



NATAÇÃO PURA



MASTERS



ADAPTADA

CALENDÁRIO REGIONAL 2018 - 2019

DATA	PROVA	CATEGORIA	LOCAL
OUTUBRO			
13-14	Provas de Preparação Juv/Jun/Sen	Juv/Jun/Sen	Paços de Ferreira
20-21	Provas de Preparação Infantis	Infantis	Recarei
27	Provas de Preparação Cadetes	Cad. A/B	Vila Meã
27	Fase de Qualificação da 3ª Divisão	Abs	Ponte da Barca
28	Provas de Preparação – Troféu PESCADA	Master	Fluvial Portuense
Novembro			
10	Troféu SPEEDO	Cad/Inf/Abs	Campanhã
16-18	Campeonato Regional Juvenis, Juniores e Seniores PC	Juv/Jun/Sen	Felgueiras
25-26	Torneio Nadador Completo (Inf)/Fundo (Juv)	Inf/Juv	Fluvial Portuense
Dezembro			
1	Campeonato Nac. De Clubes 3º Divisão	Abs	Abrantes
2	Encontro Técnicas Alternadas	Cad B/C	Lousada
2	Campeonato Nacional Universitario PC	Absolutos	Senhora da Hora
8-9	Campeonato Nac. de Clubes 2ª Divisão	Abs	Sto António dos Cavaleiros
8-9	TORREGRI I	Cad A/B	Fluvial Portuense
14-16	Torneio Zonal Norte	Juv	Braga
15-16	Campeonato Regional Natação Adaptada Inverno	Adaptada	Recarei
21-23	Campeonato Nacional Juniores e Seniores	Jun/Sen	Felgueiras
22-23	Torneio Regional de Clubes	Inf	Vila Meã
28	ECT - Cadetes	Cad A	
Janeiro			
05-06	ECT – Infantis	Inf	Tabuaço
12	Torneio Internacional da Maia	Masters/Abs	Águas Santas
18-20	Campeonato Nacional de Masters	Masters	Mealhada
19	Torneio Naval Povoense	Cad/Inf/Juv/Jun/Sen	Póvoa de Vazrim
26	Taça Vale do Tejo	Inf/Juv	Abrantes
Fevereiro			
2-3	Meeting Int. da Póvoa de Varzim	Abs	Póvoa de Varzim
9-10	Festival Regional de Clubes	Cad A/B	Lousada
16	Torneio do Rei	Cadetes/Masters	Guimarães
16-17	Campeonatos Nacional Natação Adaptada Inverno	Adaptada	Guarda
23	Torneio Fundo Masters	Masters	Póvoa de Varzim
24	Campeonato Nacional Longa Distância	Águas Abertas	Póvoa de Varzim
Março			
9-10	Campeonatos Regionais Infantis	Inf	Penafiel
15-17	Campeonatos Regionais Juvenis, Juniores e Seniores PL	Juv/Jun/Sen	Póvoa de Varzim
23-24	Torneio Cidade do Porto	Adaptada	Campanhã
23	Encontro de Técnicas Simultâneas	Cad B/C	Fluvial Portuense
30-31	Torneio Especialista ANNP-TURBO	Abs	Póvoa de Varzim
29-31	Torneio Zonal Norte	Inf	Condeixa

Abril

4-7	Campeonato Nacional Juvenis, Juniores, Seniores	Juv/Jun/Sen	Coimbra
6-7	Campeonato Regional Natação Adaptada Verão	Adaptada	Póvoa de Varzim
13-14	Campeonato Nacional Clubes 1� Divisão	Abs	Jamor
13-14	TORREGRI II	Cad A/B	Vila Me�
18	2� ECT Cadetes	Cad A	
25	Torneio ANNP	Masters	Felgueiras
27-28	Open Vale do Sousa	Inf/Juv/Jun/Sen	Felgueiras

Maio

4-5	OPEN Castilla e Leon	Adaptada	Valladolid
4-5	ECT Infantis (EJN)	Inf	
5	Torneio Cidade de Valongo	Absolutos	Valongo
11-12	Campeonato Nacional Natação Adaptada Verão	Adaptada	Jamor
11-12	Torneio Nadador Completo (Juv)/Fundo (Inf)	Inf/Juv	Felgueiras
18-19	Torneio Nadador Completo	Cad A/B	Paçoes de Ferreira
18-19	Campeonato Nacional 10-7,5-5 km	�guas Abertas	Portimão
17-19	Troféu Villa de Gijon	Abs	Gijon
25-26	III Encontro Natação Adaptada ANNP-FCP	Adaptada	Campanhã

Junho

1-2	Meeting Internacional do Porto	Abs	Campanhã
8	Troféu Internacional Masters do FCP	Masters	Campanhã
15-16	Torneio ANNP	Inf	Póvoa de Varzim
22	Torneio ADF	Abs/Masters	Fafe
23	Torneio ADF	�guas Abertas	Fafe
29	Campeonato Nacional 5 km	�guas Abertas	ARNN
29-30	TORREGRI 3	Cad A/B	Felgueiras

Julho

6-7	Campeonatos Regionais de Infantis	Inf	Famalicão
13-14	Campeonato Regional Juvenis, Absolutos e Clubes	Juv/Jun/Sen	Póvoa de Varzim
19-21	Campeonato Nacional de Masters	Master	ANALEN
20	Encontro Técnicas Combinadas	Cad B/C	Penafiel
20-21	ECT Cadetes (EJN)	Cad A	
26-28	Campeonatos Nacionais de Infantis	Inf	Loulé

Agosto

1-4	Campeonato Nacional Juvenis e Absolutos	Juv/Jun/Sen	Penteada
-----	---	-------------	----------

REGULAMENTO DE PROVAS REGIONAIS

DISPOSIÇÕES GERAIS

1. INSCRIÇÕES

1.1. PARTICIPAÇÃO

Os atletas só poderão participar em provas oficiais depois de devidamente filiados e mediante o pagamento de uma taxa de inscrição.

1.2. TAXAS DE INSCRIÇÃO

Salvo regulamentação específica da competição, os valores das taxas de inscrição para as provas organizadas pela ANNP são:

	<u>Clubes ANNP</u>	<u>Outros Clubes</u>
Provas Individuais (Inf/Juv/Jun/Sen/Masters)	<u>3,00 Euros</u>	<u>5,00 Euros</u>
Provas de Estafetas (Inf/Juv/Jun/Sen/Masters)	<u>3,50 Euros</u>	<u>8,00 Euros</u>
Provas Individuais (Cadetes A/B)	<u>3,00 Euros</u>	<u>5,00 Euros</u>
Provas de Estafetas (Cadetes A/B)	<u>3,50 Euros</u>	<u>8,00 Euros</u>
Provas Individuais (Cadetes B)	<u>3,00 Euros</u>	<u>5,00 Euros</u>
Provas de Estafetas (Cadetes B)	<u>3,50 Euros</u>	<u>8,00 Euros</u>

Nota: Os nadadores de alto rendimento inscritos no respetivo registo de 3 níveis, dos clubes filiados na ANNP, ficam isentos de taxas de inscrição em provas regionais.

1.3. LOCAL

As inscrições deverão dar entrada na sede da Associação de Natação do Norte de Portugal, (acompanhadas do respetivo pagamento), sita à rua de António Pinto Machado, 60 – 4100-068 Porto. As mesmas devem ser enviadas via Internet para info@annp.pt, a sua aceitação fica condicionada à receção do pagamento. Poderão os pagamentos ser efetuados por:

- ❖ Transferência bancária realizada para o **NIB: 001800080195272902067** ou **IBAN: PT50001800080195272902067**, do Banco Santander Totta.
- ❖ Nestes casos deverá o respetivo comprovativo ser enviado por **correio eletrónico para info@annp.pt**

1.4. DATA LIMITE

As datas limites para cada uma das provas regionais constarão do Regulamento específico, as quais quando não respeitadas implicam a anulação da inscrição. A A.N.N.P. não se responsabiliza por possíveis atrasos ou extravios na receção das inscrições.

1.5. FORMA

As inscrições, para todas as competições regionais, devem ser realizadas por via eletrónica, através do programa informático definido pela FPN para o efeito – **Entry Editor** ou **Team Manager** da GeoLogix. Qualquer anomalia nas inscrições implicará a sua anulação. Para todas as provas a ANNP disponibilizará atempadamente o ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.annp.pt ou <http://results.swimrankings.net/>

1.6. TEMPOS DE INSCRIÇÃO

1.6.1 Os tempos de inscrição para cada prova, serão o melhor registo obtido durante os últimos doze (12) meses, salvo se o regulamento específico da competição indicar outro período.

1.6.2 Em relação a provas disputadas no País ou no Estrangeiro fora do âmbito da ANNP, deverão os interessados, no ato da inscrição, fazer prova dos tempos obtidos.

1.6.3 Em provas disputadas em piscina longa, para efeitos de elaboração do programa de provas, aos tempos de inscrição realizados em piscina de 25 metros será acrescentado uma % específica para cada técnica de acordo com programa Team Manager da GeoLogix (Pontos FINA). Será também aplicado o mesmo procedimento nas provas a realizar em piscina curta em que os tempos obtidos em piscina de 50 metros possam ser convertidos de acordo com aplicação do Team Manager.

1.7. TAXAS

1.7.1 As faltas de comparência às provas individuais dos nadadores inscritos, serão os clubes punidos com a multa de 25,00€. As faltas às estafetas serão os clubes punidos com a multa de 50,00€.

1.7.2 Nas competições em que existe a penalização "FTL", as taxas devem ser regularizadas até ao final do mês em que se realizou a competição. O incumprimento por parte dos filiados, implica a não participação dos clubes em provas futuras.

2. RESULTADOS

Ficarão disponíveis em www.annp.pt ou <http://results.swimrankings.net/>

3. REGULAMENTOS ESPECÍFICOS

Os Regulamentos específicos de cada prova encontram-se em estrita observância com os Regulamentos Federativos.

3.1 Equipamentos Desportivos:

3.1.1 Os nadadores infantis B não poderão utilizar fatos de competição conforme regulamento de competições nacionais.

3.1.2 Os nadadores cadetes A, B e C não poderão utilizar fatos de competição conforme documento de política desportiva da FPN.

4. REUNIÕES DE DELEGADOS

As reuniões de delegados terão sempre lugar 30 minutos antes do início de cada sessão, salvo se o regulamento específico da competição indicar uma outra.

5. DIVERSOS

5.1 Os horários mencionados nos calendários de provas, servem apenas como informação geral, não justifica atrasos ou faltas de atletas e/ou equipas.

Os agentes desportivos que não se encontrem designados para a competição devem estar na bancada reservada ao público.

5.2 Em todas as competições todos os delegados e treinadores devem estar acreditados pelos respetivos clubes e desempenhar apenas a função para a qual estão designados.

5.3 Aquando das cerimónias protocolares de entrega de prémios, apenas os elementos convidados acreditados é que poderão estar presentes na zona de pódio. Serão entregues duas (2) credenciações por clube.

6. CASOS OMISSOS

Serão resolvidos pela Direcção da A.N.N.P. de acordo com os regulamentos Nacionais em vigor.

7. CATEGORIAS

De acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, as idades devem ser completadas no ano civil em que termina a época, constituindo-se do seguinte modo as categorias:

MASCULINOS			FEMININOS	
ANO NASCIMENTO	IDADE	CATEGORIA	ANO NASCIMENTO	IDADE
Sem limite de idade		Escolas de Natação	Sem limite de idade	
2010 + NOVOS	9 ANOS e + NOVOS	Cadetes C (Grupos de Formação)	2011 + NOVAS	8 ANOS e + NOVAS
2008/09	11-10 ANOS	Cadetes B	2009/10	10-9 ANOS
2007	12 ANOS	Cadetes A	2008	11 ANOS
2006	13 ANOS	Infantis B	2007	12 ANOS
2005	14 ANOS	Infantis A	2006	13 ANOS
2004	15 ANOS	Juvenis B	2005	14 ANOS
2003	16 ANOS	Juvenis A	2004	15 ANOS
2001/2002	17-18 ANOS	Juniores	2002/03	16-17 ANOS
2000 + velhos	19 ANOS + VELHOS	Seniores	2001 + velhas	18 ANOS + VELHAS

8. DESLOCAÇÕES

Mediante o pedido fundamentado e sujeito ao parecer técnico e depois de autorizado pela Direcção da ANNP, será permitida a participação dos clubes seus associados noutras competições (**sendo que uma das premissas é ter atletas inscritos nas provas da ANNP**), mesmo em datas coincidentes com as do seu calendário, exceto para os Campeonatos Regionais e eventos Internacionais organizados pela ANNP.

8.1 COMPETIÇÕES NACIONAIS

De acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, Secção V, artigo 144º:

- 1 - Os praticantes que pretendam participar em competições fora da área da sua associação, devem pedir autorização a esta, com a antecedência mínima de 10 (dez) dias em relação à data da competição.
- 2 - Esta autorização só poderá ser concedida para competições oficiais, e constar de decisão expressa da associação, que da mesma dará conhecimento à FPN.
- 3 - Excetua-se do disposto no número anterior a participação em competições organizadas pela F.P.N. ou torneios interassociações constantes do Calendário Oficial.
- 4 - "Todos os resultados das provas realizadas no estrangeiro ou fora do âmbito desta Associação deverão ser obrigatoriamente comunicados à ANNP para a devida comunicação à FPN e posterior homologação de resultados;"

8.2 COMPETIÇÕES INTERNACIONAIS

De acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, Secção V, artigo 146 :

- 1 - Qualquer praticante, Clube, ou Seleção Distrital ou Regional, que pretenda deslocar-se ao estrangeiro deve solicitar previamente à FPN, através da sua Associação, autorização escrita para tal, com, pelo menos, 20 (vinte) dias de antecedência em relação à data da competição, instruindo o pedido com o regulamento da competição em causa.
- 2 - No caso de Clubes ou Seleções, a solicitação deverá ser acompanhada de lista nominativa de participantes.
- 3 - No prazo máximo de 5 (cinco) dias após a realização desta prova, deverá enviar   FPN os resultados completos das competições em que participou.
- 4 - Quando nos resultados das competições de estafetas não forem incluídos os nomes de todos os nadadores, deverá o Clube Desportivo anexar a constituição das suas equipas.
- 5 - O incumprimento do disposto nos números anteriores implica a não homologação dos resultados obtidos.

PROVAS DE PREPARAÇÃO DE JUVENIS, JUNIORES e SENIORES

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Paços de Ferreira
3. DATA: 13-14 de outubro 2018
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 13 OUT 18	2ª JORNADA – 14 OUT 18
Abertura da piscina: 13h45	Abertura da piscina: 07h45
Início do aquecimento: 14h00	Início do aquecimento: 08h00
Fim do aquecimento: 14h50	Fim do aquecimento: 08h50
Início da competição: 15h00	Início da competição: 09h00

5. PARTICIPAÇÃO:

✓ Destina-se às seguintes categorias:

FEMININOS	JUVENIS (2004/05), JUNIORES (2002/03) E SENIORES (2001 e + velhas)
MASCULINOS	JUVENIS (2003/04), JUNIORES (2001/2002) E SENIORES (2000 e + velhos)

- ✓ Cada nadador apenas poderá participar em **3 provas no conjunto das duas jornadas**, sendo permitida a inscrição condicionada nas provas de 400 Estilos e 1500 Livres.
- ✓ Caso a inscrição nas provas de 400 estilos e/ou 1500 Livres seja aceite, o clube deverá indicar a(s) prova(s) a excluir.
- ✓ Nas provas de 400 Estilos Masculinos/Femininos, apenas serão efetuadas 5 séries por género com os melhores tempos de inscrição.
- ✓ Nas provas de 1500 Livres Masculinos/Femininos, apenas serão efetuadas 3 séries por género com os melhores tempos de inscrição (caso não exista um número suficiente de tempos de 1500 Livres serão considerados a seguir os melhores tempos de 800 Livres).

6. INSCRIÇÕES:

✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 08 de outubro de 2018.

7. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 13 OUT 18				2ª JORNADA – 14 OUT 18			
1ª Prova	200	MAR	MASC.	7ª Prova	200	MAR	FEM.
2ª Prova	200	COS	FEM.	8ª Prova	200	COS	MASC.
3ª Prova	200	BRU	MASC.	9ª Prova	200	BRU	FEM.
4ª Prova	200	LIV	FEM.	8ª Prova	200	LIV	MASC.
INTERVALO				INTERVALO			
5ª Prova	400	EST	MASC.	11ª Prova	400	EST	FEM.
6ª Prova	1500	LIV	FEM.	12ª Prova	1500	LIV	MASC.

PROVAS DE PREPARAÇÃO DE INFANTIS

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal Rota dos Moveis - Recarei
3. DATA: de 20-21 de outubro 2018
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 20 OUT 18	2ª JORNADA – 21 OUT 18
Abertura da piscina: 14h15	Abertura da piscina: 08h15
Início do aquecimento: 14h30	Início do aquecimento: 08h30
Fim do aquecimento: 15h20	Fim do aquecimento: 09h20
Início da competição: 15h30	Início da competição: 09h30

5. PARTICIPAÇÃO:

✓ Destina-se às seguintes categorias:

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

- ✓ Cada nadador apenas poderá participar em **3 provas no conjunto das duas jornadas (no máximo: 2 provas por sessão)**, sendo permitida a inscrição condicionada na prova de 800 Livres.
 - ✓ Caso a inscrição nos 800 Livres seja aceite, o clube deverá indicar uma prova a excluir.
 - ✓ Nas provas de 800 Livres Masculinos/Femininos (**infantis A**), apenas serão efetuadas 3 séries por género com os melhores tempos de inscrição (caso não exista um número suficiente de tempos de 800 Livres serão considerados a seguir os melhores tempos de 400 Livres).
 - ✓ Nas provas de 800 Livres Masculinos/Femininos (**infantis B**), apenas serão efetuadas 3 séries por género com os melhores tempos de inscrição nos 400 livres (caso não exista um número suficiente de tempos de 400 Livres serão considerados a seguir os melhores tempos de 200 Livres).
6. INSCRIÇÕES:
- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 15 de outubro de 2018.

7. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 20 OUT 18				2ª JORNADA – 21 OUT 18			
1ª Prova	200	MAR	FEM.	6ª Prova	200	MAR	MASC.
2ª Prova	200	COS	MASC.	7ª Prova	200	COS	FEM.
3ª Prova	200	BRU	FEM.	8ª Prova	200	BRU	MASC.
4ª Prova	200	LIV	MASC.	8ª Prova	200	LIV	FEM.
INTERVALO				INTERVALO			
5ª Prova	200	EST	FEM.	9ª Prova	200	EST	MASC.
6ª Prova	800	LIV	MASC.	10ª Prova	800	LIV	FEM.



PROVAS DE PREPARAÇÃO (CADETES A/B)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Vila Meã
3. DATA: 27 de outubro 2018
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 27 OUT 18
Abertura da piscina: 13h45
Início do aquecimento: 14h00
Fim do aquecimento: 14h50
Início da competição: 15h00

5. PARTICIPAÇÃO:

✓ Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	CADETES (A - 2008/B - 2009)
MASCULINOS	CADETES (A - 2007/ B - 2008)

- ✓ Cada nadador apenas poderá participar em **3 provas**.
 - ✓ Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de estafetas, as quais obrigatoriamente deverão ser designadas por 1, 2, 3 etc...
 - ✓ A participação é conjunta por género: Femininos (2008/09) e Masculinos (2007/08).
 - ✓ Os clubes que não tenham nadadores em número suficiente para respeitar o ponto anterior, poderão, extracompetição, constituir equipas respeitando uma das seguintes formações:
 - ✓ Equipa mista constituída por elementos da mesma categoria (2 de cada género)
 - ✓ Equipa mista constituída por elementos de ambas as categorias (2 de cada género).
 - ✓ As estafetas serão agrupadas por tempos de inscrição cedidos obrigatoriamente pelos clubes. Caso não o façam as inscrições não serão aceites.
6. 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.

1ª JORNADA – 27 OUT 18			
1ª Prova	4x50	MAR	MASC.
2ª Prova	4x50	MAR	FEM
3ª Prova	4x50	COS	MASC
4ª Prova	4x50	COS	FEM.
5ª Prova	4x50	BRU	MASC
6ª Prova	4x50	BRU	FEM
INTERVALO			
7ª Prova	4x50	LIV	MASC.
8ª Prova	4x50	LIV	FEM.
9ª Prova	4x50	EST	MASC
10ª Prova	4x50	EST	FEM.

“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: 08h00	Abertura da piscina: 14h45
Início do aquecimento: 08h15	Início do aquecimento: 15h00
Fim do aquecimento: 08h50	Fim do aquecimento: 15h50
Início da competição: 09h00	Início da competição: 16h00

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

- ✓ 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 g neros 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 definir  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.

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.

CAMPEONATOS REGIONAIS JUVENIS, JUNIORES E SENIORES PC

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Felgueiras
3. DATA: 16 a 18 de novembro 2018
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 16 NOV 18

Abertura da piscina: 14h15

Início do aquecimento: 14h30

Fim do aquecimento: 15h20

Início da competição: 15h30

2ª JORNADA – 17 NOV 18 (1ª sessão)

Abertura da piscina: 7h45

Início do aquecimento: 8h00

Fim do aquecimento: 8h50

Início da competição: 9h00

2ª JORNADA – 17 NOV 18 (2ª sessão)

Abertura da piscina: 14h15

Início do aquecimento: 14h30

Fim do aquecimento: 15h20

Início da competição: 15h30

3ª JORNADA – 18 NOV 18 (1ª sessão)

Abertura da piscina: 7h45

Início do aquecimento: 8h00

Fim do aquecimento: 8h50

Início da competição: 9h00

3ª JORNADA – 18 NOV 18 (2ª Sessão)

Abertura da piscina: 14h15

Início do aquecimento: 14h30

Fim do aquecimento: 15h20

Início da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

✓ Destina-se às seguintes categorias:

FEMININOS	JUVENIS (A - 2004/B - 2005), JUNIORES (2002/03) E SENIORES (2001 e + velhas)
MASCULINOS	JUVENIS (A - 2003/B - 2004), JUNIORES (2001/02) E SENIORES (2000 e + velhos)

- ✓ Cada nadador JUVENIL apenas poderá ser inscrito e participar em **5 provas individuais mais as provas de estafetas**.
- ✓ Os nadadores serão agrupados por séries de acordo com os tempos de inscrição.
- ✓ Cada clube poderá inscrever uma equipa de estafetas por grupo etário e género:
 - ✓ Juvenil A (Masculino e Feminino)
 - ✓ Juvenil B (Masculino e Feminino)
 - ✓ Juniores (Masculino e Feminino)
 - ✓ Seniores (Masculino e Feminino)
- ✓ As estafetas deverão ser designadas por 1 (Seniores), 2 (Juniores), 3 (Juvenis A) e 4 (Juvenis B) para cada género.
- ✓ Poderão existir estafetas extracompetição designadas por 5 (Absolutos) e 6 (Juvenis).
- ✓ As estafetas deverão ter um tempo de inscrição obrigatoriamente cedido pelos clubes. *Caso não o façam as inscrições não serão aceites.*
- ✓ A indicação da constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue na mesa do júri antes do início de cada sessão.

6. TEMPOS LIMITE DE PARTICIPAÇÃO

PROVA	FEMININOS				MASCULINOS			
	JUV B	JUV A	JUN	SEN	JUV B	JUV A	JUN	SEN
50L	00:33,40	00:32,58	00:31,03	00:30,46	00:28,40	00:27,70	00:27,03	00:26,44
100L	01:13,68	01:11,61	01:06,86	01:05,53	01:06,08	01:04,87	00:58,73	00:57,52
200L	02:39,75	02:35,76	02:24,85	02:21,46	02:23,84	02:21,20	02:08,93	02:06,05
400L	05:36,52	05:27,09	05:05,62	04:58,34	05:06,41	05:00,78	04:34,75	04:28,36
800L	11:29,76	11:10,42	10:38,90	10:20,47	10:46,72	10:35,10	09:18,68	09:05,04
1500L	22:04,13	21:26,76	19:40,88	19:17,11	20:36,53	20:13,84	18:31,35	18:03,03
50B	00:41,85	00:40,83	00:39,83	00:38,51	00:36,10	00:35,22	00:34,36	00:33,34
100B	01:33,03	01:31,29	01:25,43	01:23,26	01:23,09	01:21,58	01:14,39	01:12,41
200B	03:20,81	03:17,05	03:06,05	03:00,11	03:00,70	02:57,39	02:44,52	02:38,84
50C	00:37,26	00:36,35	00:35,46	00:34,43	00:32,56	00:31,76	00:30,99	00:30,05
100C	01:23,52	01:21,18	01:15,25	01:13,47	01:15,33	01:13,95	01:06,23	01:04,33
200C	02:59,47	02:54,44	02:43,11	02:39,61	02:42,79	02:39,81	02:25,50	02:21,31
50M	00:35,46	00:34,59	00:33,75	00:32,84	00:30,73	00:29,98	00:29,25	00:28,39
100M	01:19,97	01:18,47	01:14,12	01:12,24	01:12,90	01:11,60	01:04,43	01:02,95
200M	03:06,43	02:58,73	02:47,50	02:41,15	02:43,92	02:41,00	02:25,16	02:21,43
100E	01:21,70	01:19,70	01:17,76	01:15,54	01:11,31	01:09,57	01:07,87	01:06,00
200E	03:00,07	02:55,02	02:43,91	02:40,06	02:45,91	02:42,87	02:25,71	02:22,31
400E	06:21,85	06:11,15	05:51,70	05:40,38	05:50,85	05:44,41	05:14,57	05:07,66

7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 2 de novembro de 2018.

8. CLASSIFICAÇÕES:

- ✓ Na categoria Juvenil haverá classificação por prova, grupo etário (Juvenil A e Juvenil B) e género.
- ✓ Nas categorias Júnior e Sénior haverá classificação por prova, categoria e género.

9. PRÉMIOS:

- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada prova, grupo etário (Juvenil A e Juvenil B) e género.
- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada prova, categoria e género (Júnior e Sénior).

10. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 16 NOV 18			
1ª Prova	800	LIV	MASC.
2ª Prova	200	EST	FEM.
3ª Prova	200	EST	MASC.
4ª Prova	50	COS	FEM.
5ª Prova	50	COS	MASC.
6ª Prova	200	LIV	FEM.
7ª Prova	200	LIV	MASC.
INTERVALO			
8ª Prova	4x50	EST	FEM.
9ª Prova	4x50	EST	MASC.

2ª JORNADA – 17 NOV 18 (1ª SESSÃO)			
10ª Prova	1500	LIV	FEM.
11ª Prova	100	BRU	MASC.
12ª Prova	100	BRU	FEM.
13ª Prova	200	COS	MASC.
14ª Prova	200	COS	FEM.
15ª Prova	100	MAR	MASC.
16ª Prova	100	MAR	FEM.
INTERVALO			
17ª Prova	4x100	EST	MASC.
18ª Prova	4x100	EST	FEM.

2ª JORNADA – 17 NOV 18 (2ª SESSÃO)			
19ª Prova	1500	LIV	MASC.
20ª Prova	100	LIV	FEM.
21ª Prova	100	LIV	MASC.
22ª Prova	50	BRU	FEM.
23ª Prova	50	BRU	MASC.
24ª Prova	100	EST	FEM.
25ª Prova	100	EST	MASC.
INTERVALO			
26ª Prova	4x50	LIV	FEM.
27ª Prova	4x50	LIV	MASC.

3ª JORNADA – 18 NOV 18 (1ª SESSÃO)			
28ª Prova	800	LIV	FEM.
29ª Prova	200	BRU	MASC.
30ª Prova	200	BRU	FEM.
31ª Prova	50	MAR	MASC.
32ª Prova	50	MAR	FEM.
33ª Prova	400	EST	MASC.
34ª Prova	400	EST	FEM.
INTERVALO			
35ª Prova	4x100	LIV	MASC.
36ª Prova	4x100	LIV	FEM.

3ª JORNADA – 18 NOV 18 (2ª SESSÃO)			
37ª Prova	400	LIV	MASC.
38ª Prova	400	LIV	FEM.
39ª Prova	200	MAR	MASC.
40ª Prova	200	MAR	FEM.
41ª Prova	50	LIV	MASC.
42ª Prova	50	LIV	FEM.
43ª Prova	100	COS	MASC.
44ª Prova	100	COS	FEM.
INTERVALO			
45ª Prova	4x200	LIV	MASC.
46ª Prova	4x200	LIV	FEM.

11. PENALIZAÇÕES

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

TORNEIO NADADOR COMPLETO (INFANTIS) E TORNEIO DE FUNDO (JUVENIS)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina do Clube Fluvial Portuense
3. DATA: 24 e 25 de novembro de 2018
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 24 NOV 18 (1ª sessão)	1ª JORNADA – 24 NOV 18 (2ª sessão)
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 – 25 NOV 18 (1ª sessão)	2ª JORNADA – 25 NOV 18 (2ª sessão)
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

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se às seguintes categorias:

FEMININOS	INFANTIS (A - 2006/B - 2007)
MASCULINOS	INFANTIS (A - 2005/B - 2006)
FEMININOS	JUVENIS (A - 2004/B - 2005)
MASCULINOS	JUVENIS (A - 2003/B - 2004)

- ✓ Todos os nadadores terão obrigatoriamente que se inscrever em **todas as provas do programa da respetiva categoria.**
- ✓ Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.
- ✓ **Nas provas de 1500 e 800 Livres as partidas serão dadas com os nadadores dentro de água e com uma das mãos em contacto com a parede, com dois nadadores por pista (se necessário).**

6. TEMPOS LIMITE DE PARTICIPAÇÃO

JUVENIS	FEMININOS		MASCULINOS	
PROVA	2005	2004	2004	2003
800 L	11:29,76	11:10,42	-	-
1500 L	-	-	20:36,53	20:13,84
400E	6:21,85	6:11,15	5:50,85	5:44,41



7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 09 de novembro de 2018.

8. CLASSIFICAÇÕES:

- ✓ As classificações serão separadas por grupo etário e género, e apuradas em função do somatório dos pontos obtidos por cada nadador segundo a tabela FINA para os juvenis e a tabela Rudolph para os infantis, em vigor, no conjunto de todas as provas do respetivo torneio.
- ✓ A falta ou desqualificação do nadador em qualquer uma das provas do programa implicará o afastamento imediato do nadador da classificação do Torneio, contudo poderá continuar a sua participação.
- ✓ Em caso de empate entre nadadores do mesmo grupo etário/género, proceder-se-á ao desempate em função dos 1ºs lugares obtidos, e assim sucessivamente até se encontrar o vencedor.
- ✓ Esta prova servirá para elaboração do ranking nacional e consequente classificação nacional do Torneio Regional de Fundo para os juvenis e Torneio Nadador Completo para os infantis.

9. PRÉMIOS:

- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados do respetivo torneio de cada grupo etário/género.

10. PROGRAMA:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 24 NOV 18				1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 24 NOV 18			
1ª Prova	100	MAR	FEM. (INF)	6ª Prova	400	EST	FEM. (JUV)
2ª Prova	200	EST	MASC. (INF)	7ª Prova	1500	LIV	MASC. (JUV)
3ª Prova	100	BRU	FEM. (INF)				
4ª Prova	100	COS	MASC. (INF)				
5ª Prova	100	LIV	FEM. (INF)				

2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 25 NOV 18				2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 25 NOV 18			
8ª Prova	100	MAR	MASC. (INF)	13ª Prova	400	EST	MASC. (JUV)
9ª Prova	200	EST	FEM. (INF)	14ª Prova	800	LIV	FEM. (JUV)
10ª Prova	100	BRU	MASC. (INF)				
11ª Prova	100	COS	FEM. (INF)				
12ª Prova	100	LIV	MASC. (INF)				

11. PENALIZAÇÕES

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

ENCONTRO TÉCNICAS ALTERNADAS (CADETES B/C)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Lousada
3. DATA: 02 de dezembro 2018
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 02 DEZ 18

Abertura da piscina: 08h15

Início do aquecimento: 08h30

Fim do aquecimento: 09h20

Início da competição: 09h30

5. PARTICIPAÇÃO:

✓ Destina-se às seguintes categorias:

FEMININOS	Cadetes (B – 2010/C - 2011)
MASCULINOS	Cadetes (B – 2009/C – 2010)

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **2 provas (individuais e/ou estafetas)**.
 - ✓ Os nadadores do grupo etário mais velho (femininos 2009 e masculinos 2008) poderão ser inscritos nas provas de 25 metros, não podendo, no entanto, ser inscritos na mesma técnica aos 50 metros.
 - ✓ Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de estafetas, as quais obrigatoriamente deverão ser mistas e designadas por 1, 2, 3 etc..
6. INSCRIÇÕES:
 - ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 19 de novembro de 2018.

7. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 02 DEZ 18				
1ª Prova	25	COS	FEM	2010/11
2ª Prova	25	COS	MASC	2009/10
3ª Prova	50	COS	FEM	2010
4ª Prova	50	COS	MASC	2009
5ª Prova	25	LIV	FEM	2010/11
6ª Prova	25	LIV	MASC	2009/10
7ª Prova	50	LIV	FEM	2010
8ª Prova	50	LIV	MASC	2009
INTERVALO				
9ª Prova	4x25	LIV	MISTO	JUNTOS
10ª Prova	4x25	COS	MISTO	JUNTOS
11ª Prova	4x50	LIV	MISTO	JUNTOS
12ª Prova	4x50	COS	MISTO	JUNTOS

TORREGRI 1 (CADETES A/B)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina do Clube Fluvial Portuense
3. DATA: 8 e 9 de dezembro 2018
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 8 DEZ 18	2ª JORNADA – 9 DEZ 18
Abertura da piscina: 14h15	Abertura da piscina: 7h45
Início do aquecimento: 14h30	Início do aquecimento: 8h00
Fim do aquecimento: 15h20	Fim do aquecimento: 8h50
Início da competição: 15h30	Início da competição: 9h00

5. PARTICIPAÇÃO:

✓ Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	CADETES (A - 2008/B - 2009)
MASCULINOS	CADETES (A - 2007/B - 2008)
CADETES A - Femininos (2008)	Poderão ser inscritos em 4 provas individuais mais as estafetas.
CADETES A - Masculinos (2007)	
CADETES B - Femininos (2009)	Poderão ser inscritos em 3 provas individuais mais as estafetas.
CADETES B - Masculinos (2008)	

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **2 provas individuais por sessão mais as provas de estafetas**.
- ✓ 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.
- ✓ Apenas a equipa designada por 1 contará para a classificação de cada grupo etário e género.
- ✓ Os clubes que não tenham nadadores em número suficiente para formar equipas do mesmo grupo etário e género, poderão com classificação extracompetição constituir equipas de estafetas respeitando uma das seguintes constituições:
 - ✓ 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

CADETES PROVA	FEMININOS		MASCULINOS	
	2009	2008	2008	2007
100 Estilos	-	1:48,80	-	1:36,21
200 Livres	-	3:39,56	-	3:06,50



7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 26 de novembro de 2018.

8. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 8 DEZ 18				
1ª Prova	100	MAR	FEM	2008
2ª Prova	100	MAR	MASC	2007
3ª Prova	50	MAR/COS	FEM	2009
4ª Prova	50	MAR/COS	MASC	2008
5ª Prova	100	COS	FEM	2008
6ª Prova	100	COS	MASC	2007
7ª Prova	50	BRU/LIV	FEM	2009
8ª Prova	50	BRU/LIV	MASC	2008
9ª Prova	100	BRU	FEM	2008
10ª Prova	100	BRU	MASC	2007
INTERVALO				
11ª Prova	4x25	LIV	FEM	2009
12ª Prova	4x25	LIV	MASC	2008
13ª Prova	4x50	LIV	FEM	2008
14ª Prova	4x50	LIV	MASC	2007

2ª JORNADA – 9 DEZ 18				
15ª Prova	50	COS/BRU	FEM	2009
16ª Prova	50	COS/BRU	MASC	2008
17ª Prova	200	LIV	FEM	2008
18ª Prova	200	LIV	MASC	2007
19ª Prova	100	LIV	FEM	2009
20ª Prova	100	LIV	MASC	2008
21ª Prova	100	EST	FEM	2008
22ª Prova	100	EST	MASC	2007
INTERVALO				
23ª Prova	4x25	EST	FEM	2009
24ª Prova	4x25	EST	MASC	2008
25ª Prova	4x50	EST*1	FEM	2008
26ª Prova	4x50	EST*1	MASC	2007

EST*1: 1º e 2º elementos nadam 25 Mariposa + 25 Costas, 3º e 4º elementos nadam 25 Bruços + 25 Crol;

CAMPEONATO REGIONAL DE INVERNO - NATAÇÃO ADAPTADA

1. **ORGANIZAÇÃO:** ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. **LOCAL:** Piscina Municipal Rota dos Moveis (Recarei)
3. **DATA:** 15 e 16 de dezembro 2018
4. **HORÁRIO:**

1ª JORNADA – 15DEZ18	2ª JORNADA – 16DEZ18
Abertura da piscina: 14h00	Abertura da piscina: 08h00
Início do aquecimento: 14h30	Início do aquecimento: 08h30
Fim do aquecimento: 15h20	Fim do aquecimento: 09h20
Início da competição: 15h30	Início da competição: 09h30

Nota – O aquecimento terá início uma hora antes do horário das provas.

5. PARTICIPAÇÃO:

- ✓ Podem participar todos os nadadores filiados na FPN em representação dos Clubes, através das respetivas Associações Territoriais, com exame médico válido à data da competição, devidamente inserido e validado na plataforma de filiações *fpnsystem*.
- ✓ Os nadadores podem ser inscritos em qualquer prova do programa, independentemente da classe, num máximo de duas (2) provas individuais e numa (1) estafeta, por jornada. Só os atletas pertencentes às classes indicadas no programa para cada prova e pertencentes à ANNP, terão prémio de classificação Regional, sendo os outros considerados como atletas extracompetição.
- ✓ Os resultados estarão disponíveis através do site da ANNP em www.annp.pt ou http://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=FROM_NOW&Nation=POR
- ✓ Será atribuída uma medalha de participação a todos os nadadores.

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada nos serviços administrativos da ANNP, até às 18.00h do dia 03 de dezembro de 2018, no respetivo ficheiro convite disponível no site da ANNP em www.annp.pt ou http://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=FROM_NOW&Nation=POR

- ✓ As inscrições, devem ser realizadas por via eletrónica, através do programa informático definido pela FPN para o efeito– Entry Editor ou Team Manager da Geologix e deverão ser enviadas por correio eletrónico para info@annp.pt
- ✓ A taxa de inscrição por nadador/prova individual é de 3,00€. Nas provas de estafetas é de 3,50€.

7. ARBITRAGEM

- ✓ Os tempos de prova são aferidos por cronometragem eletrónica da responsabilidade da Associação de Natação do Norte de Portugal (ANNP) e do respetivo Conselho Regional de Arbitragem. A competição é organizada de acordo com os regulamentos da ANNP e da Federação Portuguesa de Natação

8. REGULAMENTO

- ✓ Regulamentos oficiais do World Para Swimming

9. PRÉMIOS

- ✓ Para efeitos protocolares, serão entregues medalhas aos três mais pontuados da ANNP de cada prova, considerando um sistema de classificação por pontos tendo em conta os seguintes agrupamentos de classes:

- 1) S1 a S14
- 2) S15
- 3) S16
- 4) S17
- 5) S21

10. DIVERSOS

- ✓ Os casos omissos neste Regulamento serão resolvidos pela Organização do Torneio.

11. PROGRAMA:

Iª Jornada – Sábado – 15DEZ18

1ª Prova	400m	ESTILOS	FEM	S14/S15/S21
2ª Prova	400m	ESTILOS	MAS	S14/S15/S21
3ª Prova	50m	BRUÇOS	FEM	SB1/SB2/SB3/SB14/SB15/SB16/SB17/SB21
4ª Prova	50m	BRUÇOS	MAS	SB1/SB2/SB3/SB14/SB15/SB16/SB17/SB21
5ª Prova	100m	COSTAS	FEM	S1/S2/S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
6ª Prova	100m	COSTAS	MAS	S1/S2/S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
7ª Prova	200m	MARIPOSA	FEM	S14/S15/S21
8ª Prova	200m	MARIPOSA	MAS	S14/S15/S21
9ª Prova	100m	BRUÇOS	FEM	SB4/SB5/SB6/SB7/SB8/SB9/SB10/SB110/SB11/SB12/SB13/SB14/ SB15/SB16/SB17/SB21
10ª Prova	100m	BRUÇOS	MAS	SB4/SB5/SB6/SB7/SB8/SB9/SB10/SB110/SB11/SB12/SB13/SB14/ SB15/SB16/SB17/SB21
11ª Prova	25m	COSTAS	FEM	S14/S21
12ª Prova	25m	COSTAS	MAS	S14/S21
13ª Prova	200m	BRUÇOS	FEM	SB14/SB15/SB21
14ª Prova	200m	BRUÇOS	MAS	SB14/SB15/SB21
ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 1ª-12ª				
15ª Prova	50m	MARIPOSA	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S6/S7/S14/S15/S16/S17/S21
16ª Prova	50m	MARIPOSA	MAS	S1/S2/S3/S4/S5/S6/S7/S14/S15/S16/S17/S21
17ª Prova	100m	LIVRES	FEM	Todas as classes
18ª Prova	100m	LIVRES	MAS	Todas as classes
19ª Prova	800m	LIVRES	FEM	S14/S15/S21
20ª Prova	800m	LIVRES	MAS	S14/S15/S21
21ª Prova	25m	MARIPOSA	FEM	S14/S21
22ª Prova	25m	MARIPOSA	MAS	S14/S21
23ª Prova	4x25m	LIVRES	FEM	S14 & S21
24ª Prova	4x25m	LIVRES	MAS	S14 & S21
25ª Prova	4x50m	ESTILOS	FEM	S14 & S21
26ª Prova	4x50m	ESTILOS	MAS	S14 & S21
27ª Prova	4x100m	LIVRES	FEM	34 pontos/S14 & S21
28ª Prova	4x100m	LIVRES	MAS	34 pontos/S14 & S21

ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 13ª-28ª

IIª Jornada – Domingo – 16DEZ18

29ª Prova	400m	LIVRES	MAS	S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
30ª Prova	400m	LIVRES	FEM	S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
31ª Prova	200m	LIVRES	MAS	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
32ª Prova	200m	LIVRES	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
33ª Prova	200m	COSTAS	MAS	S14/S15/S21
34ª Prova	200m	COSTAS	FEM	S14/S15/S21
35ª Prova	150m	ESTILOS	MAS	SM1/SM2/SM3/SM4
36ª Prova	150m	ESTILOS	FEM	SM1/SM2/SM3/SM4
37ª Prova	200m	ESTILOS	MAS	SM5/SM6/SM7/SM8/SM9/SM10/SM110/SM11/SM12/SM13/SM113/SM14/SM15/SM16/SM17/SM21
38ª Prova	200m	ESTILOS	FEM	SM5/SM6/SM7/SM8/SM9/SM10/SM110/SM11/SM12/SM13/SM113/SM14/SM15/SM16/SM17/SM21
39ª Prova	25m	BRUÇOS	MAS	S14/S21
40ª Prova	25m	BRUÇOS	FEM	S14/S21
41ª Prova	50m	COSTAS	MAS	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
42ª Prova	50m	COSTAS	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21

ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 29ª-40ª

43ª Prova	100m	ESTILOS	MAS	S14/S21
44ª Prova	100m	ESTILOS	FEM	S14/S21
45ª Prova	100m	MARIPOSA	MAS	S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
46ª Prova	100m	MARIPOSA	FEM	S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
47ª Prova	50m	LIVRES	MAS	Todas as Classes
48ª Prova	50m	LIVRES	FEM	Todas as Classes
49ª Prova	1500m	LIVRES	MAS	S14/S15/S21
50ª Prova	1500m	LIVRES	FEM	S14/S15/S21
51ª Prova	25m	LIVRES	MAS	S14/S21
52ª Prova	25m	LIVRES	FEM	S14/S21
53ª Prova	4x25m	ESTILOS	MAS	S14 & S21
54ª Prova	4x25m	ESTILOS	FEM	S14 & S21
55ª Prova	4x50m	LIVRES	MAS	S14 & S21
56ª Prova	4x50m	LIVRES	FEM	S14 & S21
57ª Prova	4x100m	ESTILOS	MAS	34 pontos/S14 & S21
58ª Prova	4x100m	ESTILOS	FEM	34 pontos/S14 & S21

ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 41ª-58ª

TORNEIO REGIONAL DE CLUBES (INFANTIS)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Vila Meã
3. DATA: 22 e 23 de dezembro de 2018
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 22 DEZ 18	1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 23 DEZ 18
Abertura da piscina: 14h15	Abertura da piscina: 07h45
Início do aquecimento: 14h30	Início do aquecimento: 08h00
Fim do aquecimento: 15h20	Fim do aquecimento: 08h50
Início da competição: 15h30	Início da competição: 09h00

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se à seguinte categoria:

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

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **4 provas individuais (2 provas individuais por jornada)**.
- ✓ Nas provas de 200 Estilos e 400 Livres apenas serão aceites as inscrições de 3 nadadores masculinos e 3 nadadores femininos por clube, pontuando apenas para o torneio os 2 nadadores melhores classificados.
- ✓ Os clubes que optem por inscrever atletas em 4 provas individuais terão de indicar pelo menos uma delas como extracompetição.

TORNEIO REGIONAL DE CLUBES

- ✓ Para a pontuação por clubes, cada nadador poderá participar até ao limite de 3 provas individuais, não podendo exceder o limite de 2 provas individuais por jornada.
- ✓ Para a classificação final do clube pontuam os 2 melhores nadadores masculinos e os 2 melhores nadadores femininos em cada prova individual, mais as estafetas.
- ✓ No caso de uma equipa não apresentar o número suficiente de nadadores para cumprir todas as provas do programa, o clube obterá zero (0) pontos nas provas em que não se faça representar, podendo, no entanto, continuar a pontuar nas restantes provas.
- ✓ Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever duas (2) equipas por prova, contando ambas para a classificação final de clubes.
- ✓ A constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue na mesa do Júri antes do início de cada jornada.
- ✓ Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro Ixf, até às 19h00 do dia 10 de dezembro de 2018.

7. CLASSIFICAÇÕES:

A pontuação será atribuída segundo a seguinte tabela, em que N representa duas vezes o número de clubes participantes, de forma a todos os clubes terem possibilidade de pontuar por prova (no exemplo apresentado na tabela estariam inscritos 8 clubes):

1º Lugar	N+1 Pontos	9º Lugar	N-8 Pontos
2º Lugar	N-1 Pontos	10º Lugar	N-9 Pontos
3ª Lugar	N-2 Pontos	11ª Lugar	N-10 Pontos
4ª Lugar	N-3 Pontos	12ª Lugar	N-11 Pontos
5ª Lugar	N-4 Pontos	13ª Lugar	N-12 Pontos
6º Lugar	N-5 Pontos	14º Lugar	N-13 Pontos
7º Lugar	N-6 Pontos	15º Lugar	N-14 Pontos
8º Lugar	N-7 Pontos	16º Lugar	N-15 Pontos

8. PRÉMIOS:

- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros clubes.

9. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 22 DEZ 18			
1ª Prova	200	EST	FEM.
2ª Prova	100	MAR	MASC.
3ª Prova	100	COS	FEM.
4ª Prova	100	BRU	MASC.
5ª Prova	100	LIV	FEM.
6ª Prova	400	LIV	MASC.
INTERVALO			
7ª Prova	4x100	EST	FEM.
8ª Prova	4x100	LIV	MASC.
2ª JORNADA – 23 DEZ 18			
9ª Prova	200	EST	MASC.
10ª Prova	100	MAR	FEM.
11ª Prova	100	COS	MASC.
12ª Prova	100	BRU	FEM.
13ª Prova	100	LIV	MASC.
14ª Prova	400	LIV	FEM.
INTERVALO			
15ª Prova	4x100	EST	MASC.
16ª Prova	4x100	LIV	FEM.

X Meeting Internacional da Póvoa de Varzim



02 e 03 de fevereiro de 2019

PISCINA MUNICIPAL DA PÓVOA DE VARZIM

1. Regulamento

1.1. A competição é organizada de acordo com os regulamentos da FINA e da FPN.

1.2. Disputa-se nos dias 02 e 03 de fevereiro de 2019, na Piscina Municipal da Póvoa de Varzim, com dimensões olímpicas e 8 pistas.

1.3. A competição será disputada em duas fases:

1.3.1. Na sessão da manhã, séries eliminatórias, constituídas a partir de cabeças de série, de acordo com os tempos de inscrição.

1.3.2. Na sessão da tarde, finais A/B e a série rápida (800/1500 Livres). As finais A serão formadas pelos nadadores classificados do 1º ao 8º lugar das eliminatórias (serão suplentes os 9º e 10º classificados); As finais B, apenas terão lugar quando o número de inscritos for igual ou superior a 16 nadadores e serão formadas pelos nadadores classificados do 9º ao 16º lugar das eliminatórias (serão suplentes os 17º, 18º, 19 e 20º classificados). **Em caso de empate proceder-se-á a um swim off entre os atletas envolvidos.**

1.4. As provas de **800/1500 Livres**, serão disputadas pelo sistema de séries. Serão admitidos os vinte e quatro (24) melhores tempos de inscrição dos últimos 12 meses, obtidos em piscina de 50 metros, até à data limite de inscrição. Os oito (8) melhores tempos nadarão a série rápida, a realizar pela parte da tarde no início da sessão, a seguir à final das estafetas mistas, enquanto os restantes dezasseis (16) tempos nadarão as séries lentas a terem efeito pela parte da manhã (serão suplentes os 25º, 26º, 27º e 28º tempos de inscrição).

2. A participação é OPEN - Absolutos

Tempos limite de participação:

FEMININOS	PROVAS	MASCULINOS
2004 a 2007		2003 a 2006
1:10,18	100 LIVRES	1:03,66
2:30,26	200 LIVRES	2:15,66
5:08,56	400 LIVRES	4:47,18
1:18,85	100 COSTAS	1:10,37
2:45,00	200 COSTAS	2:28,86
1:27,03	100 BRUÇOS	1:17,53
3:05,02	200 BRUÇOS	2:48,47
1:15,29	100 MARIPOSA	1:07,61
2:42,01	200 MARIPOSA	2:28,31
2:47,74	200 ESTILOS	2:31,62

FEMININOS	PROVAS	MASCULINOS
ABSOLUTOS 2003 + velhas		ABSOLUTOS 2002 + velhos
1:06,27	100 LIVRES	1:00,12
2:22,34	200 LIVRES	2:08,51
4:53,11	400 LIVRES	4:32,79
1:14,46	100 COSTAS	1:06,56
2:36,30	200 COSTAS	2:21,01
1:22,19	100 BRUÇOS	1:13,22
2:55,26	200 BRUÇOS	2:39,59
1:11,10	100 MARIPOSA	1:03,85
2:33,47	200 MARIPOSA	2:20,49
2:38,90	200 ESTILOS	2:23,63

FEMININOS	PROVAS	MASCULINOS
ABSOLUTOS 2007 + velhas		ABSOLUTOS 2006 + velhos
0:30,88	50 LIVRES	0:27,28
9:51,69	800 LIVRES/1500 LIVRES	17:43,09
0:35,31	50 COSTAS	0:31,37
0:38,36	50 BRUÇOS	0:34,47
0:31,88	50 MARIPOSA	0:29,27
5:30,17	400 ESTILOS	5:02,26
2:01,72	4X50 LIVRES	1:46,90
2:13,79	4X50 ESTILOS	1:57,71
ESTAFETAS MISTAS		
4X50 LIVRES		1:54,31
4X50 ESTILOS		2:05,83

- 2.1. Se o número de participantes (inscri es) numa prova for inferior a 9, será realizada uma final direta.
- 2.2. Se o número de participantes (inscri es) numa prova for inferior a 16, não será realizada a final B.
- 2.3. Cada equipa apenas poderá participar com uma equipa de estafetas.
- 2.4. A composi o das equipas de estafetas deverá ser entregue na mesa do júri antes do início de cada (Eliminatória/Final). **As estafetas mistas terão obrigatoriamente de ser constituídas por 2 nadadores do sexo masculino e 2 do sexo feminino.**
- 2.5. Qualquer nadador ou equipa de estafetas inscrito, terá de pelo menos, igualar o T. L. P. nas finais em que participe, para que lhe seja atribuído o respetivo pr mio e pontua o para a sua equipa.
- 2.6. Se o T. L. P. não for cumprido durante as eliminatórias e o nadador não tiver acesso   final A ou B, a equipa, obriga-se ao pagamento da penalidade de 15 .
- 2.7. Se o T. L. P. não for cumprido durante a final A ou B, a equipa, obriga-se ao pagamento da penalidade de 10 .
- 2.8. Se o T. L. P. não for cumprido durante as eliminatórias e o nadador tiver acesso   final A ou B, este fica sem efeito até ao resultado obtido na final A ou B, na parte da tarde. Se o T. L. P. não for cumprido durante a final A ou B, a equipa, obriga-se ao pagamento da penalidade de 10 .
- 2.9. Haverá uma classifica o geral por equipas, para a qual, pontuam todos os nadadores classificados, de acordo com as seguintes tabelas, desde que, não realizem tempos superiores ao T. L. P.:

Final A							
1�	2�	3�	4�	5�	6�	7�	8�
20	18	16	14	13	12	11	10

Final B							
1�	2�	3�	4�	5�	6�	7�	8�
9	7	6	5	4	3	2	1

2.10. No caso de empate numa prova, entre dois ou mais nadadores, serão somados os pontos correspondentes aos lugares por eles ocupados e atribuído às equipas, o número de pontos assim obtidos, divididos pelo número de nadadores envolvidos.

2.11. Para a prova de estafetas a pontua o a atribuir será o dobro das provas individuais.

2.12. A organiza o terá autonomia, para operar altera es ao horário da prova, em caso de absoluta necessidade.

2.13. Poderão participar todas as equipas convidadas, filiados nas várias Associa es, bem como equipas estrangeiras convidadas pela organiza o.

2.14. Um nadador que falte   eliminatória e não comunique este facto   organiza o, até 30 minutos antes do início da sessão, será a sua equipa penalizada em 50 .

2.15. Um nadador que falte   final (A ou B) e não comunique este facto   organiza o até 30 minutos, após a conclusão da última série da respetiva eliminatória, será a sua equipa penalizada em 80 .

3. Inscri es

3.1. As equipas deverão realizar as suas inscri es, até ao dia 07/01/2019, indicando, o número de atletas, dirigentes e técnicos.

3.2. As inscrições definitivas terão de ser realizadas, até ao dia 14/01/2019 e acompanhadas do respetivo pagamento para o IBAN:

PT50 0018 000801952729020 67 - BIC SWIFT: TOTAPTPL (sob pena de não serem aceites) sendo dirigidas por E-mail: meeting.povoa@annp.pt

3.3. Após a data de (14/01/2019), não serão aceites, nem permitidas alterações ou substituições.

3.4. A inscrição em cada prova, por atleta, tem de ser acompanhada de 4€.

3.5. Para a prova de estafetas a inscrição será de 8€.

3.6. A Associação de Natação do Norte de Portugal reserva-se ao direito de exigir um cheque caução.

4. Prémios

4.1. Prémios Individuais

Serão atribuídas medalhas, aos três primeiros classificados de cada final A.

4.2. Prémios Individuais por Pontos

Aos melhores nadadores absolutos masculinos e femininos, que obtenham pela tabela da FINA em vigor a melhor pontuação em qualquer das provas disputadas, serão atribuídos troféus.

4.3. Prémios Coletivos

Serão atribuídos troféus às três (3) equipas melhor classificadas.

5. Júri de Apelo

Os protestos terão de ser feitos ao Juiz Árbitro e só serão aceites, desde que estejam baseados em questões de direito; obstantes, os protestos em questões de facto, serão devolvidos, após apreciação pelo Júri de Apelo, que é formado, pelo Diretor da prova, Presidente do Conselho Distrital de Arbitragem e pelo Presidente do Conselho Técnico da ANNP.

PROGRAMA

Aquecimentos

Sábado, 02/02/2019

Início do aquecimento às 7h30 e fim do aquecimento às 8h50

ELIMINATÓRIAS

Sábado, 02/02/2019

Início da Competi o às 9h00

4x50	Estilos	Mistos	Séries
100	Mariposa	Femininos	"
50	Mariposa	Masculinos	"
200	Costas	Femininos	"
100	Costas	Masculinos	"
50	Bruços	Femininos	"
100	Bruços	Masculinos	"
400	Livres	Femininos	"
200	Livres	Masculinos	"
200	Estilos	Femininos	"
400	Estilos	Masculinos	"
50	Costas	Femininos	"
200	Mariposa	Masculinos	"
200	Bruços	Femininos	"
50	Livres	Masculinos	"
100	Livres	Femininos	"
4x50	Estilos	Masculinos	"
4x50	Livres	Femininos	"
1500	Livres	Masculinos	Série Lenta

A série rápida da prova de 1500 Livres   disputada no início do programa das finais a seguir   final das estafetas mistas.

Aquecimentos

Domingo, 03/02/2019

Início do aquecimento às 7h30 e fim do aquecimento às 8h50

ELIMINATÓRIAS

Domingo, 03/02/2019

Início da Competição às 9h00

4x50	Livres	Mistos	Séries
100	Mariposa	Masculinos	"
50	Mariposa	Femininos	"
200	Costas	Masculinos	"
100	Costas	Femininos	"
50	Bruços	Masculinos	"
100	Bruços	Femininos	"
400	Livres	Masculinos	"
200	Livres	Femininos	"
200	Estilos	Masculinos	"
400	Estilos	Femininos	"
50	Costas	Masculinos	"
200	Mariposa	Femininos	"
200	Bruços	Masculinos	"
50	Livres	Femininos	"
100	Livres	Masculinos	"
4x50	Estilos	Femininos	"
4x50	Livres	Masculinos	"
800	Livres	Femininos	Série Lenta

A série rápida da prova de 800 Livres é disputada no início do programa das finais a seguir à final das estafetas mistas.

Aquecimentos

Sábado, 02/02/2019

Início do aquecimento às 15h00 e fim do aquecimento às 16h20

FINAIS

Sábado, 02/02/2019

Início da Competi o às 16h30

4x50	Estilos	Mistos	Série	Final A
1500	Livres	Masculinos	"	Série rápida
100	Mariposa	Femininos	Séries	Final A e B
50	Mariposa	Masculinos	"	Final A e B
200	Costas	Femininos	"	Final A e B
100	Costas	Masculinos	"	Final A e B
50	Bruços	Femininos	"	Final A e B
100	Bruços	Masculinos	"	Final A e B
400	Livres	Femininos	"	Final A e B
200	Livres	Masculinos	"	Final A e B
200	Estilos	Femininos	"	Final A e B
400	Estilos	Masculinos	"	Final A e B
50	Costas	Femininos	"	Final A e B
200	Mariposa	Masculinos	"	Final A e B
200	Bruços	Femininos	"	Final A e B
50	Livres	Masculinos	"	Final A e B
100	Livres	Femininos	"	Final A e B
4x50	Estilos	Masculinos	Série	Final A
4x50	Livres	Femininos	Série	Final A

Aquecimentos

Domingo, 03/02/2019

Início do aquecimento às 15h00 e fim do aquecimento às 16h20

FINAIS

Domingo, 03/02/2019

Início da Competição às 16h30

4x50	Livres	Mistos	Série	Final A
800	Livres	Femininos	"	Série rápida
100	Mariposa	Masculinos	Séries	Final A e B
50	Mariposa	Femininos	"	Final A e B
200	Costas	Masculinos	"	Final A e B
100	Costas	Femininos	"	Final A e B
50	Bruços	Masculinos	"	Final A e B
100	Bruços	Femininos	"	Final A e B
400	Livres	Masculinos	"	Final A e B
200	Livres	Femininos	"	Final A e B
200	Estilos	Masculinos	"	Final A e B
400	Estilos	Femininos	"	Final A e B
50	Costas	Masculinos	"	Final A e B
200	Mariposa	Femininos	"	Final A e B
200	Bruços	Masculinos	"	Final A e B
50	Livres	Femininos	"	Final A e B
100	Livres	Masculinos	"	Final A e B
4x50	Estilos	Femininos	"	Final A
4x50	Livres	Masculinos	"	Final A

FESTIVAL REGIONAL DE CLUBES (CADETES A/B)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Lousada
3. DATA: 9 e 10 fevereiro de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 9 FEV 19	2ª JORNADA – 10 FEV 19
Abertura da piscina: 14h15	Abertura da piscina: 07h45
Início do aquecimento: 14h30	Início do aquecimento: 08h00
Fim do aquecimento: 15h20	Fim do aquecimento: 08h50
Início da competição: 15h30	Início da competição: 09h00

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	CADETES (A - 2008/B - 2009)
MASCULINOS	CADETES (A - 2007/B - 2008)

- ✓ A competição é aberta a todos os cadetes dos clubes definidos no ponto 5.
- ✓ Cada nadador poderá ser inscrito e participar em **4 provas individuais (2 provas individuais por jornada)**.
- ✓ Os clubes que optem por inscrever os atletas em 4 provas terão de indicar pelo menos uma delas como extracompetição.

Festival Regional de Clubes:

- ✓ Para a pontuação por clubes, cada nadador poderá participar até ao limite de 3 provas individuais, não podendo exceder o limite de 2 provas individuais por jornada.
- ✓ Para a classificação final do clube pontuarão os 2 melhores nadadores masculinos e os 2 melhores nadadores femininos em cada prova individual, mais as estafetas.
- ✓ Em caso duma equipa não apresentar o número suficiente de nadadores para cumprir todas as provas do programa, o clube obterá zero (0) pontos nas provas em que não se faça representar, podendo, no entanto, continuar a pontuar nas restantes provas.
- ✓ Nas provas de estafetas, cada clube poderá inscrever duas (2) equipas por prova, contando ambas para a classificação final do clube.
- ✓ A constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue na mesa do Júri antes do início de cada jornada.
- ✓ Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro Ixf, até às 19h00 do dia 28 de janeiro de 2019.

7. CLASSIFICAÇÕES:

A pontuação será atribuída segundo a seguinte tabela, em que N representa duas vezes o número de clubes participantes, de forma a que todos os clubes tenham possibilidade de pontuar em cada prova (no exemplo apresentado na tabela estariam inscritos 8 clubes):

1º Lugar	N+1 Pontos	9º Lugar	N-8 Pontos
2º Lugar	N-1 Pontos	10º Lugar	N-9 Pontos
3ª Lugar	N-2 Pontos	11ª Lugar	N-10 Pontos
4ª Lugar	N-3 Pontos	12ª Lugar	N-11 Pontos
5ª Lugar	N-4 Pontos	13ª Lugar	N-12 Pontos
6º Lugar	N-5 Pontos	14º Lugar	N-13 Pontos
7º Lugar	N-6 Pontos	15º Lugar	N-14 Pontos
8º Lugar	N-7 Pontos	16º Lugar	N-15 Pontos

8. PRÉMIOS:

- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros clubes.

9. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 9 FEV 19			
1ª Prova	100	EST	MASC.
2ª Prova	100	MAR	FEM.
3ª Prova	100	COS	MASC.
4ª Prova	100	BRU	FEM.
5ª Prova	100	LIV	MASC.
INTERVALO			
6ª Prova	4x50	EST	FEM
7ª Prova	4x50	LIV	MASC.

2ª JORNADA – 10 FEV 19			
8ª Prova	100	EST	FEM.
9ª Prova	100	MAR	MASC.
10ª Prova	100	COS	FEM.
11ª Prova	100	BRU	MASC.
12ª Prova	100	LIV	FEM.
INTERVALO			
13ª Prova	4x50	EST	MASC.
14ª Prova	4x50	LIV	FEM.

CAMPEONATOS REGIONAIS DE INFANTIS DE PISCINA CURTA

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Penafiel
3. DATA: 9 e 10 de març o de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 9 MAR 19 (1ª sessão)	1ª JORNADA – 9 MAR 19 (2ª sessão)
Abertura da piscina: 7h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 8h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 8h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 9h00	Início da competição: 15h30

2ª JORNADA – 10 MAR 19 (1ª sessão)	2ª JORNADA – 10 MAR 19 (2ª Sessão)
Abertura da piscina: 7h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 8h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 8h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 9h00	Início da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

- ✓ Destina-se à seguinte categoria:

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

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar **em 5 provas individuais mais as provas de estafetas** ao longo das 2 jornadas/4 sessões dos campeonatos.
- ✓ 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.
- ✓ Apenas as estafetas designadas por 1 (infantil A) e 2 (infantil B) de cada grupo etário e género, contarão para a classificação final, as restantes serão extracompetição e poderão incluir nadadores dos dois grupos etários (infantis A e B).
- ✓ As estafetas deverão ter um tempo de inscrição obrigatoriamente cedido pelos clubes. *Caso não o façam as inscrições não serão aceites.*
- ✓ Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição, independentemente do grupo etário a que pertençam.

6. TEMPOS LIMITE DE PARTICIPAÇÃO

INFANTIS PROVA	FEMININOS		MASCULINOS	
	2007	2006	2006	2005
100L	01:20,30	01:17,00	01:13,15	01:09,30
200L	02:53,80	02:46,10	02:41,15	02:34,22
400L	06:05,20	05:48,15	05:35,50	05:22,85
800L/1500L	12:45,60	11:49,50	22:08,80	21:18,20
100B	01:44,50	01:39,55	01:36,25	01:30,20
200B	03:42,20	03:33,95	03:27,90	03:16,90
100C	01:32,40	01:26,35	01:24,70	01:19,97
200C	03:18,00	03:07,00	03:01,50	02:51,60
100M	01:33,50	01:28,00	01:25,25	01:19,86
200M	03:27,90	03:14,70	03:07,00	02:57,65
200E	03:18,00	03:09,20	03:01,50	02:53,80
400E	07:01,30	06:39,85	06:25,00	06:08,50

7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 22 de fevereiro de 2019.

8. CLASSIFICAÇÕES:

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

9. PRÉMIOS:

- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada prova/grupo etário/género (Infantil A e infantil B).

10. PROGRAMA:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 9 MAR 19				1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 9 MAR 19			
1ª Prova	100	COS	FEM.	9ª Prova	1500	LIV	MASC.
2ª Prova	100	COS	MASC.	10ª Prova	400	LIV	FEM.
3ª Prova	400	EST	FEM.	11ª Prova	100	BRU	MASC.
4ª Prova	400	EST	MASC.	12ª Prova	100	BRU	FEM.
5ª Prova	100	LIV	FEM.	13ª Prova	200	MAR	MASC.
6ª Prova	100	LIV	MASC.	14ª Prova	200	MAR	FEM.
INTERVALO				INTERVALO			
7ª Prova	4x200	LIV	FEM.	15ª Prova	4x100	LIV	MASC.
8ª Prova	4x200	LIV	MASC.	16ª Prova	4x100	LIV	FEM.

2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 10 MAR 19				2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 10 MAR 19			
17ª Prova	800	LIV	FEM.	23ª Prova	200	LIV	MASC.
18ª Prova	400	LIV	MASC.	24ª Prova	200	LIV	FEM.
19ª Prova	200	COS	FEM.	25ª Prova	100	MAR	MASC.
INTERVALO				26ª Prova			
20ª Prova	200	COS	MASC.	27ª Prova	100	MAR	FEM.
21ª Prova	200	BRU	FEM.	28ª Prova	200	EST	MASC.
22ª Prova	200	BRU	MASC.	INTERVALO			
				29ª Prova	4x100	EST	MASC.
				30ª Prova	4x100	EST	FEM.

11. PENALIZAÇÕES

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

CAMPEONATOS REGIONAIS DE JUVENIS, JUNIORES e SENIORES

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal da Póvoa de Varzim
3. DATA: 15 a 17 de març  de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 15 MAR 19	1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 15 MAR 19
Abertura da piscina: 7h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 8h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 8h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 9h00	Início da competição: 15h30

2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 16 MAR 19	2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 16 MAR 19
Abertura da piscina: 7h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 8h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 8h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 9h00	Início da competição: 15h30

3ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 17 MAR 19	3ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 17 MAR 19
Abertura da piscina: 7h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 8h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 8h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 9h00	Início da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se às seguintes categorias:

FEMININOS	JUVENIS (A - 2004/B - 2005)/JUNIORES/SENIORES
MASCULINOS	JUVENIS (A - 2003/B - 2004)/JUNIORES/SENIORES

- ✓ Cada nadador JUNIOR ou SENIOR apenas poderá ser inscrito e participar em **7 provas individuais mais as provas de estafetas**.
- ✓ Cada nadador JUVENIL apenas poderá ser inscrito e participar em **5 provas individuais mais as provas de estafetas**.
- ✓ Os nadadores serão agrupados por séries de acordo com os tempos de inscrição.
- ✓ Cada clube poderá inscrever uma equipa de estafetas por grupo etário e género:
 - ✓ Juvenil A (Masculino e Feminino)
 - ✓ Juvenil B (Masculino e Feminino)
 - ✓ Juniores (Masculino e Feminino)
 - ✓ Seniores (Masculino e Feminino)
- ✓ As estafetas deverão ser designadas por 1 (Seniores), 2 (Juniores), 3 (Juvenis A) e 4 (Juvenis B) para cada género.
- ✓ Poderão existir estafetas extracompetição designadas por 5 (Absolutos) e 6 (Juvenis).
- ✓ As estafetas deverão ter um tempo de inscrição obrigatoriamente cedido pelos clubes. *Caso não o faç m as inscrições não serão aceites.*



- ✓ A indicação da constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue na mesa do júri antes do início de cada sessão.

6. TEMPOS LIMITE DE PARTICIPAÇÃO

JUVENIS PROVA	FEMININOS		MASCULINOS	
	2005	2004	2004	2003
50L	00:33,99	00:33,16	00:29,82	00:29,09
100L	01:16,85	01:14,70	01:08,93	01:07,67
200L	02:46,65	02:41,98	02:30,05	02:27,30
400L	05:51,06	05:41,21	05:19,65	05:13,77
800L	11:59,54	11:39,37	11:09,75	10:57,47
1500L	22:54,10	22:15,34	21:29,93	21:06,26
50B	00:43,67	00:42,61	00:37,83	00:36,91
100B	01:37,99	01:36,17	01:27,54	01:25,93
200B	03:31,53	03:27,59	03:10,35	03:08,77
50C	00:39,26	00:38,31	00:34,57	00:33,73
100C	01:27,13	01:24,69	01:18,58	01:17,14
200C	03:07,21	03:01,97	02:49,82	02:46,70
50M	00:36,26	00:35,38	00:31,69	00:30,92
100M	01:24,24	01:22,67	01:16,79	01:15,42
200M	03:13,61	03:05,74	02:52,68	02:49,59
200E	03:07,84	03:02,58	02:53,07	02:49,90
400E	06:38,34	06:27,18	06:06,00	05:59,28

JUNIORES E SENIORES PROVA	FEMININOS		MASCULINOS	
	JUNIORES	SENIORES	JUNIORES	SENIORES
50L	00:32,36	00:31,70	00:28,38	00:28,04
100L	01:09,72	01:08,24	01:01,68	01:00,33
200L	02:30,46	02:27,31	02:15,11	02:11,56
400L	05:20,55	05:11,10	04:38,66	04:42,24
800L	11:05,17	10:43,24	09:45,73	09:34,51
1500L	20:43,36	20:08,79	19:33,35	18:57,60
50B	00:41,57	00:40,12	00:36,01	00:34,82
100B	01:30,43	01:27,49	01:19,45	01:16,57
200B	03:15,97	03:07,49	02:55,51	02:48,48
50C	00:37,37	00:36,28	00:32,91	00:31,86
100C	01:19,75	01:17,73	01:10,66	01:08,50
200C	02:53,72	02:48,01	02:35,79	02:30,70
50M	00:34,51	00:33,67	00:30,16	00:29,34
100M	01:16,95	01:14,75	01:07,23	01:05,48
200M	02:56,47	02:47,40	02:32,29	02:27,40
200E	02:52,63	02:47,73	02:34,62	02:30,36
400E	06:11,35	05:58,84	05:32,96	05:22,10

7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 01 de março de 2019.

8. CLASSIFICAÇÕES:

- ✓ Na categoria Juvenil haverá classificação separada por prova, grupo etário (Juvenil A e Juvenil B) e género.
- ✓ Nas categorias Júnior e S nior haverá classificação separada por prova, categoria e género.

9. PRÉMIOS:

- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada prova, grupo etário e género (Juvenil A e Juvenil B).
- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada prova, categoria e género (Júnior e S nior).

10. PROGRAMA:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 15 MAR 19				1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 15 MAR 19			
1ª Prova	800	LIV	FEM.	7ª Prova	1500	LIV	MASC.
2ª Prova	200	LIV	MASC.	8ª Prova	100	LIV	FEM.
3ª Prova	50	MAR	FEM.	9ª Prova	200	COS	MASC.
4ª Prova	50	MAR	MASC.	10ª Prova	200	COS	FEM.
5ª Prova	200	BRU	FEM.	INTERVALO			
6ª Prova	200	BRU	MASC.	11ª Prova	4x100	LIV	MASC.
				12ª Prova	4x200	LIV	FEM.

2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 16 MAR 19				2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 16 MAR 19			
13ª Prova	400	EST	FEM.	21ª Prova	400	EST	MASC.
14ª Prova	400	LIV	MASC.	22ª Prova	1500	LIV	FEM.
15ª Prova	100	COS	FEM.	23ª Prova	100	BRU	MASC.
16ª Prova	100	COS	MASC.	24ª Prova	100	BRU	FEM.
17ª Prova	50	LIV	FEM.	25ª Prova	50	LIV	MASC.
18ª Prova	200	MAR	MASC.	26ª Prova	200	MAR	FEM.
INTERVALO				INTERVALO			
19ª Prova	4x50	EST	FEM.	27ª Prova	4x200	LIV	MASC.
20ª Prova	4x50	EST	MASC.	28ª Prova	4x100	LIV	FEM.

3ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 17 MAR 19				3ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 17 MAR 19			
29ª Prova	200	EST	MASC.	37ª Prova	800	LIV	MASC.
30ª Prova	200	EST	FEM.	38ª Prova	100	MAR	FEM.
31ª Prova	100	LIV	MASC.	39ª Prova	100	MAR	MASC.
32ª Prova	400	LIV	FEM.	40ª Prova	50	COS	FEM.
33ª Prova	50	BRU	MASC.	41ª Prova	50	COS	MASC.
34ª Prova	50	BRU	FEM.	42ª Prova	200	LIV	FEM.
INTERVALO				INTERVALO			
35ª Prova	4x50	LIV	MASC.	43ª Prova	4x100	EST	MASC.
36ª Prova	4x50	LIV	FEM.	44ª Prova	4x100	EST	FEM.

11. PENALIZAÇÕES

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



ENCONTRO DE TÉCNICAS SIMULTÂNEAS (CADETES B/C)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina do Clube Fluvial Portuense
3. DATA: 23 de março de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 23 MAR 19

Abertura da piscina: 14h15

Início do aquecimento: 14h30

Fim do aquecimento: 15h20

Início da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

✓ Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS Cadetes (B - 2010/C - 2011)

MASCULINOS Cadetes (B - 2009/C - 2010)

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **2 provas (individuais e/ou estafetas)**.
 - ✓ Os nadadores do grupo etário mais velho (femininos 2010 e masculinos 2009) poderão ser inscritos nas provas de 25 metros, não podendo, no entanto, ser inscritos na mesma técnica aos 50 metros.
 - ✓ Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de estafetas, as quais obrigatoriamente deverão ser mistas e designadas por 1, 2, 3 etc..
8. INSCRIÇÕES:
 - ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro Ixf, até às 19h00 do dia 11 de março de 2019.

9. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 23 MAR 19				
1ª Prova	25	MAR	FEM	2010/11
2ª Prova	25	MAR	MASC	2009/10
3ª Prova	50	MAR	FEM	2010
4ª Prova	50	MAR	MASC	2009
5ª Prova	25	BRU	FEM	2010/11
6ª Prova	25	BRU	MASC	2009/10
7ª Prova	50	BRU	FEM	2010
8ª Prova	50	BRU	MASC	2009
INTERVALO				
9ª Prova	4x25	MAR	MISTO	JUNTOS
10ª Prova	4x25	BRU	MISTO	JUNTOS
11ª Prova	4x50	MAR	MISTO	JUNTOS
12ª Prova	4x50	BRU	MISTO	JUNTOS

VI TORNEIO DE NATAÇÃO ADAPTADA CIDADE DO PORTO

1. **ORGANIZAÇÃO:** ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. **LOCAL:** Complexo de Piscinas de Campanhã
3. **DATA:** 23 e 24 de março 2019
4. **HORÁRIO:**

1ª JORNADA – 23MAR19	2ª JORNADA – 24MAR19
Abertura da piscina: 14h00	Abertura da piscina: 08h00
Início do aquecimento: 14h30	Início do aquecimento: 08h30
Fim do aquecimento: 15h20	Fim do aquecimento: 09h20
Início da competição: 15h30	Início da competição: 09h30

Nota – O aquecimento terá início uma hora antes do horário das provas.

5. PARTICIPAÇÃO:

- ✓ O VI Torneio de Natação Adaptada – Cidade do Porto está aberto a todas as áreas de deficiência.
- ✓ Podem participar todos os nadadores filiados na FPN em representação dos Clubes, através das respetivas Associações Territoriais, com exame médico válido   data da competição, devidamente inserido e validado na plataforma de filiações *fpnsystem*.
- ✓ Os nadadores podem ser inscritos em qualquer prova do programa, independentemente da classe, num máximo de 4 provas no total, 2 por jornada. Só os atletas pertencentes às classes indicadas no programa para cada prova, terão pr mio, sendo os outros considerados como atletas extracompetição.
- ✓ Os resultados estarão disponíveis através do site da ANNP em www.annp.pt ou http://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=FROM_NOW&Nation=P
[OR](#)
- ✓ Será atribuída uma medalha de participação a todos os nadadores.

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada nos serviços administrativos da ANNP, até às 18.00h do dia 11 de Março de 2019, no respetivo ficheiro convite disponível no site da ANNP em www.annp.pt ou http://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=FROM_NOW&Nation=POR
- ✓ As inscrições, devem ser realizadas por via eletrónica, através do programa informático definido pela FPN para o efeito– Entry Editor ou Team Manager da Geologix e deverão ser enviadas por correio eletrónico para info@annp.pt
- ✓ A inscrição na prova é gratuita.

7. ARBITRAGEM

- ✓ Os tempos de prova são aferidos por cronometragem eletrónica da responsabilidade da Associação de Natação do Norte de Portugal (ANNP) e do respetivo Conselho Regional de Arbitragem. A competição é organizada de acordo com os regulamentos da ANNP e da Federação Portuguesa de Natação

8. REGULAMENTO

- ✓ Regulamentos oficiais do World Para Swimming.

9. PRÉMIOS

- ✓ Será elaborada uma classificação por prova, sexo e classe, sendo atribuídos prémios aos três primeiros classificados de cada prova nas classes em competição nessa prova.

10. DIVERSOS

- ✓ Os casos omissos neste Regulamento serão resolvidos pela Organização do Torneio.

11. PROGRAMA:

Iª Jornada – Sábado – 23MAR19

1ª Prova	400m	ESTILOS	FEM	S14/S15/S21
2ª Prova	400m	ESTILOS	MAS	S14/S15/S21
3ª Prova	50m	BRUÇOS	FEM	SB1/SB2/SB3/SB14/SB15/SB16/SB17/SB21
4ª Prova	50m	BRUÇOS	MAS	SB1/SB2/SB3/SB14/SB15/SB16/SB17/SB21
5ª Prova	100m	COSTAS	FEM	S1/S2/S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
6ª Prova	100m	COSTAS	MAS	S1/S2/S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
7ª Prova	200m	MARIPOSA	FEM	S14/S15/S21
8ª Prova	200m	MARIPOSA	MAS	S14/S15/S21
9ª Prova	100m	BRUÇOS	FEM	SB4/SB5/SB6/SB7/SB8/SB9/SB10/SB110/SB11/SB12/SB13/SB14/SB15/SB16/SB17/SB21
10ª Prova	100m	BRUÇOS	MAS	SB4/SB5/SB6/SB7/SB8/SB9/SB10/SB110/SB11/SB12/SB13/SB14/SB15/SB16/SB17/SB21
11ª Prova	200m	BRUÇOS	FEM	SB14/SB15/SB21
12ª Prova	200m	BRUÇOS	MAS	SB14/SB15/SB21
13ª Prova	50m	MARIPOSA	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S6/S7/S14/S15/S16/S17/S21
14ª Prova	50m	MARIPOSA	MAS	S1/S2/S3/S4/S5/S6/S7/S14/S15/S16/S17/S21
ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 1ª-12ª				
15ª Prova	100m	LIVRES	FEM	Todas as classes
16ª Prova	100m	LIVRES	MAS	Todas as classes
17ª Prova	800m	LIVRES	FEM	S14/S15/S21
18ª Prova	800m	LIVRES	MAS	S14/S15/S21
19ª Prova	4x50m	ESTILOS	FEM	S14 & S21
20ª Prova	4X50m	ESTILOS	MAS	S14 & S21
21ª Prova	4X100m	LIVRES	FEM	34 pontos/S14 & S21
22ª Prova	4X100m	LIVRES	MAS	34 pontos/S14 & S21

ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 13ª-22ª

IIª Jornada – Domingo – 24MAR19

23ª Prova	400m	LIVRES	MAS	S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
24ª Prova	400m	LIVRES	FEM	S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
25ª Prova	200m	LIVRES	MAS	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
26ª Prova	200m	LIVRES	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
27ª Prova	200m	COSTAS	MAS	S14/S15/S21
28ª Prova	200m	COSTAS	FEM	S14/S15/S21
29ª Prova	150m	ESTILOS	MAS	SM1/SM2/SM3/SM4
30ª Prova	150m	ESTILOS	FEM	SM1/SM2/SM3/SM4
31ª Prova	200m	ESTILOS	MAS	SM5/SM6/SM7/SM8/SM9/SM10/SM110/SM11/SM12/SM13/SM113/SM14/SM15/SM16/SM17/SM21
32ª Prova	200m	ESTILOS	FEM	SM5/SM6/SM7/SM8/SM9/SM10/SM110/SM11/SM12/SM13/SM113/SM14/SM15/SM16/SM17/SM21
33ª Prova	50m	COSTAS	MAS	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
34ª Prova	50m	COSTAS	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21

ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 23ª-32ª

35ª Prova	100m	MARIPOSA	MAS	S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
36ª Prova	100m	MARIPOSA	FEM	S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
37ª Prova	50m	LIVRES	MAS	Todas as Classes
38ª Prova	50m	LIVRES	FEM	Todas as Classes
39ª Prova	1500m	LIVRES	MAS	S14/S15/S21
40ª Prova	1500m	LIVRES	FEM	S14/S15/S21
41ª Prova	4x50m	LIVRES	MAS	S14 & S21
42ª Prova	4x50m	LIVRES	FEM	S14 & S21
43ª Prova	4x100m	ESTILOS	MAS	34 pontos/S14 & S21
44ª Prova	4x100m	ESTILOS	FEM	34 pontos/S14 & S21

ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 33ª-44ª

TORNEIO ESPECIALISTAS TURBO/A.N.N.P. (ABSOLUTOS)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal da Póvoa de Varzim
3. DATA: 30 e 31 de março de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 30 MAR 19 (1ª sessão)	1ª JORNADA – 30 MAR 19 (2ª sessão)
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 – 31 MAR 19
Abertura da piscina: 07h45
Início do aquecimento: 08h00
Fim do aquecimento: 08h50
Início da competição: 09h00

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se às seguintes categorias:

FEMININOS	JUVENIS - JUNIORES - SENIORES (2005 e + velhas)
MASCULINOS	JUVENIS – JUNIORES - SENIORES (2004 e + velhos)

- ✓ Cada nadador deverá ser inscrito e participar nas **três (3) provas de cada especialidade, com exceção da especialidade de estilos que deverá ser inscrito e participar nas duas (2) provas:**

Especialidade	Provas
Mariposa	50 – 100 – 200
Costas	50 – 100 – 200
Bruços	50 – 100 – 200
Livres	50 – 100 – 200
Livres Fundo	400 – 800 – 1500
Estilos	200 – 400

- ✓ Os nadadores serão agrupados por séries de acordo com os tempos de inscrição.
- ✓ A falta ou desqualificação em qualquer uma das provas do programa implicará o afastamento imediato do nadador da classificação do Torneio, contudo poderá continuar a sua participação em prova.

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 18 de março de 2019.



7. CLASSIFICAÇÕES:

- ✓ As classificações serão separadas por género e especialidade, apuradas em função do somatório dos pontos obtidos por cada nadador segundo a tabela FINA em vigor no conjunto das provas efetuadas pelo nadador.
- ✓ Em caso de empate entre dois ou mais nadadores, o desempate será feito em função da maior pontuação das provas nadadas dentro de cada especialidade.

8. PRÉMIOS:

- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados absolutos/género.

9. PROGRAMA:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 30 MAR 19				1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 30 MAR 19			
1ª Prova	200	LIV	MASC.	11ª Prova	400	EST	MASC.
2ª Prova	200	LIV	FEM.	12ª Prova	400	EST	FEM.
3ª Prova	100	MAR	MASC.	13ª Prova	50	LIV	MASC.
4ª Prova	100	MAR	FEM.	14ª Prova	50	LIV	FEM.
5ª Prova	200	COS	MASC.	15ª Prova	400	LIV	MASC.
6ª Prova	200	COS	FEM.	16ª Prova	400	LIV	FEM.
7ª Prova	50	BRU	MASC.	17ª Prova	50	MAR	MASC.
8ª Prova	50	BRU	FEM.	18ª Prova	50	MAR	FEM.
9ª Prova	800	LIV	MASC.	19ª Prova	100	COS	MASC.
10ª Prova	800	LIV	FEM.	20ª Prova	100	COS	FEM.
				21ª Prova	200	BRU	MASC.
				22ª Prova	200	BRU	FEM.

2ª JORNADA – 31 MAR 19			
23ª Prova	1500	LIV	MASC.
24ª Prova	1500	LIV	FEM.
25ª Prova	200	MAR	MASC.
26ª Prova	200	MAR	FEM.
27ª Prova	50	COS	MASC.
28ª Prova	50	COS	FEM.
29ª Prova	100	BRU	MASC.
30ª Prova	100	BRU	FEM.
31ª Prova	100	LIV	MASC.
32ª Prova	100	LIV	FEM.
33ª Prova	200	EST	MASC.
34ª Prova	200	EST	FEM.

CAMPEONATO REGIONAL DE VERÃO - NATAÇÃO ADAPTADA

1. **ORGANIZAÇÃO:** ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. **LOCAL:** Piscina Municipal da Povoia de Varzim
3. **DATA:** 6 e 7 de abril 2019
4. **HORÁRIO:**

1ª JORNADA – 06ABR19	2ª JORNADA – 07ABR19
Abertura da piscina: 14h00	Abertura da piscina: 08h00
Início do aquecimento: 14h30	Início do aquecimento: 08h30
Fim do aquecimento: 15h20	Fim do aquecimento: 09h20
Início da competição: 15h30	Início da competição: 09h30

Nota – O aquecimento terá início uma hora antes do horário das provas.

5. PARTICIPAÇÃO:

- ✓ Podem participar todos os nadadores filiados na FPN em representação dos Clubes, através das respetivas Associações Territoriais, com exame médico válido à data da competição, devidamente inserido e validado na plataforma de filiações *fpnsystem*.
- ✓ Os nadadores podem ser inscritos em qualquer prova do programa, independentemente da classe, num máximo de duas (2) provas individuais e numa (1) estafeta, por jornada. Só os atletas pertencentes às classes indicadas no programa para cada prova e pertencentes à ANNP, terão prémio de classificação Regional, sendo os outros considerados como atletas extracompetição.
- ✓ Os resultados estarão disponíveis através do site da ANNP em www.annp.pt ou http://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=FROM_NOW&Nation=P OR
- ✓ Será atribuída uma medalha de participação a todos os nadadores.

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada nos serviços administrativos da ANNP, até às 18.00h do dia 25 de março de 2019, no respetivo ficheiro convite disponível no site da ANNP em www.annp.pt ou http://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=FROM_NOW&Nation=P

- ✓ As inscrições, devem ser realizadas por via eletrónica, através do programa informático definido pela FPN para o efeito– Entry Editor ou Team Manager da Geologix e deverão ser enviadas por correio eletrónico para info@annp.pt
- ✓ A taxa de inscrição por nadador/prova individual é de 3,00€. Nas provas de estafetas é de 3,50€.

7. ARBITRAGEM

- ✓ Os tempos de prova são aferidos por cronometragem eletrónica da responsabilidade da Associação de Natação do Norte de Portugal (ANNP) e do respetivo Conselho Regional de Arbitragem. A competição é organizada de acordo com os regulamentos da ANNP e da Federação Portuguesa de Natação

8. REGULAMENTO

- ✓ Regulamentos oficiais do World Para Swimming

9. PRÉMIOS

- ✓ Para efeitos protocolares, serão entregues medalhas aos três mais pontuados da ANNP de cada prova, considerando um sistema de classificação por pontos tendo em conta os seguintes agrupamentos de classes:

- 1) S1 a S14
- 2) S15
- 3) S16
- 4) S17
- 5) S21

10. DIVERSOS

- ✓ Os casos omissos neste Regulamento serão resolvidos pela Organização do Torneio.

11. PROGRAMA:

Iª Jornada – Sábado – 6ABR19

1ª Prova	400m	ESTILOS	FEM	S14/S15/S21
2ª Prova	400m	ESTILOS	MAS	S14/S15/S21
3ª Prova	50m	BRUÇOS	FEM	SB1/SB2/SB3/SB14/SB15/SB16/SB17/SB21
4ª Prova	50m	BRUÇOS	MAS	SB1/SB2/SB3/SB14/SB15/SB16/SB17/SB21
5ª Prova	100m	COSTAS	FEM	S1/S2/S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
6ª Prova	100m	COSTAS	MAS	S1/S2/S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
7ª Prova	200m	MARIPOSA	FEM	S14/S15/S21
8ª Prova	200m	MARIPOSA	MAS	S14/S15/S21
9ª Prova	100m	BRUÇOS	FEM	SB4/SB5/SB6/SB7/SB8/SB9/SB10/SB110/SB11/SB12/SB13/SB14/ SB15/SB16/SB17/SB21
10ª Prova	100m	BRUÇOS	MAS	SB4/SB5/SB6/SB7/SB8/SB9/SB10/SB110/SB11/SB12/SB13/SB14/ SB15/SB16/SB17/SB21
11ª Prova	200m	BRUÇOS	FEM	SB14/SB15/SB21
12ª Prova	200m	BRUÇOS	MAS	SB14/SB15/SB21
13ª Prova	50m	MARIPOSA	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S6/S7/S14/S15/S16/S17/S21
14ª Prova	50m	MARIPOSA	MAS	S1/S2/S3/S4/S5/S6/S7/S14/S15/S16/S17/S21
ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 1ª-12ª				
15ª Prova	100m	LIVRES	FEM	Todas as classes
16ª Prova	100m	LIVRES	MAS	Todas as classes
17ª Prova	800m	LIVRES	FEM	S14/S15/S21
18ª Prova	800m	LIVRES	MAS	S14/S15/S21
19ª Prova	4x50m	ESTILOS	FEM	S14 & S21
20ª Prova	4X50m	ESTILOS	MAS	S14 & S21
21ª Prova	4X100m	LIVRES	FEM	34 pontos/S14 & S21
22ª Prova	4X100m	LIVRES	MAS	34 pontos/S14 & S21

ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 13ª-22ª

IIª Jornada – Domingo – 7ABR19

23ª Prova	400m	LIVRES	MAS	S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
24ª Prova	400m	LIVRES	FEM	S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
25ª Prova	200m	LIVRES	MAS	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
26ª Prova	200m	LIVRES	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
27ª Prova	200m	COSTAS	MAS	S14/S15/S21
28ª Prova	200m	COSTAS	FEM	S14/S15/S21
29ª Prova	150m	ESTILOS	MAS	SM1/SM2/SM3/SM4
30ª Prova	150m	ESTILOS	FEM	SM1/SM2/SM3/SM4
31ª Prova	200m	ESTILOS	MAS	SM5/SM6/SM7/SM8/SM9/SM10/SM110/SM11/SM12/SM13/SM113/SM14/SM15/SM16/SM17/SM21
32ª Prova	200m	ESTILOS	FEM	SM5/SM6/SM7/SM8/SM9/SM10/SM110/SM11/SM12/SM13/SM113/SM14/SM15/SM16/SM17/SM21
33ª Prova	50m	COSTAS	MAS	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
34ª Prova	50m	COSTAS	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21

ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 23ª-32ª

35ª Prova	100m	MARIPOSA	MAS	S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
36ª Prova	100m	MARIPOSA	FEM	S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
37ª Prova	50m	LIVRES	MAS	Todas as Classes
38ª Prova	50m	LIVRES	FEM	Todas as Classes
39ª Prova	1500m	LIVRES	MAS	S14/S15/S21
40ª Prova	1500m	LIVRES	FEM	S14/S15/S21
41ª Prova	4x50m	LIVRES	MAS	S14 & S21
42ª Prova	4X50m	LIVRES	FEM	S14 & S21
43ª Prova	4x100m	ESTILOS	MAS	34 pontos/S14 & S21
44ª Prova	4x100m	ESTILOS	FEM	34 pontos/S14 & S21

ENTREGA PRÉMIOS PROVAS 33ª-44ª

TORREGRI 2 (CADETES A/B)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Vila Me 
3. DATA: 13 e 14 de abril de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 13 ABR 19	1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 13 ABR 19
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 – 14 ABR 19
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 - 2008/B - 2009)
MASCULINOS	CADETES (A - 2007/B - 2008)

CADETES A - Femininos (2008)	Poderão ser inscritos em 4 provas individuais mais as estafetas.
CADETES A - Masculinos (2007)	
CADETES B - Femininos (2009)	Poderão ser inscritos em 3 provas individuais mais as estafetas.
CADETES B - Masculinos (2008)	

- ✓ Cada nadador apenas poderá participar em **2 provas individuais por sessão mais as provas de estafetas** sendo permitida a inscrição condicionada nas provas de 400 Livres (cadetes A) ou 200 livres (cadetes B).
- ✓ Nas provas 1 e 2 apenas serão efetuadas 5 sérias com os melhores tempos de inscrição (200 Livres). Caso não exista um número suficiente de tempos de 200 Livres para completar as sérias serão considerados a seguir os melhores tempos de 100 Livres.
- ✓ Nas provas 3 e 4 apenas serão efetuadas 6 sérias com os melhores tempos de inscrição (100 Livres).
- ✓ Caso a inscrição nos 400 Livres (cadetes A) ou 200 livres (cadetes B) seja aceite, o clube deverá indicar uma prova a excluir.
- ✓ 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 extracompetição 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	FEMININOS		MASCULINOS	
PROVA	2009	2008	2008	2007
100 Estilos	2:06,57	-	1:49,94	-
200 Estilos	-	3:47,72	-	3:27,61

7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 01 de abril de 2019.

8. PROGRAMA:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 13 ABR 19					1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 13 ABR 19				
1ª Prova	400	LIV	FEM.	2008	9ª Prova	100	COS	FEM.	2008
2ª Prova	400	LIV	MASC.	2007	10ª Prova	100	COS	MASC.	2007
3ª Prova	200	LIV	FEM.	2009	11ª Prova	50	COS	FEM.	2009
4ª Prova	200	LIV	MASC.	2008	12ª Prova	50	COS	MASC.	2008
INTERVALO					13ª Prova	100	BRU	FEM.	2008
5ª Prova	100	MAR	FEM.	2008	14ª Prova	100	BRU	MASC.	2007
6ª Prova	100	MAR	MASC.	2007	15ª Prova	50	BRU	FEM.	2009
7ª Prova	50	MAR	FEM.	2009	16ª Prova	50	BRU	MASC.	2008
8ª Prova	50	MAR	MASC.	2008	INTERVALO				
					17ª Prova	4X100	LIV	FEM.	2008
					18ª Prova	4X100	LIV	MASC.	2007
					19ª Prova	4X50	LIV	FEM.	2009
					20ª Prova	4X50	LIV	MASC.	2008

2ª JORNADA – 14 ABR 19				
23ª Prova	100	LIV	FEM.	2008
24ª Prova	100	LIV	MASC.	2007
25ª Prova	50	LIV	FEM.	2009
26ª Prova	50	LIV	MASC.	2008
27ª Prova	200	EST	FEM.	2008
28ª Prova	200	EST	MASC.	2007
27ª Prova	100	EST	FEM.	2009
28ª Prova	100	EST	MASC.	2008
INTERVALO				
27ª Prova	4x100	EST*2	FEM.	2008
28ª Prova	4x100	EST*2	MASC.	2007
27ª Prova	4x50	EST*1	FEM.	2009
28ª Prova	4x50	EST*1	MASC.	2008

EST*1: 1º e 2º elementos nadam 25 Mariposa + 25 Costas, 3º e 4º elementos nadam 25 Bruços + 25 Crol;

EST*2: Cada elemento da estafeta nada 100 Estilos.

9. PENALIZAÇÕES

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

TORNEIO A.N.N.P. (MASTERS)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Felgueiras
3. DATA: 25 de abril de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 25 ABR 19
Abertura da piscina: 07h45
Início do aquecimento: 08h00
Fim do aquecimento: 08h50
Início da competição: 09h00

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se à seguinte categoria:

Grupo	Escalão Etário	Ano de Nascimento
A	25 – 29	1994 – 90
B	30 – 34	1989 – 85
C	35 – 39	1984 – 80
D	40 – 44	1979 – 75
E	45 – 49	1974 – 70
F	50 – 54	1969 – 65
G	55 – 59	1964 – 60
H	60 – 64	1959 – 55
I	65 – 69	1954 – 50
J	70 - 74	1949 – 45
K	75 - 79	1944 – 40
L	80 - 84	1939 – 35
M	85 e >	1934 + velhos

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

Grupo	Escalão Etário
1	100 – 119
2	120 – 159
3	160 – 199
4	200 – 239
5	240 – 279
6	280 – 319
7	320 – 359

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **2 provas mais as provas de estafetas**.
- ✓ Cada clube poderá inscrever uma equipa de estafetas por grupo de idade.
- ✓ As estafetas mistas terão obrigatoriamente de ser constituídas por 2 nadadores do género masculino e 2 do género feminino.

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 15 de abril de 2019.

7. CLASSIFICAÇÃO:

- ✓ Haverá uma classificação coletiva baseada na seguinte pontuação por escalão:

Provas individuais		Provas de estafetas	
1º Lugar	12 Pontos	1º Lugar	24 Pontos
2º Lugar	8 Pontos	2º Lugar	16 Pontos
3º Lugar	6 Pontos	3º Lugar	12 Pontos
4º Lugar	5 Pontos	4º Lugar	10 Pontos
5º Lugar	4 Pontos	5º Lugar	8 Pontos
6º Lugar	3 Pontos	6º Lugar	6 Pontos
7º Lugar	2 Pontos	7º Lugar	4 Pontos
8º Lugar	1 Ponto	8º Lugar	2 Pontos

8. PRÉMIOS:

Serão atribuídos troféus aos três (3) primeiros clubes.

9. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 25 ABR 19			
1ª Prova	4x50	LIV	FEM.
2ª Prova	4x50	LIV	MASC.
3ª Prova	50	MAR	FEM.
4ª Prova	50	MAR	MASC.
5ª Prova	100	COS	FEM.
6ª Prova	100	COS	MASC.
7ª Prova	200	EST	FEM.
8ª Prova	200	EST	MASC.
9ª Prova	50	BRU	FEM.
10ª Prova	50	BRU	MASC.
11ª Prova	100	LIV	FEM.
12ª Prova	100	LIV	MASC.
13ª Prova	4x50	EST	MISTOS
INTERVALO			
14ª Prova	4x50	EST	FEM.
15ª Prova	4x50	EST	MASC.
16ª Prova	100	MAR	FEM.
17ª Prova	100	MAR	MASC.
18ª Prova	50	COS	FEM.
19ª Prova	50	COS	MASC.
20ª Prova	400	LIV	FEM.
21ª Prova	400	LIV	MASC.
22ª Prova	100	BRU	FEM.
23ª Prova	100	BRU	MASC.
24ª Prova	100	EST	FEM.
25ª Prova	100	EST	MASC.
26ª Prova	4x50	LIV	MISTOS

OPEN VALE DO SOUSA

27 - 28 de abril de 2019



PISCINA MUNICIPAL DE FELGUEIRAS

1. Regulamento

1.1. A competição é organizada de acordo com os regulamentos da FINA e da FPN.

1.2. Disputa-se nos dias 27 e 28 de abril de 2019, na Piscina Municipal de Felgueiras, com dimensões de 25 metros e 8 pistas.

1.3. A competição será disputada em duas fases:

1.3.1. Na sessão da manhã, séries eliminatórias, constituídas a partir de cabeças de série, de acordo com os tempos de inscrição e a série lenta (400 Estilos e 800/1500 Livres).

1.3.2. Na sessão da tarde, finais por grupos etários nas provas do programa (finais INFANTIS/JUVENIS e finais JUNIORES/SENIORES). As finais, por grupos etários, serão formadas pelos nadadores classificados do 1 o ao 8 o lugar das eliminatórias (serão suplentes os 9 o e 10 o classificados).
Em caso de empate proceder-se-  a um swim off entre os atletas envolvidos.

1.4. As provas de **400 Estilos e 800/1500 Livres**, serão disputadas pelo sistema de séries. Serão admitidos os dezasseis (16) melhores tempos de inscrição dos últimos 12 meses, obtidos em piscina de 25 metros, até a data limite de inscrição. Os oito (8) melhores tempos nadarão a série rápida, a realizar pela parte da tarde no início da sessão a seguir   final das estafetas mistas, enquanto os restantes oito (8) tempos nadarão a série lenta a ter efeito pela parte da manhã (serão suplentes os 17 o, 18 o, 19 o e 20 o tempos de inscrição).

2. Participa o

✓ Destina-se às seguintes categorias:

FEMININOS	INFANTIS-JUVENIS (2004 a 2007)
MASCULINOS	INFANTIS-JUVENIS (2003 a 2006)
FEMININOS	JUNIORES/SENIORES (2003 + velhas)
MASCULINOS	JUNIORES/SENIORES (2002 + velhos)



2.1. Tempos limite de participa o:

FEMININOS	PROVAS	MASCULINOS
INFANTIS/JUVENIS		INFANTIS/JUVENIS
1:09,09	100 LIVRES	1:00,99
2:27,34	200 LIVRES	2:12,16
5:06,03	400 LIVRES	4:36,97
1:14,68	100 COSTAS	1:06,39
2:38,58	200 COSTAS	2:20,49
1:24,63	100 BRUÇOS	1:15,47
2:58,98	200 BRUÇOS	2:40,19
1:14,11	100 MARIPOSA	1:05,25
2:39,08	200 MARIPOSA	2:24,39
2:42,08	200 ESTILOS	2:25,81
2:05,34	4X50 LIVRES	1:49,86
2:17,35	4X50 ESTILOS	2:00,38
ESTAFETAS MISTAS		
4X50 LIVRES		1:57,60
4X50 ESTILOS		2:08,87

FEMININOS	PROVAS	MASCULINOS
JUNIORES/SENIORES		JUNIORES/SENIORES
0:30,32	50 LIVRES	0:26,43
1:05,24	100 LIVRES	0:57,59
2:19,57	200 LIVRES	2:05,19
4:50,71	400 LIVRES	4:23,10
9:45,04	800 LIVRES	9:01,20
0:33,49	50 COSTAS	0:28,99
1:10,52	100 COSTAS	1:02,69
2:30,22	200 COSTAS	2:13,08
0:37,37	50 BRUÇOS	0:32,95
1:19,92	100 BRUÇOS	1:11,27
2:49,54	200 BRUÇOS	2:31,74
0:31,81	50 MARIPOSA	0:28,44
1:09,99	100 MARIPOSA	1:01,62
2:30,69	200 MARIPOSA	2:16,77
1:12,63	100 ESTILOS	1:04,46
2:33,53	200 ESTILOS	2:18,12
5:21,62	400 ESTILOS	4:51,92
1:58,73	4X50 LIVRES	1:44,06
2:10,11	4X50 ESTILOS	1:54,03
ESTAFETAS MISTAS		
4X50 LIVRES		1:51,39
4X50 ESTILOS		2:02,07

- 2.2.** Se o número de participantes (inscrições) numa prova for inferior a 9, será realizada uma final direta.
- 2.3.** Cada equipa apenas poderá participar com uma equipa de estafetas por grupo etário.
- 2.4.** A composição das equipas de estafetas deverá ser entregue na mesa do júri no início de cada (Eliminatória/Final). As estafetas mistas terão obrigatoriamente que ser constituídas por 2 nadadores do género masculino e 2 do género feminino.
- 2.5.** Qualquer nadador ou equipa de estafetas inscritos, terá de pelo menos igualar o T. L. P., nas finais em que participe, para que lhe seja atribuída a pontuação para a sua equipa.
- 2.6.** Se o T. L. P. não for cumprido durante as eliminatórias e o nadador/equipa não tiver acesso   final A, a equipa, obriga-se ao pagamento da penalidade de 10 .
- 2.7.** Se o T. L. P. não for cumprido durante as finais A, a equipa, obriga-se ao pagamento da penalidade de 10 .
- 2.8.** Se o T. L. P. não for cumprido durante as eliminatórias e o nadador tiver acesso   final A, este fica sem efeito até ao resultado obtido na final A, na parte da tarde. Se o T. L. P. não for cumprido durante as finais A, a equipa, obriga-se ao pagamento da penalidade de 10 .
- 2.9.** Haverá uma classificação geral por equipas, para a qual, pontuam todos os nadadores classificados, de acordo com as seguintes tabelas, desde que, não realizem tempos superiores ao T. L. P.:

Finais							
1�	2�	3�	4�	5�	6�	7�	8�
10	8	6	5	4	3	2	1

- 2.10.** No caso de empate numa prova, entre dois ou mais nadadores, serão somados os pontos correspondentes aos lugares por eles ocupados e atribuído às equipas, o número de pontos assim obtidos, divididos pelo número de nadadores envolvidos.
- 2.11.** Para as provas de estafetas a pontuação a atribuir será o dobro das provas individuais.
- 2.12.** A organização terá autonomia, para operar alterações ao horário da prova, em caso de absoluta necessidade.
- 2.13.** Poderão participar todas as equipas convidadas, filiadas nas várias Associações, bem como equipas estrangeiras convidadas pela organização.
- 2.14.** Um nadador que falte   eliminatória e não comunique este facto   organização, até 30 minutos antes do início da sessão, será a sua equipa penalizada em 50 .
- 2.15.** Um nadador que falte   final A e não comunique este facto   organização até 30 minutos, após a conclusão da última série da respetiva eliminatória, será a sua equipa penalizada em 80 .

3. Inscrições

- 3.1.** As equipas deverão realizar as suas inscrições, até ao dia 02/04/2019, indicando, o número de atletas, dirigentes e técnicos.
- 3.2.** As inscrições definitivas terão de ser realizadas, até ao dia 12/04/2019 e acompanhadas do respetivo pagamento para o IBAN:

PT50 0018 000801952729020 67 - BIC SWIFT: TOTAPTPL (sob pena de não serem aceites) sendo dirigidas por E-mail: openvaledosousa@annp.pt

- 3.3.** Após a data de (15/04/2019), não serão aceites, nem permitidas alterações ou substituições.

3.4. A inscrição em cada prova, por atleta, tem de ser acompanhada de 3€.

3.5. Para a prova de estafetas a inscrição será de 5€.

3.6. A Associação de Natação do Norte de Portugal reserva-se ao direito de exigir um cheque caução.

4. Prémios

4.1. Prémios Individuais

Serão atribuídas medalhas, aos três primeiros classificados em cada final por grupo etário/género.

4.2 Prémios Individuais por Pontos

Aos melhores nadadores Infantis/Juvenis e Juniores/Seniores (masculinos e femininos), que obtenham pela tabela da FINA em vigor a melhor pontuação em qualquer das provas disputadas, serão atribuídos troféus.

4.3. Prémios Coletivos

Serão atribuídos troféus às três (3) equipas melhor classificadas.

5. Júri de Apelo

Os protestos terão de ser feitos ao Juiz  rbitro e s  serão aceites, desde que estejam baseados em questões de direito; obstantes, os protestos em questões de facto, serão devolvidos, após apreciação pelo Júri de Apelo, que é formado, pelo Diretor da prova, Presidente do Conselho Distrital de Arbitragem e pelo Presidente do Conselho Técnico da ANNP.

PROGRAMA

Aquecimentos

Sábado, 27/04/2019

Início do aquecimento às 8h00 e fim do aquecimento às 9h20

ELIMINATÓRIAS

Sábado, 27/04/2019

Início da Competição 9h30

4x50	Estilos	Mistos	Séries
100	Mariposa	Femininos	"
50	Mariposa	Masculinos	"
200	Costas	Femininos	"
100	Bruços	Masculinos	"
50	Bruços	Femininos	"
400	Livres	Masculinos	"
200	Livres	Femininos	"
100	Estilos	Masculinos	"
200	Estilos	Femininos	"
200	Mariposa	Masculinos	"
50	Costas	Femininos	"
100	Costas	Masculinos	"
200	Bruços	Femininos	"
100	Livres	Masculinos	"
50	Livres	Femininos	"
4x50	Livres	Masculinos	"
4x50	Estilos	Femininos	"
400	Estilos	Masculinos	Série Lenta
800	Livres	Femininos	Série Lenta

A série rápida das provas de 400 Estilos e 800 Livres   disputada no início do programa das finais a seguir às finais das estafetas mistas.

Aquecimentos

Domingo, 28/04/2019

Início do aquecimento às 8h00 e fim do aquecimento às 9h20

ELIMINATÓRIAS

Domingo, 28/04/2019

Início da Competição 09h30

4x50	Livres	Mistos	Séries
100	Mariposa	Masculinos	"
50	Mariposa	Femininos	"
200	Costas	Masculinos	"
100	Bruços	Femininos	"
50	Bruços	Masculinos	"
400	Livres	Femininos	"
200	Livres	Masculinos	"
100	Estilos	Femininos	"
200	Estilos	Masculinos	"
200	Mariposa	Femininos	"
50	Costas	Masculinos	"
100	Costas	Femininos	"
200	Bruços	Masculinos	"
100	Livres	Femininos	"
50	Livres	Masculinos	"
4x50	Livres	Femininos	"
4x50	Estilos	Masculinos	"
400	Estilos	Femininos	Série Lenta
800	Livres	Masculinos	Série Lenta

A série rápida das provas de 400 Estilos e 800 Livres   disputada no início do programa das finais a seguir às finais das estafetas mistas.

Aquecimentos

Sábado, 27/04/2019

Início do aquecimento às 14h30 e fim do aquecimento às 15h50

FINAIS

Sábado, 27/04/2019

Início da Competição 16h00

4x50	Estilos	Mistos	Final INF/JUV e JUN/SEN
800	Livres	Femininos	Série Rápida
400	Estilos	Masculinos	Série Rápida
100	Mariposa	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN
50	Mariposa	Masculinos	Final JUN/SEN
200	Costas	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN
100	Bruços	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN
50	Bruços	Femininos	Final JUN/SEN
400	Livres	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN
200	Livres	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN
100	Estilos	Masculinos	Final JUN/SEN
200	Estilos	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN
200	Mariposa	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN
50	Costas	Femininos	Final JUN/SEN
100	Costas	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN
200	Bruços	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN
100	Livres	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN
50	Livres	Femininos	Final JUN/SEN
4x50	Livres	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN
4x50	Estilos	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN

Aquecimentos

Domingo, 28/04/2019

Início do aquecimento às 14h30 e fim do aquecimento às 15h50

FINAIS

Domingo, 28/04/2019

Início da Competição 16h00

4x50	Livres	Mistos	Final INF/JUV e JUN/SEN
800	Livres	Masculinos	Série Rápida
400	Estilos	Femininos	Série Rápida
100	Mariposa	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN
50	Mariposa	Femininos	Final JUN/SEN
200	Costas	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN
100	Bruços	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN
50	Bruços	Masculinos	Final JUN/SEN
400	Livres	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN
200	Livres	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN
100	Estilos	Femininos	Final JUN/SEN
200	Estilos	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN
200	Mariposa	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN
50	Costas	Masculinos	Final JUN/SEN
100	Costas	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN
200	Bruços	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN
100	Livres	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN
50	Livres	Masculinos	Final JUN/SEN
4x50	Livres	Femininos	Final INF/JUV e JUN/SEN
4x50	Estilos	Masculinos	Final INF/JUV e JUN/SEN

TORNEIO NADADOR COMPLETO (JUVENIS) E TORNEIO REGIONAL DE FUNDO (INFANTIS)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Felgueiras
3. DATA: 11 e 12 de maio 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 11 MAI 19 (1ª sessão)	1ª JORNADA – 11 MAI 19 (2ª sessão)
Abertura da piscina: 7h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 8h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 8h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 9h00	Início da competição: 15h30

2ª JORNADA – 12 MAI 19 (1ª sessão)	2ª JORNADA – 12 MAI 19 (2ª Sessão)
Abertura da piscina: 7h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 8h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 8h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 9h00	Início da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

- ✓ Destina-se às seguintes categorias:

FEMININOS	INFANTIS (A - 2006/B - 2007) e JUVENIS (A - 2004/B - 2005)
MASCULINOS	INFANTIS (A - 2005/B - 2006) e JUVENIS (A - 2003/B - 2004)

- ✓ Todos os nadadores terão obrigatoriamente que se inscrever em **todas as provas do programa da respetiva categoria**.
- ✓ Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição, independentemente do grupo etário a que pertenç am.
- ✓ **Nas provas de 1500 e 800 Livres as partidas serão dadas com os nadadores dentro de água e com uma das mãos em contacto com a parede, com dois nadadores por pista (se necessário).**

6. TEMPOS LIMITE DE PARTICIPAÇÃO

INFANTIS	FEMININOS		MASCULINOS	
PROVA	2007	2006	2006	2005
800 L	12:04,81	11:26,35	-	-
1500 L	-	.	21:29,81	20:28,61
400E	06:49,06	06:30,05	06:24,17	06:00,47

7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 29 de abril de 2019.



8. CLASSIFICAÇÕES:

- ✓ As classificações serão separadas por grupo etário e género, e apuradas em função do somatório dos pontos obtidos por cada nadador segundo a tabela FINA para os juvenis e a tabela Rudolph para os infantis, em vigor, no conjunto de todas as provas do respetivo torneio.
- ✓ A falta ou desqualificação do nadador em qualquer uma das provas do programa implicará o afastamento imediato do nadador da classificação do Torneio, contudo poderá continuar a sua participação.
- ✓ Em caso de empate entre nadadores do mesmo grupo etário/género, proceder-se-á ao desempate em função dos 1ºs lugares obtidos, e assim sucessivamente até se encontrar o vencedor.
- ✓ Esta prova servirá para elaboração do ranking nacional e consequente classificação nacional do Torneio Nadador Completo para os juvenis e Torneio Regional de Fundo para os infantis.

9. PRÉMIOS:

- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados do respetivo torneio de cada grupo etário/género.

10. PROGRAMA:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 11 MAI 19				1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 11 MAI 19			
1ª Prova	100	MAR	FEM. (JUV)	6ª Prova	400	EST	FEM. (INF)
2ª Prova	200	EST	MASC. (JUV)	7ª Prova	1500	LIV	MASC. (INF)
3ª Prova	100	BRU	FEM. (JUV)				
4ª Prova	100	COS	MASC. (JUV)				
5ª Prova	100	LIV	FEM. (JUV)				

2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 12 MAI 19				2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 12 MAI 19			
8ª Prova	100	MAR	MASC. (JUV)	13ª Prova	400	EST	MASC. (INF)
9ª Prova	200	EST	FEM. (JUV)	14ª Prova	1500	LIV	FEM. (INF)
10ª Prova	100	BRU	MASC. (JUV)				
11ª Prova	100	COS	FEM. (JUV)				
12ª Prova	100	LIV	MASC. (JUV)				

11. PENALIZAÇÕES

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

TORNEIO NADADOR COMPLETO (CADETES A/B)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Paços de Ferreira
3. DATA: 18 e 19 de maio de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 18 MAI 19	2ª JORNADA – 19 MAI 19
Abertura da piscina: 14h15	Abertura da piscina: 07h45
Início do aquecimento: 14h30	Início do aquecimento: 08h00
Fim do aquecimento: 15h20	Fim do aquecimento: 08h50
Início da competição: 15h30	Início da competição: 09h00

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	CADETES (A - 2008/B - 2009)
MASCULINOS	CADETES (A - 2007/B - 2008)

- ✓ Cada nadador deverá ser inscrito em **todas as provas do programa**.
 - ✓ A falta ou desqualificação do nadador em qualquer uma das provas do programa implicará o afastamento imediato do nadador da classificação do Torneio, contudo poderá continuar a sua participação.
 - ✓ Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.
6. INSCRIÇÕES:
 - ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro Ixf, até às 19h00 do dia 06 de maio de 2019.
 7. CLASSIFICAÇÕES:
 - ✓ As classificações serão separadas por grupo etário e género, e apuradas em função do somatório dos pontos obtidos por cada nadador segundo a tabela Rudolph em vigor no conjunto de todas as provas do torneio.
 - ✓ Em caso de empate entre nadadores do mesmo grupo etário/género, proceder-se-á ao desempate em função dos 1ºs lugares obtidos, e assim sucessivamente até se encontrar o vencedor.
 8. PRÉMIOS:
 - ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada grupo etário/género.

9. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 18 MAI 19					2ª JORNADA – 19 MAI 19				
1ª Prova	200	EST	MASC.	2007	11ª Prova	200	EST	FEM.	2008
2ª Prova	100	EST	FEM.	2009	12ª Prova	100	EST	MASC.	2008
3ª Prova	50	MAR	MASC.	2008	13ª Prova	50	MAR	FEM.	2009
4ª Prova	100	MAR	FEM.	2008	14ª Prova	100	MAR	MASC.	2007
5ª Prova	100	COS	MASC.	2007	15ª Prova	100	COS	FEM.	2008
6ª Prova	50	COS	FEM.	2009	16ª Prova	50	COS	MASC.	2008
7ª Prova	50	BRU	MASC.	2008	17ª Prova	50	BRU	FEM.	2009
8ª Prova	100	BRU	FEM.	2008	18ª Prova	100	BRU	MASC.	2007
9ª Prova	100	LIV	MASC.	2007	19ª Prova	100	LIV	FEM.	2008
10ª Prova	50	LIV	FEM.	2009	20ª Prova	50	LIV	MASC.	2008

III ENCONTRO DE NATAÇÃO ADAPTADA ANNP/FCP

1. **ORGANIZAÇÃO:** ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. **LOCAL:** Complexo de Piscinas Campanhã (50 metros)
3. **DATA:** 25 e 26 de maio 2019
4. **HORÁRIO:**

1ª JORNADA – 25MAI19	2ª JORNADA – 26MAI19
Abertura da piscina: 14h00	Abertura da piscina: 08h00
Início do aquecimento: 14h30	Início do aquecimento: 08h30
Fim do aquecimento: 15h20	Fim do aquecimento: 09h20
Início da competição: 15h30	Início da competição: 09h30

Nota – O aquecimento terá início uma hora antes do horário das provas.

5. PARTICIPAÇÃO:

- ✓ O **III Encontro de Natação Adaptada ANNP/FCP** está aberto a todas as áreas de deficiência.
- ✓ Podem participar todos os nadadores filiados na FPN em representação dos Clubes, através das respetivas Associações Territoriais, com exame médico válido à data da competição, devidamente inserido e validado na plataforma de filiações *fpnsystem*. Nadadores não filiados na FPN poderão participar nas provas de demonstração, sendo que o seguro desportivo fica a cargo dos Clubes.
- ✓ Os nadadores podem ser inscritos em qualquer prova do programa, independentemente da classe, num máximo de 4 provas no total, 2 por jornada. Só os atletas pertencentes às classes indicadas no programa para cada prova, terão classificação, sendo os outros considerados como atletas extracompetição.
- ✓ Os resultados estarão disponíveis através do site da ANNP em www.annp.pt ou http://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=FROM_NOW&Nation=P
OR

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem que dar entrada nos serviços administrativos da ANNP, até às 18.00h do dia 13 de maio de 2019, no respetivo ficheiro convite disponível no site da ANNP em www.annp.pt ou http://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=FROM_NOW&Nation=POR
- ✓ As inscrições, devem ser realizadas por via eletrónica, através do programa informático definido pela FPN para o efeito– Entry Editor ou Team Manager da Geologix e deverão ser enviadas por correio eletrónico para info@annp.pt
- ✓ A taxa de inscrição por nadador/prova individual é de 3,00€. Nas provas de estafetas é de 3,50€. Os nadadores não filiados que participam nas demonstrações estão isentos de taxa de inscrição.

7. ARBITRAGEM

- ✓ Os tempos de prova são aferidos por cronometragem eletrónica da responsabilidade da Associação de Natação do Norte de Portugal (ANNP) e do respetivo Conselho Regional de Arbitragem. A competição é organizada de acordo com os regulamentos da ANNP e da Federação Portuguesa de Natação

8. REGULAMENTO

- ✓ Regulamentos oficiais do World Para Swimming.

9. PRÉMIOS

- ✓ Será elaborada uma classificação por prova, sexo e classe (absoluto e categorias).
- ✓ Será atribuída uma medalha de participação a todos os nadadores, num desfile a realizar antes do início da 1ª jornada.

10. DIVERSOS

- ✓ Os casos omissos neste Regulamento serão resolvidos pela Organização do Torneio.

11. PROGRAMA:

Iª Jornada – Sábado – 25MAI19

DEMONSTRAÇÃO

50m LIVRES FEM

50m LIVRES MASC

50m MARIPOSA FEM

50m MARIPOSA MASC

1ª Prova	400m	ESTILOS	FEM	S14/S15/S21
2ª Prova	400m	ESTILOS	MAS	S14/S15/S21
3ª Prova	50m	BRUÇOS	FEM	SB1/SB2/SB3/SB14/SB15/SB16/SB17//SB21
4ª Prova	50m	BRUÇOS	MAS	SB1/SB2/SB3/SB14/SB15/SB16/SB17/SB21
5ª Prova	100m	COSTAS	FEM	S1/S2/S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
6ª Prova	100m	COSTAS	MAS	S1/S2/S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
7ª Prova	200m	MARIPOSA	FEM	S14/S15/S21
8ª Prova	200m	MARIPOSA	MAS	S14/S15/S21
9ª Prova	100m	BRUÇOS	FEM	SB4/SB5/SB6/SB7/SB8/SB9/SB110/SB11/SB12/SB13/SB14/ SB15/SB16/SB17/SB21
10ª Prova	100m	BRUÇOS	MAS	SB4/SB5/SB6/SB7/SB8/SB9/SB110/SB11/SB12/SB13/SB14/ SB15/SB16/SB17/SB21
11ª Prova	200m	BRUÇOS	FEM	SB14/SB15/SB21
12ª Prova	200m	BRUÇOS	MAS	SB14/SB15/SB21
13ª Prova	50m	MARIPOSA	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S6/S7/S14/S15/S16/S17/S21
14ª Prova	50m	MARIPOSA	MAS	S1/S2/S3/S4/S5/S6/S7/S14/S15/S16/S17/S21

INTERVALO 10 mn

15ª Prova	100m	LIVRES	FEM	Todas as classes
16ª Prova	100m	LIVRES	MAS	Todas as classes
17ª Prova	800m	LIVRES	FEM	S14/S15/S21
18ª Prova	800m	LIVRES	MAS	S14/S15/S21
19ª Prova	4x50m	ESTILOS	FEM	S14 & S21
20ª Prova	4x50m	ESTILOS	MAS	S14 & S21
21ª Prova	4x100m	LIVRES	FEM	34 pontos/S14 & S21
22ª Prova	4x100m	LIVRES	MAS	34 pontos/S14 & S21

FINAL Iª JORNADA

IIª Jornada – Domingo – 26MAI19

DEMONSTRAÇÃO

50m COSTAS MASC
50m COSTAS FEM
50m BRUÇOS MASC
50m BRUÇOS FEM

23ª Prova	400m	LIVRES	MASC	S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
24ª Prova	400m	LIVRES	FEM	S6/S7/S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
25ª Prova	200m	LIVRES	MASC	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
26ª Prova	200m	LIVRES	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
27ª Prova	200m	COSTAS	MASC	S14/S15/S21
28ª Prova	200m	COSTAS	FEM	S14/S15/S21
29ª Prova	150m	ESTILOS	MASC	SM1/SM2/SM3/SM4
30ª Prova	150m	ESTILOS	FEM	SM1/SM2/SM3/SM4
31ª Prova	200m	ESTILOS	MASC	SM5/SM6/SM7/SM8/SM9/SM10/SM110/SM11/SM12/SM13/SM113/SM14/SM15/SM16/SM17/SM21
32ª Prova	200m	ESTILOS	FEM	SM5/SM6/SM7/SM8/SM9/SM10/SM110/SM11/SM12/SM13/SM113/SM14/SM15/SM16/SM17/SM21
33ª Prova	50m	COSTAS	MASC	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21
34ª Prova	50m	COSTAS	FEM	S1/S2/S3/S4/S5/S14/S15/S16/S17/S21

INTERVALO 10 mn

35ª Prova	100m	MARIPOSA	MASC	S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
36ª Prova	100m	MARIPOSA	FEM	S8/S9/S10/S110/S11/S12/S13/S113/S14/S15/S16/S17/S21
37ª Prova	50m	LIVRES	MASC	Todas as Classes
38ª Prova	50m	LIVRES	FEM	Todas as Classes
39ª Prova	1500m	LIVRES	MASC	S14/S15/S21
40ª Prova	1500m	LIVRES	FEM	S14/S15/S21
41ª Prova	4x50m	LIVRES	MASC	S14 & S21
42ª Prova	4x50m	LIVRES	FEM	S14 & S21
43ª Prova	4x100m	ESTILOS	MASC	34 pontos/S14 & S21
44ª Prova	4x100m	ESTILOS	FEM	34 pontos/S14 & S21

FINAL IIª JORNADA

35º Meeting Internacional do Porto



01 e 02 de junho de 2019

COMPLEXO DE PISCINAS DE CAMPANHÃ

1. Regulamento

- 1.1.** A competi o é organizada de acordo com os regulamentos da FINA e da FPN.
- 1.2.** Disputa-se nos dias 01 e 02 de junho de 2019, na Piscina Municipal de Campanhã, com dimensões olímpicas e 8 pistas.
- 1.3.** A competi o será disputada em duas fases:
- 1.3.1.** Na sessão da manhã, séries eliminatórias, constituídas a partir de cabeças de série, de acordo com os tempos de inscri o e a série lenta (800/1500 Livres).
- 1.3.2.** Na sessão da tarde, finais A/B e a série rápida (800/1500 Livres). As finais A, serão formadas pelos nadadores classificados do 1 o ao 8 o lugar das eliminatórias (serão suplentes os 9 o e 10 o classificados); As finais B, apenas terão lugar quando o número de inscritos for igual ou superior a 16 nadadores e serão formadas pelos nadadores classificados do 9 o ao 16 o lugar das eliminatórias (serão suplentes os 17 o, 18 o, 19 e 20 o classificados). **Em caso de empate proceder-se-  a um swim off entre os atletas envolvidos.**
- 1.4.** As provas de **800/1500 Livres**, serão disputadas pelo sistema de séries. Serão admitidos os dezasseis (16) melhores tempos de inscri o dos últimos 12 meses, obtidos em piscina de 50 metros, até à data limite de inscri o. Os oito (8) melhores tempos nadarão a série rápida, a realizar pela parte da tarde no início da sessão, enquanto os restantes oito (8) tempos nadarão a série lenta a ter efeito pela parte da manhã (serão suplentes os 17 o, 18 o, 19 e 20 o tempos de inscri o).
- 1.5. Super-Sprint:** Haverá um conjunto de provas denominadas por Super-Sprint realizadas após as estafetas. Estas provas, 50 metros de cada técnica e para cada género, serão organizadas com os oito (8) melhores tempos das eliminatórias. A classifica o resultante das eliminatórias será a classifica o a ter em conta para a pontua o final dos clubes.

A prova será disputada em séries, a cada 3 minutos, eliminando-se na 1^a, 2^a e 3^a série, dois (2) nadadores, ficando para a 4^a série os dois finalistas. Se em alguma série os nadadores a eliminar empatarem, serão ambos repescados para continuar em competição eliminando-se na série seguinte mais nadadores de forma a que cada nadador nade no máximo 4 séries.

2. A participação é OPEN - Absolutos

Tempos limite de participação:

FEMININOS	PROVAS	MASCULINOS
ABSolutOS 2007 + velhas		ABSolutOS 2006 + velhos
0:30,33	50 LIVRES	0:26,79
1:05,15	100 LIVRES	0:59,10
2:20,04	200 LIVRES	2:06,43
4:48,60	400 LIVRES	4:28,60
9:42,99	800/1500 LIVRES	17:27,46
0:34,68	50 COSTAS	0:30,81
1:13,20	100 COSTAS	1:05,32
2:33,78	200 COSTAS	2:18,73
0:37,68	50 BRUÇOS	0:33,25
1:20,79	100 BRUÇOS	1:11,97
2:52,44	200 BRUÇOS	2:37,01
0:31,31	50 MARIPOSA	0:28,74
1:09,90	100 MARIPOSA	1:02,76
2:30,99	200 MARIPOSA	2:18,22
2:36,33	200 ESTILOS	2:21,31
5:25,09	400 ESTILOS	4:57,61
1:59,75	4X50 LIVRES	1:45,17
2:11,63	4X50 ESTILOS	1:55,81

- 2.1.** Se o número de participantes (inscrições) numa prova, for inferior a 9, será realizada uma final direta.
- 2.2.** Se o número de participantes (inscrições) numa prova, for inferior a 16, não será realizada a final B.
- 2.3.** Cada equipa apenas poderá participar com uma equipa de estafetas por género.

- 2.4.** A composição das equipas de estafetas deverá ser entregue na mesa do júri no início de cada (Eliminatória/Final).
- 2.5.** Qualquer nadador ou equipa de estafetas inscrito, terá de pelo menos, igualar o T. L. P. nas finais em que participe, para que lhe seja atribuído o respetivo pr mio e pontuação para a sua equipa.
- 2.6.** Se o T. L. P. não for cumprido durante as eliminatórias e o nadador não tiver acesso   final A ou B, a equipa, obriga-se ao pagamento da penalidade de 30 .
- 2.7.** Se o T. L. P. não for cumprido durante a final A ou B, a equipa, obriga-se ao pagamento da penalidade de 20 .
- 2.8.** Se o T. L. P. não for cumprido durante as eliminatórias e o nadador tiver acesso   final A ou B, este fica sem efeito até ao resultado obtido na final A ou B, na parte da tarde. Se o T. L. P. não for cumprido durante a final A ou B, a equipa, obriga-se ao pagamento da penalidade de 20 .
- 2.9.** Haverá uma classificação geral por equipas, para a qual, pontuam todos os nadadores classificados, de acordo com as seguintes tabelas, desde que, não realizem tempos superiores ao T. L. P.:

Final A							
1�	2�	3�	4�	5�	6�	7�	8�
20	18	16	14	13	12	11	10

Final B							
1�	2�	3�	4�	5�	6�	7�	8�
9	7	6	5	4	3	2	1

- 2.10.** No caso de empate numa prova, entre dois ou mais nadadores, serão somados os pontos correspondentes aos lugares por eles ocupados e atribuído às equipas, o número de pontos assim obtidos, divididos pelo número de nadadores envolvidos.

- 2.11.** Para a prova de estafetas a pontuação a atribuir será o dobro das provas individuais.
- 2.12.** A organização terá autonomia, para operar alterações ao horário da prova, em caso de absoluta necessidade.
- 2.13.** Poderão participar todas as equipas convidadas, filiadas nas várias Associações, bem como equipas estrangeiras convidadas pela organização.
- 2.14.** Um nadador que falte à eliminatória e não comunique este facto à organização, até 30 minutos antes do início da sessão, será a sua equipa penalizada em 50€.
- 2.15.** Um nadador que falte à final (A ou B) e não comunique este facto à organização até 30 minutos, após a conclusão da última série da respetiva eliminatória, será a sua equipa penalizada em 80€.

3. Inscrições

- 3.1.** As equipas deverão realizar as suas inscrições, até ao dia 10/05/2019, indicando, o número de atletas, dirigentes e técnicos.
- 3.2.** As inscrições definitivas terão de ser realizadas, até ao dia 17/05/2019 e acompanhadas do respetivo pagamento para o IBAN:
PT50 0018 000801952729020 67 - BIC SWIFT: TOTAPTPL (sob pena de não serem aceites) sendo dirigidas por E-mail: meeting.porto@anp.pt
- 3.3.** Após a data de (17/05/2019), não serão aceites, nem permitidas alterações ou substituições.
- 3.4.** A inscrição em cada prova, por atleta, tem de ser acompanhada de 4€.
- 3.5.** Para a prova de estafetas a inscrição será de 8€.

3.6. A Associação de Natação do Norte de Portugal reserva-se ao direito de exigir um cheque caução.

4. Prémios

4.1. Prémios Individuais

Serão atribuídas medalhas, aos três primeiros classificados de cada final A.

4.2. Prémios Individuais por Pontos

Aos melhores nadadores absolutos masculinos e femininos, que obtenham pela tabela FINA em vigor a melhor pontuação em qualquer das provas disputadas, serão atribuídos troféus.

4.3. Prémios Coletivos

Serão atribuídos troféus às três (3) primeiras equipas melhor classificadas.

5. Júri de Apelo

Os protestos terão de ser feitos ao Juiz Árbitro e só serão aceites, desde que estejam baseados em questões de direito; obstantes, os protestos em questões de facto, serão devolvidos, após apreciação pelo Júri de Apelo, que é formado, pelo Diretor da prova, Presidente do Conselho Distrital de Arbitragem e pelo Presidente do Conselho Técnico da ANNP.

PROGRAMA

Aquecimentos

Sábado, 01/06/2019

Início do aquecimento às 7h30 e fim do aquecimento às 8h50

ELIMINATÓRIAS

Sábado, 01/06/2019

Início da Competi o às 9h00

100	Mariposa	Femininos	Séries
50	Mariposa	Masculinos	"
200	Costas	Femininos	"
100	Costas	Masculinos	"
50	Bruços	Femininos	"
100	Bruços	Masculinos	"
400	Livres	Femininos	"
200	Livres	Masculinos	"
200	Estilos	Femininos	"
400	Estilos	Masculinos	"
50	Costas	Femininos	"
200	Mariposa	Masculinos	"
200	Bruços	Femininos	"
50	Livres	Masculinos	"
100	Livres	Femininos	"
4x50	Estilos	Masculinos	"
4x50	Livres	Femininos	"
1500	Livres	Masculinos	Série Lenta

A série rápida da prova de 1500 Livres   disputada no início do programa das finais.

Aquecimentos

Domingo, 02/06/2019

Início do aquecimento às 7h30 e fim do aquecimento às 8h50

ELIMINATÓRIAS

Domingo, 02/06/2019

Início da Competição às 9h00

100	Mariposa	Masculinos	Séries
50	Mariposa	Femininos	"
200	Costas	Masculinos	"
100	Costas	Femininos	"
50	Bruços	Masculinos	"
100	Bruços	Femininos	"
400	Livres	Masculinos	"
200	Livres	Femininos	"
200	Estilos	Masculinos	"
400	Estilos	Femininos	"
50	Costas	Masculinos	"
200	Mariposa	Femininos	"
200	Bruços	Masculinos	"
50	Livres	Femininos	"
100	Livres	Masculinos	"
4x50	Estilos	Femininos	"
4x50	Livres	Masculinos	"
800	Livres	Femininos	Série Lenta

A Série rápida da prova de 800 Livres é disputada no início do programa das finais.

Aquecimentos

Sábado, 01/06/2019

Início do aquecimento às 15h00 e fim do aquecimento às 16h20

FINAIS

Sábado, 01/06/2019

Início da Competi o às 16h30

1500	Livres	Masculinos	Série	Série rápida
100	Mariposa	Femininos	Séries	Final A e B
100	Costas	Masculinos	"	Final A e B
200	Costas	Femininos	"	Final A e B
100	Bruços	Masculinos	"	Final A e B
400	Livres	Femininos	"	Final A e B
200	Livres	Masculinos	"	Final A e B
200	Estilos	Femininos	"	Final A e B
400	Estilos	Masculinos	"	Final A e B
200	Bruços	Femininos	"	Final A e B
200	Mariposa	Masculinos	"	Final A e B
100	Livres	Femininos	"	Final A e B
4x50	Estilos	Masculinos	"	Final A
4x50	Livres	Femininos	"	Final A
Super-Sprint				
50	Mariposa	Masculinos	Séries	Final
50	Bruços	Femininos	"	"
50	Livres	Masculinos	"	"
50	Costas	Femininos	"	"

Aquecimentos

Domingo, 02/06/2019

Início do aquecimento às 15h00 e fim do aquecimento às 16h20

FINAIS

Domingo, 02/06/2019

Início da Competição às 16h30

800	Livres	Femininos	Série	Série rápida
100	Mariposa	Masculinos	Séries	Final A e B
100	Costas	Femininos	"	Final A e B
200	Costas	Masculinos	"	Final A e B
100	Bruços	Femininos	"	Final A e B
400	Livres	Masculinos	"	Final A e B
200	Livres	Femininos	"	Final A e B
200	Estilos	Masculinos	"	Final A e B
400	Estilos	Femininos	"	Final A e B
200	Bruços	Masculinos	"	Final A e B
200	Mariposa	Femininos	"	Final A e B
100	Livres	Masculinos	"	Final A e B
4x50	Estilos	Femininos	"	Final A
4x50	Livres	Masculinos	"	Final A
Super-Spint				
50	Mariposa	Femininos	Séries	Final
50	Bruços	Masculinos	"	"
50	Livres	Femininos	"	"
50	Costas	Masculinos	"	"

TORNEIO A.N.N.P. (INFANTIS)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal da Póvoa de Varzim
3. DATA: 15 e 16 de junho de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 15 JUN 19	2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 16 JUN 19
Abertura da piscina: 14h15	Abertura da piscina: 07h45
Início do aquecimento: 14h30	Início do aquecimento: 08h00
Fim do aquecimento: 15h20	Fim do aquecimento: 08h50
Início da competição: 15h30	Início da competição: 09h00

2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 16 JUN 19
Abertura da piscina: 14h45
Início do aquecimento: 15h00
Fim do aquecimento: 15h50
Início da competição: 16h00

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se à seguinte categoria:

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

- ✓ Para os Infantis A Femininos (2006) e Infantis A Masculinos (2005): cada nadador deverá ser inscrito em **4 provas, sendo os 400 Livres e 400 Estilos obrigatórios e as restantes opcionais, com a premissa de uma delas ser na distância de 200 metros (Costas, Bruços ou Mariposa) e a outra de 100 metros numa técnica diferente da escolhida para os 200 metros.**
 - ✓ Para os Infantis B Femininos (2007) e Infantis B Masculinos (2006): cada nadador deverá ser inscrito em **4 provas, sendo os 200 Livres e 200 Estilos obrigatórios e as restantes opcionais, com a premissa de uma delas ser na distância de 200 metros (Costas, Bruços ou Mariposa) e a outra de 100 metros numa técnica diferente da escolhida para os 200 metros.**
 - ✓ A falta ou desqualificação de um nadador em qualquer uma das provas do programa implicará o afastamento imediato do nadador da classificação do Torneio, contudo poderá continuar a sua participação.
 - ✓ Os nadadores serão agrupados por s eries de acordo com os tempos de inscrição.
6. INSCRIÇÕES:
 - ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 03 junho de 2019.

7. CLASSIFICAÇÕES:

- ✓ A classificação será separada por grupo etário e género, e apurada em função do somatório dos pontos obtidos por cada nadador segundo a tabela Rudolph em vigor no conjunto das provas efetuadas pelo nadador.
- ✓ Em caso de empate entre dois ou mais nadadores, o desempate será feito em função das pontuações obtidas nos 200 Livres e nos 200 Estilos para os Infantis B e dos 400 Livres e 400 Estilos para os Infantis A.

8. PRÉMIOS:

- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de acordo com o ponto 7.

9. PROGRAMA:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 15 JUN 19			
1ª Prova	400	LIV	FEM.
2ª Prova	400	LIV	MASC.
3ª Prova	200	EST	FEM.
4ª Prova	200	EST	MASC.

2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 16 JUN 19			
5ª Prova	200	MAR	FEM.
6ª Prova	200	MAR	MASC.
7ª Prova	200	COS	FEM.
8ª Prova	200	COS	MASC.
9ª Prova	200	BRU	FEM.
10ª Prova	200	BRU	MASC.
INTERVALO			
11ª Prova	100	MAR	FEM.
12ª Prova	100	MAR	MASC.
13ª Prova	100	COS	FEM.
14ª Prova	100	COS	MASC.
15ª Prova	100	BRU	FEM.
16ª Prova	100	BRU	MASC.

2ª JORNADA – (2ª SESSÃO) 16 JUN 19			
17ª Prova	400	EST	FEM.
18ª Prova	400	EST	MASC.
19ª Prova	200	LIV	FEM.
20ª Prova	200	LIV	MASC.

TORREGRI 3 (CADETES A/B)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Felgueiras
3. DATA: 29 e 30 de junho de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 29 JUN 19	2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 29 JUN 19
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 (1ª SESSÃO) – 30 JUN 19	2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 30 JUN 19
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

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	CADETES (A - 2008/B - 2009)
MASCULINOS	CADETES (A - 2007/B - 2008)

CADETES A - Femininos (2008)	Poderão ser inscritos em 4 provas individuais mais as estafetas.
CADETES A - Masculinos (2007)	
CADETES B - Femininos (2009)	Poderão ser inscritos em 3 provas individuais mais as estafetas.
CADETES B - Masculinos (2008)	

- ✓ Cada nadador apenas poderá participar em **2 provas individuais por sessão mais as provas de estafetas** sendo permitida a inscrição condicionada nas provas de 800 Livres (cadetes A) ou 400 livres (cadetes B).
- ✓ Nas provas 1 e 16 apenas serão efetuadas 4 séries com os melhores tempos de inscrição (400 Livres). Caso não exista um número suficiente de tempos de 400 Livres para completar as séries serão considerados a seguir os melhores tempos de 200 Livres.
- ✓ Nas provas 3 e 18 apenas serão efetuadas 5 séries com os melhores tempos de inscrição (200 Livres). Caso não exista um número suficiente de tempos de 200 Livres para completar as séries serão considerados a seguir os melhores tempos de 100 Livres.
- ✓ Caso a inscrição nos 800 Livres (cadetes A) ou 400 livres (cadetes B) seja aceite, o clube deverá indicar uma prova a excluir.
- ✓ 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 extracompetição 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	FEMININOS		MASCULINOS	
PROVA	2009	2008	2008	2007
100 Estilos	2:05,52	-	1:49,34	-
200 Estilos	-	3:45,07	-	3:27,39

7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 17 de junho de 2019.

8. PROGRAMA:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 29 JUN 19					1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 29 JUN 19				
1ª Prova	800	LIV	FEM.	2007	5ª Prova	50	MAR	FEM.	2008
2ª Prova	200	EST	MASC.	2006	6ª Prova	50	MAR	MAS.	2007
3ª Prova	400	LIV	FEM.	2008	7ª Prova	100	MAR	FEM.	2007
4ª Prova	100	EST	MASC.	2007	8ª Prova	100	MAR	MASC	2006
					9ª Prova	100	COS	FEM.	2008
					10ª Prova	100	COS	MASC.	2007
					11ª Prova	100	COS	FEM.	2007
					12ª Prova	100	COS	MASC.	2006
					INTERVALO				
					13ª Prova	4X50	LIV	MISTA	CAD B
					14ª Prova	4X100	LIV	MISTA	CAD A

2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 30 JUN 19					2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 30 JUN 19				
15ª Prova	200	EST	FEM.	2007	19ª Prova	100	BRU	FEM.	2007
16ª Prova	800	LIV	MASC.	2006	20ª Prova	100	BRU	MAS.	2006
17ª Prova	100	EST	FEM.	2008	21ª Prova	100	BRU	FEM.	2008
18ª Prova	400	LIV	MASC.	2007	22ª Prova	100	BRU	MASC	2007
					23ª Prova	100	LIV	FEM.	2007
					24ª Prova	100	LIV	MASC.	2006
					25ª Prova	100	LIV	FEM.	2008
					26ª Prova	100	LIV	MASC.	2007
					INTERVALO				
					27ª Prova	4X50	EST*1	MISTA	CAD B
					28ª Prova	4X100	EST*2	MISTA	CAD A

EST*1: As estafetas deverão ser mistas, com 2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos (50C, 50B, 50M, 50L).

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 penalização de 4€ por prova.

CAMPEONATOS REGIONAIS DE INFANTIS

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Vila Nova de Famalicão
3. DATA: 6 e 7 de julho de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 6 JUL 19	1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 6 JUL 19
Abertura da piscina: 7h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 8h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 8h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 9h00	Início da competição: 15h30

2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 07 JUL 19	2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 07 JUL 19
Abertura da piscina: 7h45	Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 8h00	Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 8h50	Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 9h00	Início da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se à seguinte categoria:

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

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **5 provas individuais mais as provas de estafetas ao longo das 2 jornadas/4 sessões dos Campeonatos.**
- ✓ 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.
- ✓ Apenas a estafeta designada por 1 de cada grupo etário e género, contará para a classificação final, as restantes serão extracompetição e poderão incluir nadadores dos dois grupos etários (infantis A e B).
- ✓ As estafetas deverão ter um tempo de inscrição obrigatoriamente cedido pelo clube. Caso não o façam as inscrições não serão aceites.
- ✓ Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição, independentemente do grupo etário a que pertençam.

6. TEMPOS LIMITE DE PARTICIPAÇÃO

INFANTIS PROVA	FEMININOS		MASCULINOS	
	2007	2006	2006	2005
100L	01:23,77	01:20,32	01:16,31	01:12,29
200L	02:56,41	02:42,74	02:41,99	02:31,79
400L	05:59,99	05:43,62	05:42,86	05:16,91
800L/1500L	12:16,81	11:43,05	22:04,47	21:01,47
100B	01:50,08	01:44,86	01:41,39	01:35,02
200B	03:52,01	03:41,32	03:38,09	03:27,42
100C	01:36,39	01:30,08	01:28,36	01:23,42
200C	03:19,02	03:09,10	03:09,34	02:56,98
100M	01:38,49	01:32,70	01:29,81	01:24,13
200M	03:34,27	03:20,35	03:14,92	03:05,48
200E	03:18,29	03:08,22	03:06,34	02:55,73
400E	07:02,48	06:42,66	06:37,59	06:13,04

7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 24 de junho de 2019.

8. CLASSIFICAÇÕES:

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

9. PRÉMIOS:

- ✓ Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada prova, grupo etário e género.

10. PROGRAMA:

1ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 6 JUL 19				1ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 6 JUL 19			
1ª Prova	100	COS	FEM.	9ª Prova	1500	LIV	MASC.
2ª Prova	100	COS	MASC.	10ª Prova	400	LIV	FEM.
3ª Prova	400	EST	FEM.	11ª Prova	100	BRU	MASC.
4ª Prova	400	EST	MASC.	12ª Prova	100	BRU	FEM.
5ª Prova	100	LIV	FEM.	13ª Prova	200	MAR	MASC.
6ª Prova	100	LIV	MASC.	14ª Prova	200	MAR	FEM.
INTERVALO				INTERVALO			
7ª Prova	4x200	LIV	FEM.	15ª Prova	4x100	LIV	MASC.
8ª Prova	4x200	LIV	MASC.	16ª Prova	4x100	LIV	FEM.
2ª JORNADA (1ª SESSÃO) – 7 JUL 19				2ª JORNADA (2ª SESSÃO) – 7 JUL 19			
17ª Prova	800	LIV	FEM.	23ª Prova	200	LIV	MASC.
18ª Prova	400	LIV	MASC.	24ª Prova	200	LIV	FEM.
19ª Prova	200	COS	FEM.	25ª Prova	100	MAR	MASC.
INTERVALO				26ª Prova	100	MAR	FEM.
20ª Prova	200	COS	MASC.	27ª Prova	200	EST	MASC.
21ª Prova	200	BRU	FEM.	28ª Prova	200	EST	FEM.
22ª Prova	200	BRU	MASC.	INTERVALO			
				29ª Prova	4x100	EST	MASC.
				30ª Prova	4x100	EST	FEM.

11. PENALIZAÇÕES

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

CAMPEONATOS REGIONAIS DE JUVENIS, ABSOLUTOS e de CLUBES

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal da Povoia de Varzim
3. DATA: 13 a 14 de julho de 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 13 JUL 19	2ª JORNADA – 13 JUL 19
Abertura da piscina: 07h45	Abertura da piscina: 14h45
Início do aquecimento: 08h00	Início do aquecimento: 15h00
Fim do aquecimento: 08h50	Fim do aquecimento: 15h50
Início da competição: 09h00	Início da competição: 16h00

3ª JORNADA – 14 JUL 19	4ª JORNADA – 14 JUL 19
Abertura da piscina: 07h45	Abertura da piscina: 14h45
Início do aquecimento: 08h00	Início do aquecimento: 15h00
Fim do aquecimento: 08h50	Fim do aquecimento: 15h50
Início da competição: 09h00	Início da competição: 16h00

5. PARTICIPAÇÃO:

Destina-se às seguintes categorias:

FEMININOS	JUVENIS (A - 2004/B - 2005)/JUNIORES/SENIORES
MASCULINOS	JUVENIS (A - 2003/B - 2004)/JUNIORES/SENIORES

- ✓ Cada nadador, Júnior e S nior, apenas poderá ser inscrito e participar em **7 provas individuais mais as provas de estafetas**.
- ✓ Cada nadador Juvenil, apenas poderá ser inscrito e participar em **5 provas individuais mais as provas de estafetas**. Nesta categoria, s  será atribuída classificação, nas provas do calendário olimpico, exceto nos 50 metros Livres.
- ✓ Cada clube pode inscrever uma equipa de estafetas:
 - ✓ Absoluta (MASC e FEM)
 - ✓ Juvenil (MASC e FEM)
 - ✓ Absoluta 2 (2ª Equipa dos 4x50 MASC e FEM)
- ✓ As estafetas deverão ser designadas por 1 (Absolutos), 2 (Juvenis) e 3 (Absolutos 2 de 4x50) para cada género.
- ✓ Nas estafetas de 4x50 (livres e estilos) cada clube poderá inscrever 2 estafetas absolutas, contando ambas para a classificação final de clubes.
- ✓ Poderão existir estafetas extra competição designadas por 4 (Juvenis A) e 5 (Juvenis B).
- ✓ Os nadadores serão agrupados por séries de acordo com os tempos de inscrição.
- ✓ As estafetas deverão ter um tempo de inscrição obrigatoriamente cedido pelo clube. Caso n o o façam as inscriç es n o serão aceites.
- ✓ A indicação da constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue na mesa do júri antes do início de cada sessão.
- ✓ Os nadadores juvenis poderão nadar as provas de 50 metros de todas as técnicas, 1500 Livres Femininos, 800 Livres Masculinos e as estafetas 4x50 Livres e 4x50 Estilos mas com classificação absoluta.



Campeonato Regional de Clubes

- ✓ Para a classifica o final do clube pontuam os 2 melhores nadadores masculinos e os 2 melhores nadadores femininos em cada prova individual, mais as estafetas absolutas designadas por 1 e 5; e de juvenis designadas por 2.
- ✓ No caso duma equipa não apresentar um número suficiente de nadadores para cumprir todas as provas do programa, o clube obterá zero (0) pontos nas provas em que não se faça representar, podendo, no entanto, continuar a pontuar nas restantes provas.

6. TEMPOS LIMITE DE PARTICIPAÇÃO

JUVENIS	FEMININOS		MASCULINOS	
PROVA	2005	2004	2004	2003
50L	00:33,24	00:32,43	00:29,16	00:28,45
100L	01:12,69	01:11,46	01:05,56	01:04,09
200L	02:37,83	02:34,86	02:23,73	02:20,24
400L	05:33,06	05:28,34	05:05,85	05:01,22
800L	11:37,31	11:23,10	10:39,14	10:30,50
1500L	22:11,61	21:44,85	20:30,77	20:14,67
50B	00:42,70	00:41,66	00:36,99	00:36,09
100B	01:35,29	01:34,17	01:26,24	01:23,82
200B	03:26,28	03:23,76	03:09,44	03:04,77
50C	00:38,39	00:37,46	00:33,80	00:32,98
100C	01:23,18	01:22,51	01:15,29	01:13,77
200C	02:59,53	02:58,80	02:43,54	02:42,02
50M	00:35,46	00:34,59	00:30,98	00:30,23
100M	01:20,98	01:20,24	01:12,55	01:10,40
200M	03:07,18	03:02,04	02:48,22	02:43,61
200E	02:58,68	02:57,01	02:43,53	02:39,75
400E	06:27,84	06:22,96	05:53,87	05:44,51

ABSOLUTOS	FEMININOS		MASCULINOS	
PROVA	JUNIORES	SENIORES	JUNIORES	SENIORES
50L	00:31,64	00:31,00	00:27,75	00:27,41
100L	01:08,17	01:06,73	01:00,31	00:58,99
200L	02:27,11	02:24,03	02:12,11	02:08,63
400L	05:13,42	05:04,18	04:32,47	04:35,97
800L	10:50,39	10:28,95	09:32,72	09:21,75
1500L	20:15,73	19:41,93	19:07,28	18:32,32
50B	00:40,64	00:39,23	00:35,21	00:34,05
100B	01:28,42	01:25,55	01:17,68	01:14,87
200B	03:11,62	03:03,33	02:51,61	02:44,74
50C	00:36,54	00:35,48	00:32,18	00:31,15
100C	01:17,98	01:16,00	01:09,09	01:06,98
200C	02:49,86	02:44,27	02:32,33	02:27,36
50M	00:33,75	00:32,92	00:29,49	00:28,69
100M	01:15,24	01:13,08	01:05,74	01:04,02
200M	02:52,55	02:43,68	02:28,91	02:24,12
200E	02:48,80	02:44,00	02:31,18	02:27,01
400E	06:03,10	05:50,87	05:25,56	05:14,94

7. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições deverão dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 28 de junho de 2019.

8. CLASSIFICAÇÕES:

- ✓ Na categoria Juvenil haverá classificação separada por prova, grupo etário (Juvenil A e Juvenil B) e género, para as provas do calendário olímpico, exceto os 50 Livres (classificação absoluta) e as estafetas (classificação por categoria).
- ✓ Nas categorias Júnior e Sénior a classificação será absoluta por prova e género.
- ✓ No Campeonato Regional de Clubes, a pontuação será atribuída segundo a seguinte tabela, em que N representa duas vezes o número de clubes participantes, de forma a todos os clubes terem possibilidade de pontuar por prova (no exemplo apresentado na tabela estariam inscritos 8 clubes):

1º Lugar	N+1 Pontos	9º Lugar	N-8 Pontos
2º Lugar	N-1 Pontos	10º Lugar	N-9 Pontos
3ª Lugar	N-2 Pontos	11ª Lugar	N-10 Pontos
4ª Lugar	N-3 Pontos	12ª Lugar	N-11 Pontos
5ª Lugar	N-4 Pontos	13ª Lugar	N-12 Pontos
6º Lugar	N-5 Pontos	14º Lugar	N-13 Pontos
7º Lugar	N-6 Pontos	15º Lugar	N-14 Pontos
8º Lugar	N-7 Pontos	16º Lugar	N-15 Pontos

9. PRÉMIOS:

- ✓ Para os Juvenis serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada prova, grupo etário (Juvenis A e Juvenis B) e género, exceto nas estafetas que o prémio será por categoria (Juvenis).
- ✓ Para os Absolutos serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados absolutos de cada prova e género.
- ✓ Nas estafetas 4x50 (livres e estilos) apenas a estafeta designada por 1 será válida para efeitos de prémios.
- ✓ Para o Campeonato Regional de Clubes serão concedidos prémios aos três (3) primeiros clubes por género e absolutos.

10. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 13 JUL 19				2ª JORNADA – 13 JUL 19			
1ª Prova	4x50	LIV	MASC.	13ª Prova	400	EST	MASC.
2ª Prova	4x50	LIV	FEM.	14ª Prova	400	EST	FEM.
3ª Prova	1500	LIV	MASC.	15ª Prova	200	LIV	MASC.
4ª Prova	1500	LIV	FEM.	16ª Prova	200	LIV	FEM.
5ª Prova	50	MAR	MASC.	17ª Prova	50	BRU	MASC.
6ª Prova	50	MAR	FEM.	18ª Prova	50	BRU	FEM.
7ª Prova	100	BRU	MASC.	19ª Prova	200	COST	MASC.
8ª Prova	100	BRU	FEM.	20ª Prova	200	COST	FEM.
9ª Prova	50	COST	MASC.	INTERVALO			
10ª Prova	50	COST	FEM.	21ª Prova	4x100	LIV	MASC.
INTERVALO				22ª Prova	4x100	LIV	FEM.
11ª Prova	4x200	LIV	MASC.				
12ª Prova	4x200	LIV	FEM.				

3ª JORNADA – 14 JUL 19				4ª JORNADA – 14 JUL 19			
23ª Prova	100	MAR	FEM.	35ª Prova	800	LIV	FEM.
24ª Prova	100	MAR	MASC.	36ª Prova	800	LIV	MASC.
25ª Prova	200	BRU	FEM.	37ª Prova	200	MAR	FEM.
26ª Prova	200	BRU	MASC.	38ª Prova	200	MAR	MASC.
27ª Prova	50	LIV	FEM.	39ª Prova	100	LIV	FEM.
28ª Prova	50	LIV	MASC.	40ª Prova	100	LIV	MASC.
29ª Prova	100	COST	FEM.	41ª Prova	200	EST	FEM.
30ª Prova	100	COST	MASC.	42ª Prova	200	EST	MASC.
31ª Prova	400	LIV	FEM.	INTERVALO			
32ª Prova	400	LIV	MASC.	43ª Prova	4x100	EST	FEM.
INTERVALO				44ª Prova	4x100	EST	MASC.
33ª Prova	4x50	EST	FEM.				
34ª Prova	4x50	EST	MASC.				

11. PENALIZAÇÕES

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

ENCONTRO TÉCNICAS COMBINADAS (CADETES B/C)

1. ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO NORTE DE PORTUGAL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Penafiel
3. DATA: 20 de julho 2019
4. HORÁRIO:

1ª JORNADA – 20 JUL 19
Abertura da piscina: 14h15
Início do aquecimento: 14h30
Fim do aquecimento: 15h20
Início da competição: 15h30

5. PARTICIPAÇÃO:

- ✓ Destina-se à seguinte categoria:

FEMININOS	Cadetes (B - 2010/C - 2011)
MASCULINOS	Cadetes (B - 2009/C - 2010)

- ✓ Cada nadador apenas poderá ser inscrito e participar em **2 provas (individuais e/ou estafetas)**.
- ✓ Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de estafetas, as quais obrigatoriamente deverão ser mistas e designadas por 1, 2, 3 etc..

6. INSCRIÇÕES:

- ✓ As inscrições devem dar entrada na sede da ANNP, através do respetivo ficheiro lxf, até às 19h00 do dia 08 de julho de 2019.

7. PROGRAMA:

1ª JORNADA – 20 JUL 19				
1ª Prova	50	MAR/COS	FEM	2010/11
2ª Prova	50	MAR/COS	MASC	2009/10
3ª Prova	50	COS/BRU	FEM	2010/11
4ª Prova	50	COS/BRU	MASC	2009/10
5ª Prova	50	BRU/LIV	FEM	2010/11
6ª Prova	50	BRU/LIV	MASC	2009/10
INTERVALO				
7ª Prova	4x25	EST	MISTO	JUNTOS
8ª Prova	4x50	EST*	MISTO	JUNTOS

EST*: 1º e 2º elementos nadam 25 Mariposa + 25 Costas; 3º e 4º elementos nadam 25 Bruços + 25 Crol.