

TORREGRI 3 (CADETES A/B)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina do Clube Fluvial Portuense
3. DATA: 15 e 16 de Julho de 2017
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 15 JUL 17	1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 15 JUL 17
Abertura da piscina: 07h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 08h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 08h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 09h00	Início da competição: 15h30

2ª JORNADA – 16 JUL 17
Abertura da piscina: 07h45
Início do aquecimento: 08h00
Fim do aquecimento: 08h50
Início da competição: 09h00

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	CADETES (A-2006/B-2007)
MASCULINOS	CADETES (A-2005/B-2006)

CADETES A - Femininos (2005)	Poderão ser inscritos em 4 provas individuais mais as estafetas.
CADETES A - Masculinos (2004)	
CADETES B - Femininos (2006)	Poderão ser inscritos em 3 provas individuais mais as estafetas.
CADETES B - Masculinos (2005)	

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **2 provas individuais por sessão mais as provas de estafetas**.
- ✓ Nas provas 1 e 2 apenas serão efetuadas 4 séries com os melhores tempos de inscrição (200 Livres). Caso não exista um número suficiente de tempos de 400 Livres para completar as séries serão considerados a seguir os melhores tempos de 100 Livres.
- ✓ Nas provas 3 e 4 apenas serão efetuadas 5 séries com os melhores tempos de inscrição (100 Livres).
- ✓ Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de estafetas por grupo etário e género, as quais obrigatoriamente devem ser designadas por 1, 2, 3 etc.
- ✓ Os clubes que não tenham nadadores em número suficiente para formar equipas do mesmo grupo etário e género, poderão com classificação extra competição constituir equipas de estafetas respeitando a seguinte constituição:
 - ✓ Equipa mista constituída por elementos do mesmo género (Cadetes A e B)
 - ✓ Equipa mista constituída por elementos de ambas as categorias (2 de cada género).
 - ✓ Equipa mista constituída por elementos de ambas as categorias (2 de cada género).



6. TEMPOS LIMITE DE PARTICIPAÇÃO

Os tempos limite de participação são os seguintes:

CADETES PROVA	FEMININOS		MASCULINOS	
	2007	2006	2006	2005
200 Estilos	-	3:35,43	-	3:22,88
100 Estilos	1:57,44	-	1:43,20	-

7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 30 de Junho de 2017.
- ✓ A taxa de inscrição por nadador/prova individual será de 2.25€. Nas provas de estafetas é de 2,50€.

8. PROGRAMA:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 15 JUL 17					1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 15 JUL 17				
1ª Prova	400	LIV	FEM.	2006	9ª Prova	100	COS	FEM.	2006
2ª Prova	400	LIV	MASC.	2005	10ª Prova	100	COS	MAS.	2005
3ª Prova	200	LIV	FEM.	2007	11ª Prova	100	COS	FEM.	2007
4ª Prova	200	LIV	MASC.	2006	12ª Prova	100	COS	MASC	2006
INTERVALO					13ª Prova	100	BRU	FEM.	2006
5ª Prova	100	MAR	FEM.	2006	14ª Prova	100	BRU	MASC.	2005
6ª Prova	100	MAR	MASC	2005	15ª Prova	100	BRU	FEM.	2007
7ª Prova	50	MAR	FEM.	2007	16ª Prova	100	BRU	MASC.	2006
8ª Prova	50	MAR	MASC	2006	INTERVALO				
					2005	4X100	LIV	FEM.	2007
					2004	4X100	LIV	MASC	2006
					2006	4X100	LIV	FEM.	2006
					2005	4X100	LIV	MASC	2005

2ª JORNADA – 16 JUL 17				
23ª Prova	200	EST	FEM.	2006
24ª Prova	200	EST	MASC.	2005
25ª Prova	100	EST	FEM.	2007
26ª Prova	100	EST	MASC.	2006
27ª Prova	100	LIV	FEM.	2006
28ª Prova	100	LIV	MASC	2005
INTERVALO				
27ª Prova	4x100	EST*1	MISTOS	CAD B
28ª Prova	4x100	EST*2	MISTOS	CAD A

EST*1: As estafetas deverão ser mistas, com 2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos (cada elemento da estafeta nada 100 Estilos).

EST*2: As estafetas deverão ser mistas, com 2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos (100C, 100B, 100M, 100L).

9. PENALIZAÇÕES

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