"TROFÉU PESCADA - JOSÉ CARLOS FREITAS"
PROVAS DE PREPARAÇÃO (MASTERS)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL

2. LOCAL: Piscina do Clube Fluvial Portuense

3. DATA: 28 de outubro de 2018

4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 28 OUT 18	2ª JORNADA – 28 OUT 18
Abertura da piscina: 08h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 09h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 09h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 10h00	Início da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

- ✓ Destina-se aos seguintes grupos:

Grupo	Escalão Etário	Ano de Nascimento
A	25 – 29	1993 – 89
B	30 – 34	1988 – 84
C	35 – 39	1983 – 79
D	40 – 44	1978 – 74
E	45 – 49	1973 – 69
F	50 – 54	1968 – 64
G	55 – 59	1963 – 59
H	60 – 64	1958 – 54
I	65 – 69	1953 – 49
J	70 - 74	1948 – 44
K	75 - 79	1943 – 39
L	80 – 84	1938 – 34
M	85 e >	1933 + velhos

Para as estafetas, os Grupos de Idade são os seguintes:

Grupo	Escalão Etário
A	100 – 119
B	120 – 159
C	160 – 199
D	200 – 239
E	240 – 279
F	280 – 319
G	320 – 359

- ✓ Cada nadador só poderá participar em **2 provas individuais mais as provas de estafetas,** sendo permitida a inscrição condicionada nas provas de 1500 Livres ou 400 estilos.

TURBO
CLÍNICA MÉDICA DA FOZ MEDICINA DESPORTIVA cmf
Vitalis ÁGUA MINERAL NATURAL
Grafipronto

- ✓ Caso a inscrição nos 1500 Livres ou 400 estilos seja aceite, o clube deverá indicar a prova a excluir.
- ✓ Nas provas de 1500 Livres Masculinos/Femininos**,** os nadadores serão agrupados por tempos de inscrição.
- ✓ Nas provas de 1500 Livres serão efetuadas no máximo 2 séries com os 16 melhores tempos de inscrição dos 1500 Livres por género (caso não exista um número de tempos de 1500 Livres suficientes serão considerados a seguir os tempos de 800 Livres e 400 Livres de modo a haver possibilidade de completar os 16 lugares disponíveis).
- ✓ Caso as vagas de 1500 Livres de um dos géneros não sejam utilizadas poderão ser completadas por nadadores do outro género (de modo a puderem nadar 32 nadadores).
- ✓ Nas provas de 400 Estilos serão efetuadas no máximo 2 séries com os 16 melhores tempos de inscrição dos 400 Estilos (caso não exista um número de tempos de 400 Estilos suficientes serão considerados a seguir os tempos de 200 Estilos de modo a haver possibilidade de completar os 16 lugares disponíveis).
- ✓ O somatório das pontuações da tabela DSV Master Performance em vigor (1500 Livres ou 400 Estilos + uma prova individual de 200 metros do programa) de cada nadador definirá o vencedor do torneio "PESCADA - José Carlos Freitas".
- ✓ Cada clube apenas pode inscrever uma equipa de estafetas por escalão etário.
- ✓ As estafetas terão obrigatoriamente de ser constituídas por 2 nadadores do género masculino e 2 do género feminino.

6. TEMPOS LIMITE DE PARTICIPAÇÃO

PROVA	Femininos	Masculinos
1500 Livres	27:30,00	25:00,00
400 Estilos	8:00,00	7:00,00

7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 22 de outubro de 2018.

TURBO
CLÍNICA MÉDICA DA FOZ MEDICINA DESPORTIVA cmf
Vitalis ÁGUA MINERAL NATURAL
Grafipronto

8. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 28 OUT 18			
1ª Prova	1500	LIV	FEM.
2ª Prova	1500	LIV	MASC.
3ª Prova	100	COS	FEM.
4ª Prova	100	COS	MASC.
5ª Prova	200	COS	FEM.
6ª Prova	200	COS	MASC.
7ª Prova	100	MAR	FEM.
8ª Prova	100	MAR	MASC.
9ª Prova	200	MAR	FEM.
10ª Prova	200	MAR	MASC.
11ª Prova	4x100	LIV	Misto
2ª JORNADA – 28 OUT 18			
12ª Prova	400	EST	FEM.
13ª Prova	400	EST	MASC.
14ª Prova	100	LIV	FEM.
15ª Prova	100	LIV	MASC.
16ª Prova	200	LIV	FEM.
17ª Prova	200	LIV	MASC.
18ª Prova	100	BRU	FEM.
19ª Prova	100	BRU	MASC.
20ª Prova	200	BRU	FEM.
21ª Prova	200	BRU	MASC.
22ª Prova	4x100	EST	Misto

9. CLASSIFICAÇÕES:

- ✓ Haverá classificação separada por prova, grupo e género.

10. PRÉMIOS:

- ✓ Serão entregues prémios aos três primeiros classificados Absolutos em função do somatório dos pontos obtidos por cada nadador segundo a tabela DSV Master Performance em vigor (1500 Livres ou 400 Estilos + uma prova individual de 200 metros do programa).
- ✓ Em caso de empate entre nadadores proceder-se-á ao desempate em função da melhor performance segundo a tabela DSV Master Performance em vigor.

11. PENALIZAÇÕES

- ✓ Os nadadores que não cumprirem os TLP fixados para esta prova serão sujeitos a uma penalização de 4€ por prova.

TURBO
CLÍNICA MÉDICA DA FOZ MEDICINA DESPORTIVA cmf
Vitalis ÁGUA MINERAL NATURAL
Grafipronto