Prova 4 – 100m Livres (Masculinos)
<b>16h30</b>	Prova 5 – 100m Livres (Femininos)
<b>16h45</b>	Prova 6 – 100m Bruços (Masculinos)
<b>17h00</b>	Prova 7 – 100m Bruços (Femininos)
<b>17h15</b>	Prova 8 – 100m Costas (Masculinos)
<b>17h30</b>	Prova 9 – 100m Costas (Femininos)
<b>17h45</b>	Prova 10 – 100m Mariposa (Masculinos)
<b>18h00</b>	Prova 11 – 100m Mariposa (Femininos)
<b>18h15</b>	<b>Prova 12 – 4 x 50m Estilos – Cadetes extra competição</b>
<b>Intervalo 15 minutos</b>	
<b>18h30</b>	Prova 13 – 4x50m Livres Mistos (Infantis e Juvenis)
<b>18h40</b>	Prova 14 – 4x50m Estilos Mistos (Infantis e Juvenis)
<b>19h00</b>	<b>Entrega de prémios</b>

## 4. Data de inscrição

4.1 As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP (info@annp.pt), através do respetivo ficheiro Ixf, até às 19h00 do dia 13 de Janeiro de 2017.