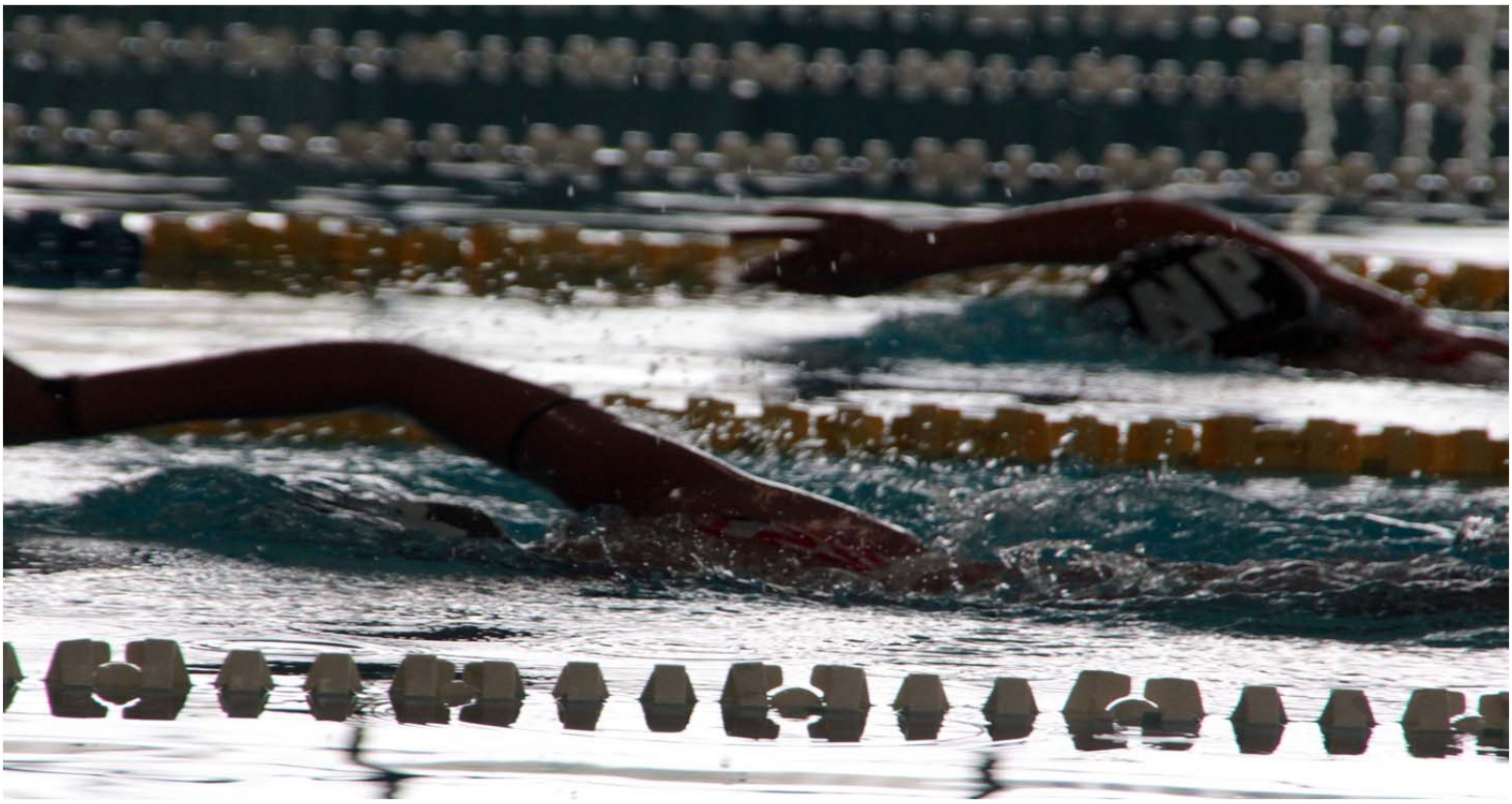

I TORNEIO NATAÇÃO PURA

CLUBE NAVAL POVOENSE

DIA 17 DE JANEIRO 2015

SÁBADO 15H30

ORGANIZAÇÃO:

CLUBE NAVAL POVOENSE | CÂMARA MUNICIPAL DA PÓVOA DE VARZIM

Varzim Lazer EEM | Associação de Natação Norte de Portugal

PATROCINADOR:

GRUZIM
COMÉRCIO DE MÁQUINAS INDUSTRIAIS, LDA.

REGULAMENTO

1. O I Torneio Natação Pura do Clube Naval Povoense disputa-se no dia 17 de Janeiro de 2015 nas instalações das Piscinas Municipais do Varzim Lazer, Póvoa de Varzim.

2. A piscina possui dimensões olímpicas (50 metros) e 8 pistas de competição.

3. O Torneio segue as regras FPN estando a arbitragem a cargo do Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Natação do Norte de Portugal.

4. Este torneio destina-se a atletas federados dos seguintes escalões etários:

- Infantis A e B
- Absolutos

5. Os clubes, convidados pela organização do torneio, poderão apenas inscrever um atleta por escalão prova individual e uma equipa por escalão e prova de estafetas (Infantil A, Infantil B e Absolutos).

6. A estafeta mista deve ser composta por 2 elementos de cada género e do mesmo escalão.

7. Os Clube Naval Povoense poderá inscrever mais que um atleta por prova, contudo apenas um contará para classificação. O nadador do clube que contará para a classificação final, será mencionado no momento da inscrição.

8. As provas extra de cadetes estão reservadas apenas a atletas do Clube Naval Povoense e alguns clubes e escolas de natação convidadas.

9. Serão permitidas substituições de atletas que constem da lista onomástica. Estas devem ser comunicadas com uma hora de antecedência do início da competição.

10. As inscrições devem dar entrada através do respetivo ficheiro lxf, até às 19H00 do dia 05 de Janeiro de 2015 para info@annp.pt

PROVAS

CADETES A e B	INFANTIS A e B | ABSOLUTOS
50L	100L, 100C, 100B, 100M, 200E
	4 x 50 estilos estafeta mista

1. As séries são organizadas por escalão, ou seja, uma série de infantis A, uma de infantis B e outra de absolutos.

PROGRAMA

14h00	*Início do aquecimento*
15h15	*Final do aquecimento*
15h30	**PROVA 1 - 100 LIVRES | 3 SÉRIES** *INFANTIS A-B e ABSOLUTOS FEMININOS* **PROVA 2 - 100 LIVRES | 3 SÉRIES** *INFANTIS A-B e ABSOLUTOS MASCULINOS*
15h45	**PROVA 3 - 100 BRUÇOS | 3 SÉRIES** *INFANTIS A-B e ABSOLUTOS FEMININOS* **PROVA 4 - 100 BRUÇOS | 3 SÉRIES** *INFANTIS A-B e ABSOLUTOS MASCULINOS*
16H00	**PROVA 5 - 100 COSTAS | 3 SÉRIES** *INFANTIS A-B e ABSOLUTOS FEMININOS* **PROVA 6 - 100 COSTAS | 3 SÉRIES** *INFANTIS A-B e ABSOLUTOS MASCULINOS*

16H15	**PROVA 7 - 100 MARIPOSA | 3 SÉRIES** *INFANTIS A-B e ABSOLUTOS FEMININOS* **PROVA 8 - 100 MARIPOSA | 3 SÉRIES** *INFANTIS A-B e ABSOLUTOS MASCULINOS*
EXTRA	***PROVA 9 - EXTRA COMPETIÇÃO | 50 L CADETES A-B FEM***
EXTRA	***PROVA 10 - EXTRA COMPETIÇÃO | 50 L CADETES A-B MASC***
16H45	**PROVA 11 - 200 ESTILOS | 3 SÉRIES** *INFANTIS A-B e ABSOLUTOS FEMININOS* **PROVA 12 - 200 ESTILOS | 3 SÉRIES** *INFANTIS A-B e ABSOLUTOS MASCULINOS*
17H45	*Intervalo 10 minutos*
18h00	**PROVA 13 - 4 x 50 ESTILOS ESTAFETA MISTA | 3 SÉRIES** *INFANTIS A-B e ABSOLUTOS*
18H30	*Entrega de prémios individuais*

prémios

1. Serão atribuídos prémios aos primeiros três classificados de cada prova e escalão (INF-A, INF-B e ABS).