

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL

2019/ 2020



[Versão 23 de setembro 2019](#)

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

Conteúdo

DISPOSIÇÕES GERAIS.....	4
1. Inscrições.....	4
2. Participação:.....	4
3. Categorias:.....	5
4. Tempo de Admissão (TA)	6
5. Taxas:.....	6
6. Programas:	7
7. Resultados/ Tempos:.....	7
8. Utilização das instalações:.....	7
9. Tentativa de recorde:.....	8
10. Tentativa de tempo de admissão a campeonato (TAC):.....	8
11. Participação em provas fora do âmbito da ANDL:	8
12. Delegados dos clubes às provas:.....	9
13. Horários:.....	9
14. Penalizações :	9
15. Partidas:.....	10
16. Arbitragem:	10
17. Cronometragem eletrónica.....	11
18. Protestos:	11
19. Torneios organizados pelos clubes da ANDL:.....	11
20. Casos omissos:.....	11
CALENDÁRIO COMPETITIVO ANDL	12
PROVA N.º 1 - TORNEIO DE ABERTURA ABSOLUTOS.....	14
PROVA N.º 2 - TORNEIO DE ABERTURA CADETES + 1º CIRCUITO DE CADETES - GOLFINHO SPORTS.....	16
PROVA N.º 3 - 1º TORREGRI CADETES - 2º CIRCUITO CADETES- GOLFINHO SPORTS	18
PROVA N.º 4 - CAMPEONATO DISTRITAL PISCINA CURTA, JUVENIS JUNIORES E SENIORES + PROVA DE PREPARAÇÃO INFANTIS.....	20

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 5 - 3º CIRCUITO DE CADETES - GOLFINHO SPORTS.....	23
PROVA N.º 6 - TORNEIO NADADOR COMPLETO - Infantis + TORNEIO DE FUNDO - Juvenis e Absolutos	25
PROVA N.º7 - II TAÇA ANDL - CADETES	27
PROVA N.º 8 - PROVA DE PREPARAÇÃO - ABSOLUTOS	29
PROVA N.º 9 - 4º CIRCUITO DE CADETES - GOLFINHO SPORTS.....	31
PROVA N.º 10 - II MEETING INTERNACIONAL DE LEIRIA - INFANTIS	33
PROVA N.º 11 - CAMPEONATO INTER DISTRITAL DE INFANTIS.....	39
PROVA N.º 12 - CAMPEONATO INTER - DISTRITAL JUVENIS, JUNIORES E ABSOLUTOS .	42
PROVA N.º 13 - CAMPEONATO DISTRITAL DE CLUBES - TAÇA ANDL JOÃO DA SILVA ABREU	43
PROVA N.º 14 - 2º TORREGRI CADETES	46
PROVA N.º 15 - 5º CIRCUITO DE CADETES - GOLFINHO SPORTS.....	48
PROVA N.º16 - PROVA DISTRITAL DE CATEGORIAS	51
PROVA N.º 17 - TORNEIO DE FUNDO - INFANTIS + TORNEIO NADADOR COMPLETO - JUVENIS E ABSOLUTOS	53
PROVA N.º 18 - 3º TORREGRI DE CADETES	56
PROVA N.º19 - CAMPEONATO INTER DISTRITAL INFANTIS.....	58
PROVA N.º20 - CAMPEONATO INTER DISTRITAL JUVENIS E ABSOLUTOS	59
PROVA N.º 21 - 6º CIRCUITO CADETES - Golfinho Sports	60

DISPOSIÇÕES GERAIS:

Todas as provas serão realizadas em conformidade com os regulamentos da FINA, FPN e ANDL.

1. Inscrições

4

- a) As inscrições devem ser feitas em ficheiro informático, elaborado no TEAM MANAGER ou no ENTRY EDITOR, e enviadas para a ANDL, por correio eletrónico: inscricoes@andl.pt;
- b) As inscrições ficam condicionadas ao respetivo pagamento. Este pode ser feito por transferência bancária para o IBAN PT50 0007. 0000. 0019. 7413. 5282. 3 (enviar comprovativo por e-mail), ou por cheque enviado para a sede da ANDL, ou outros meios em uso (exceto terminal MB);
- c) A data limite para as inscrições são as que constam nos regulamentos específicos de cada prova;
- d) No processo de inscrição os dados pessoais dos nadadores deverão estar de acordo com a base de dados nacional (nome, data de nascimento, género e número de licença FPN). Todos os nadadores têm de ter o exame médico-desportivo válido aquando a realização da competição. Caso não se verifique o ficheiro das inscrições será devolvido e os nadadores impedidos de participar na prova;
- e) Qualquer infração ao exposto, ou a não observância do regulamento específico de cada prova, reserva a ANDL o direito de anular a inscrição e excluir a participação;
- f) O tempo de inscrição em cada prova é a melhor marca do(a) atleta, independentemente de ser em piscina de 25 ou 50 metros, no espaço temporal de 1 ano;
- g) Será disponibilizada a Entry List por parte da ANDL, no dia útil seguinte à data limite de inscrição. Eventuais falhas detetadas deverão ser enviadas por escrito até ao final do mesmo dia.

2. Participação:

- a) A participação nas provas organizadas pela ANDL é reservada a nadadores licenciados pela FPN/FINA, em representação dos Sócios Desportivos, entidades filiadas e

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

individualmente, de acordo com o regulamento específico de cada prova e demais disposições regulamentares;

- b) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA, independentemente da categoria (exceto nas provas que tenham a categoria Master). Caso existam dois ou mais nadadores com o mesmo tempo de inscrição a atribuição de pistas será organizada aleatoriamente pelo programa de provas;
- c) É reservado à ANDL o direito de decidir o número mínimo e máximo de nadadores participantes em cada prova, torneio e campeonato. Depois de terminado o prazo limite de inscrições se o número de nadadores inscritos for considerado insuficiente, ou por outra razão fundamentada, a ANDL poderá cancelar a realização da prova. A decisão será dada a conhecer, por escrito, aos interessados.

5

3. Categorias:

NATAÇÃO PURA 2019/ 2020

Femininos		Ano Nascimento	Masculinos	
Idade	Categoria		Categoria	Idade
25 aos 94	Masters	1924 a 1990	Masters	25 aos 94
19 (...)	Sénior	2001 + velhos	Sénior	19 (...)
18		2002	Júnior	18
17	Júnior	2003		17
16		2004	Juvenil A	16
15	Juvenil A	2005	Juvenil B	15
14	Juvenil B	2006	Infantil A	14
13	Infantil A	2007	Infantil B	13
12	Infantil B	2008	Cadete A	12
11	Cadete A	2009	Cadete B	11
10	Cadete B	2010		10
9		2011	Cadetes C	9
8	Cadetes C	2012		8
7 aos 99	ESCOLAS DE NATACÃO			7 aos 99

4. Tempo de Admissão (TA)

- a) Nas provas: Campeonatos Inter-Distritais de Inverno, Campeonatos Inter-Distritais de infantis Verão e Campeonato Inter-Distrital de Juvenis e Absolutos, a participação é condicionada aos nadadores com “Tempo de Admissão” (TA) definidos em tabela específica, caso estas provas se realizem;
- b) Os nadadores que até à data limite para inscrição nas provas acima referidas não tenham TA podem participar nas mesmas desde que nelas o obtenham ou superem.

5. Taxas:

- a) Os valores das taxas de inscrição para participação nas provas são os seguintes:

	ANDL/ ANC/ ANCNP		Outras associações congéneres	
	Individual	Estafeta	Individual	Estafeta
Masters	1,80 €	3,60 €	2,50 €	5,00 €
Cadetes	1,40€	2,80€	1,80€	3,60€
Infantis	1,80 €	3,60 €	2,50 €	5,00 €
Juvenis	1,80 €	3,60 €	2,50 €	5,00 €
Juniores	1,80 €	3,60 €	2,50 €	5,00 €
Seniores	1,80 €	3,60 €	2,50 €	5,00 €
Absolutos (Ex. CDClubes)		3,70€		5,00 €
Inter-distritais - Todas as categorias	2,10 € + 1€	6,00 €		

- b) O pagamento das inscrições em provas tem de ser feito de acordo com o Art. 80º do nº 2 do Regulamento Geral da ANDL: “O pagamento das taxas de inscrição em provas regionais deverá ser efetuado aquando a entrega ou remessa da respetiva inscrição”.
- c) “Em caso algum deverá ser devolvido o valor da taxa de inscrição” (Regulamento Geral da ANDL, artigo 80º, ponto 3.)

6. Programas:

Os cadernos de provas serão enviados, via E-mail, no dia anterior ao do início da competição.

7

7. Resultados/ Tempos:

- a) O Sócio Desportivo que participar numa prova poderá aceder aos resultados via online e importa-los em www.andl.pt ou www.swimrankings.net;
- b) Todo o Sócio desportivo que participe numa prova fora do âmbito da ANDL é obrigado a entregar na sede da ANDL, até 72 horas do término da prova, os respetivos resultados em ficheiro informático ou, na impossibilidade de o fazer, um exemplar destes em papel certificado pela entidade organizadora.
- c) O não cumprimento desta disposição implica a não homologação dos tempos e a não atualização da marca no programa informático da ANDL condicionando a sua utilização para inscrição em provas, devendo estes estar registados no sistema informático da ANDL até à data limite de inscrição referidas em cada prova.

8. Utilização das instalações:

- a) A participação dos nadadores nas provas organizadas pela ANDL fica sujeita à aceitação e cumprimento do regulamento e normas de utilização em vigor da piscina onde se realizam as provas;
- b) No caso de ser obrigatório o uso de proteções em plástico para o calçado, nomeadamente nas zonas de pé descalço, compete aos participantes nas provas providenciar as respetivas proteções. A ANDL na qualidade de entidade organizadora declina qualquer responsabilidade sobre esta matéria e não assume as consequências que possam advir pelo eventual não cumprimento do regulamento;
- c) Não será permitido a presença de nadadores, treinadores e delegados nas imediações do tanque da piscina (local reservado para os árbitros) no decorrer da prova. O não cumprimento desta condição sujeita o clube e/ou o(a) nadador(a) a uma penalização conforme ponto 14 alínea h), do presente regulamento;

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

- d) Todos os clubes que pretendam ter provas, deverão fornecer todo o material solicitado (bancadas ou cadeiras, baias, fitas de sinalização, etc).

9. Tentativa de recorde:

Esta tentativa tem por objetivo permitir que um ou mais nadadores possam atingir ou defender um tempo numa determinada distância/técnica. Para o efeito aplica-se o disposto no art. 151º do Regulamento Geral da FPN (disponível em www.fpnatacao.pt).

8

10. Tentativa de tempo de admissão a campeonato (TAC):

O pedido de autorização deverá ser enviado para a ANDL, por escrito, com oito (8) dias de antecedência do prazo limite de inscrição, para a correspondente organização processual com vista à obtenção da necessária aprovação.

11. Participação em provas fora do âmbito da ANDL:

- a) A participação de nadadores em competições fora do âmbito da ANDL está obrigada ao pedido de autorização escrito (geral@andl.pt), devidamente fundamentado, com pelo menos 15 dias de antecedência, em relação à data de realização da prova. Ficam excluídos de autorização prévia as provas inseridas no Plano de Alto Rendimento (PAR);
- b) Os pedidos têm de ser acompanhados do regulamento da prova e indicar os nadadores que pretendem participar;
- c) O não cumprimento do disposto neste ponto implica uma penalização de 75 euros e a eventual sanção disciplinar;
- d) Nas datas de realização de Campeonatos Distritais, Torneio Nadador Completo e Torneio de Fundo não será autorizada a participação de nadadores, das categorias referentes a estas competições, em provas fora do âmbito da ANDL. Com exceção dos atletas com pontuação superior a 750 pontos FINA;
- e) A participação dos clubes em provas de outras associações será analisada caso a caso. Para isso será tido em conta as faltas dos clubes em provas da ANDL, dos vários escalões.

12. Delegados dos clubes às provas:

- a) De acordo com o Art.º 97º, do Regulamento Geral da FPN (disponível em www.fpnatacao.pt) *“Os delegados dos Clubes Desportivos devem apresentar-se e colocar-se à disposição do Árbitro para a formação do Júri, se tal for necessário, até 30 (trinta) minutos antes da hora marcada para o início da competição”;*
- b) Só podem participar nas reuniões de delegados, a realizar 30 minutos antes do início da primeira sessão da competição ou quando necessário, os delegados representantes dos Sócios Desportivos que estejam nas condições definidas no Art.º 96 do Regulamento Geral da FPN. Os delegados devem apresentar as respetivas credenciais junto do secretariado da prova anunciando a sua presença aos responsáveis pela organização da mesma;
- c) Qualquer assunto diretamente relacionado com a prova só poderá ser tratado pelo delegado à prova e com o Juiz-Árbitro desta.

9

13. Horários:

- a) Os horários mencionados nos regulamentos específicos de cada prova e nos seus respetivos programas servem apenas de referência e informação geral, não justificam atrasos ou faltas de nadadores à “Câmara de Chamada”;
- b) Nas provas com duas sessões na mesma jornada, o horário da 2ª sessão (à tarde) poderá ser ajustado em função da duração da 1ª sessão (de manhã).

14. Penalizações :

- a) O nadador federado que participa numa prova ao abrigo da alínea b) do artigo 4 e não obtiver ou superar o TA durante a prova, ou desista, sofrerá uma penalização de 5€ por prova (distância/técnica);
- b) “No caso de um nadador faltar a uma prova participando noutras provas da mesma jornada, será aplicada ao Sócio Desportivo ou Entidade Filiada a multa de 2,50€ (dois euros e cinquenta cêntimos) por prova” (Regulamento Geral da ANDL, artigo 81º, ponto 1.);

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

- c) O disposto na alínea anterior aplica-se igualmente no caso de falta de comparência às estafetas;
- d) “No caso de uma equipa de estafetas faltar a uma prova participando os elementos noutras provas da mesma jornada, o Sócio Desportivo ou Entidade Filiada, será punido com uma multa no montante de 5,00€ (cinco euros), por prova” (Regulamento Geral da ANDL, artigo 81º, ponto 2.);
- e) O valor da taxa de inscrição em nenhuma circunstância será devolvido;
- f) O não pagamento das penalizações impede a aceitação das inscrições em provas, até à data de liquidação, de todos os nadadores de um clube ou equipa, conforme previsto no Regulamento Geral da ANDL artigo 109 nº1 alínea a) e nº 2;
- g) O clube ou equipa que abandonar uma prova antes da mesma terminar, enquanto ainda tem nadadores em competição, será penalizado no valor 250€, ficando sujeito aos procedimentos disciplinares regulamentados pela ANDL e FPN;
- h) A presença de nadadores, treinadores e delegados nas imediações do tanque da piscina no decorrer de uma prova o clube poderá ser penalizado em 50€.

10

15. Partidas:

Em todas as provas é adotada a regra de “partida única”.

16. Arbitragem:

- a) A arbitragem de todas as provas é da responsabilidade do Conselho Distrital de Arbitragem da ANDL;
- b) Nenhum Juiz ou Árbitro pode arbitrar uma prova/ Torneio/ Campeonato, sem autorização e convocatória prévia do Conselho Distrital de Arbitragem;
- c) Os árbitros só podem arbitrar desde que tenham o seu processo de filiação regularizado.

17. Cronometragem eletrónica

A utilização da cronometragem eletrónica nas provas será decidida, caso a caso, pela Direção da ANDL.

18. Protestos:

11

Só são aceites protestos baseados em questões de direito, feitos de acordo com as normas em vigor, “Capítulo VI” do Regulamento Geral da FPN (disponível em www.fpnatacao.pt).

19. Torneios organizados pelos clubes da ANDL:

- a) A organização dos Torneios dos Clubes filiados na ANDL é da sua inteira responsabilidade;
- b) O Clube que pretenda organizar um Torneio/Taça/Prova deverá enviar o regulamento e solicitar por escrito até 17 de setembro de 2019 o apoio logístico, a cronometragem eletrónica, bem como da respetiva arbitragem;
- c) Após a solicitação do clube será elaborado e enviado um orçamento por parte da ANDL, que depois de aceite, deverá ser liquidado no prazo de 15 dias após a realização da prova (“O sócio Desportivo, entidade filiada ou outras, quando sejam organizadores de provas, devem solicitar ao Conselho de Arbitragem a nomeação do Júri ou da equipa de arbitragem. As despesas respetivas serão liquidadas pela ANDL, devendo o organizador reembolsá-la no prazo de quinze dias” - Regulamento Geral da ANDL, 1994, Artigo 63º);
- d) O clube organizador, se o desejar, deverá entregar na sede da ANDL a documentação necessária para a elaboração do respetivo programa de provas, impreterivelmente, com a antecedência mínima de cinco (5) dias úteis, em relação à data de realização da prova;

20. Casos omissos:

Os casos omissos são julgados pela Direção da ANDL de acordo com os regulamentos em vigor.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

CALENDÁRIO COMPETITIVO ANDL

N.º	ATIVIDADE	DATA	LOCAL	LIMITE INSCRIÇÃO
1	Torneio de Abertura - Absolutos	20 out. 2019	Óbidos	13 out. 2019
2	Torneio de Abertura Cadetes - 1º circuito Cadetes - Golfinho Sports	26 out. 2019	Óbidos	20 out. 2019
3	1º Torregri de Cadetes - 2º Circuito Cadetes - Golfinhos Sports	16 nov. 2019	Alcobaça	10 nov. 2019
4	Campeonato Distrital PC Juvenis, Juniores e Seniores + Prova de Preparação de Infantis	23 e 24 nov. 2019	Caldas da Rainha	14 nov. 2019
5	3º Circuito Cadetes - Golfinho Sports	7 dez. 2019	Ansião	1 dez. 2019
6	Torneio Nadador Completo - Infantis + Torneio de Fundo - Juvenis e Absolutos	21 e 22 dez. 2019	Pombal	15 dez. 2019
7	II Taça ANDL - Cadetes	11 jan. 2020	Nazaré	5 jan. 2020
8	Prova de Preparação - Absolutos	11 jan. 2020	Nazaré	5 jan. 2020
9	4º Circuito Cadetes - Golfinho Sports	8 fev. 2020	Peniche	2 fev. 2020
10	II Meeting Internacional de Leiria - Infantis	15 e 16 fev.2020	Leiria	3 fev. 2020
11	Campeonato Inter - Distrital Infantis	29 fev. 1 de mar. 2020	Leiria	16 fev. 2020
12	Campeonato Inter Distrital Juvenis, Juniores e Seniores	6 a 8 mar.2020	Coimbra	
13	Campeonato Distrital Clubes - Taça ANDL João da Silva Abreu	14 e 15 mar. 2020	Nazaré	8 mar. 2020
14	2º Torregri de Cadetes	28 mar. 2020	Leiria	22 mar. 2020
15	5º Circuito Cadetes - Golfinho Sports	9 mai.2020	Porto Mós	3 mai. 2020
16*	Prova Distrital de Categorias	10 e 11 jun. 2020	Alcobaça	31 mai. 2020
17	Torneio de Fundo - Infantis + Torneio Nadador Completo - Juvenis e Absolutos	20 e 21 jun. 2020	Benedita	14 jun. 2020
18	3º Torregri de Cadetes	27 jun. 2020	Caldas da Rainha	21 jun. 2020
19	Campeonatos Inter Distritais de Infantis de Verão	27 e 28 jun. 2020	Coimbra	
20	Campeonatos Inter Distritais de Absolutos de Verão	3 a 5 jul. 2020	Coimbra	
21	6º Circuito Cadetes - Golfinho Sports	11 jul.2020	Porto Mós	25 jun. 2020

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

TORNEIOS DE CLUBES DA ANDL:

N.º	ATIVIDADE	DATA	LOCAL
1C	XXIII Torneio União de Freguesias de Alcobaça e Vestiaria - Cadetes	25 jan. 2020	Alcobaça
2C	XXIV Torneio Taça Cidade de Alcobaça - Infantis e Absolutos	25 jan. 2020	Alcobaça
3C	8º Torneio de Natação Cidade de Pombal - Cadetes	22 fev. 2020	Pombal
4C	8º Torneio de Natação Cidade de Pombal - Infantis e Absolutos	23 fev. 2020	Pombal
5C	36º Aniversário “Bairro dos Anjos” - Cadetes	07 mar. 2020	Leiria
6C	XVI Troféu Cidade Caldas da Rainha - cadetes	18 abril 2020	Caldas da Rainha
7C	XVII Troféu Cidade Caldas da Rainha - Masters	18 abril 2020	Caldas da Rainha
8C	IX Torneio Benedita Sport Club Natação - cadetes	23 maio 2020	Benedita
9C	I Torneio de Natação de Alcobaça - Master	30 maio 2020	Alcobaça

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 1 - TORNEIO DE ABERTURA ABSOLUTOS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Óbidos (8 pistas x 25 metros) - Cronometragem manual
3. DATA: 20 outubro de 2019
4. HORÁRIO:

	Aquecimento	Início da prova
1ª Sessão	07h30	09h00
2ª Sessão	15h00	16h30

14

5. PROGRAMA:

1ª Sessão				2ª Sessão			
	Distância	Estilo	Género		Distância	Estilo	Género
1	50	Mariposa	Fem	18	50	Bruços	Mas
2	50	Mariposa	Mas	19	50	Bruços	Fem
3	200	Livres	Fem	20	100	Livres	Mas
4	200	Livres	Mas	21	100	Livres	Fem
5	100	Estilos	Fem	22	200	Mariposa	Mas
6	100	Estilos	Mas	23	200	Mariposa	Fem
7	200	Bruços	Fem	24	100	Bruços	Mas
8	200	Bruços	Mas	25	100	Bruços	Fem
9	50	Costas	Fem	26	50	Livres	Mas
10	50	Costas	Mas	27	50	Livres	Fem
11	100	Mariposa	Fem	28	200	Estilos	Mas
12	100	Mariposa	Mas	29	200	Estilos	Fem
13	200	Costas	Fem	30	100	Costas	Mas
14	200	Costas	Mas	31	100	Costas	Fem
15	800	Livres	INF Fem	32	1500	Livres	INF Mas
16	400	Estilos	INF Mas	33	400	Estilos	INF Fem
17	400	Livres	Fem	34	400	Livres	Mas

6. ESCALÃO: Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

7. LIMITAÇÃO/ PARTICIPAÇÃO:

- a) Cada nadador Infantil e Juvenil poderá nadar duas (2) provas individuais por sessão, os nadadores Juniores e Seniores poderão nadar três (3) provas por sessão;
- b) Podem participar nadadores de Natação Adaptada desde que estejam inscritos no FPNSystem e devidamente classificados, de acordo com a Circular da FPN n.º 39/14;

8. INSCRIÇÃO:

- a) Data limite: até dia 13 de outubro 2019;
- b) Para: inscricoes@andl.pt;
- c) Pagamento:
 - Conforme Tabela constante no ponto 5 do presente regulamento

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA;
- b) A ordem de nado das series são dos melhores tempos de inscrição para os tempos mais longos.

10. CLASSIFICAÇÃO: Por prova, género e categoria.

11. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores infantis não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 2 - TORNEIO DE ABERTURA CADETES + 1º CIRCUITO DE CADETES - GOLFINHO SPORTS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Óbidos (8 pistas x 25 metros) - Cronometragem manual
3. DATA: 26 de outubro 2019
4. HORÁRIO:

16

	Aquecimento	Início da prova
Jornada com sessão única	14h00	15h00

5. PROGRAMA:

1ª Jornada - Sessão Única				
	Distância	Estilo	Categoria	Género
1	100	Livres	CAD. A	Fem
2	100	Livres	CAD. A	Mas
3	50	Livres	CAD. B	Fem
4	50	Livres	CAD. B	Mas
5	25	Livres	CAD. C	Fem
6	25	Livres	CAD. C	Mas
7	100	Costas	CAD. A	Fem
8	100	Costas	CAD. A	Mas
9	50	Costas	CAD. B	Fem
10	50	Costas	CAD. B	Mas
11	25	Costas	CAD. C	Fem
12	25	Costas	CAD. C	Mas

6. ESCALÕES: Cadetes
7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:
 - a) Cada nadador só pode nadar um máximo de 2 (duas) provas individuais;
 - b) Podem participar nadadores de Natação Adaptada desde que estejam inscritos no FPNSystem e devidamente classificados, de acordo com a Circular da FPN n.º 39/14;
8. INSCRIÇÃO:
 - a) Data limite: até dia 20 de outubro 2019;

b) Para: inscricoes@andl.pt;

c) Pagamento:

➤ Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento.

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA;

b) A ordem de nado das series são dos melhores tempos de inscrição para os tempos mais longos.

17

10. CLASSIFICAÇÃO:

a) Classificação individual por Categoria e Género;

b) CLASSIFICAÇÃO CADETES A + B

Haverá uma classificação por prova e género, com a seguinte atribuição de pontos:

➤ 1º Classificado: 53 pontos

➤ 2º Classificado: 51 pontos

➤ 3º Classificado: 49 pontos

➤ 4º Classificado: 47 pontos

➤ 5º Classificado: 46 pontos, e assim sucessivamente ao 50º lugar (1 ponto);

➤ Desclassificação: 0 pontos;

➤ Desistência: 0 pontos.

c) Caso se venha a verificar uma igualdade pontual entre uma ou mais equipas será atribuído o lugar cimeiro à equipa que contabilizar o maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, será então contabilizado o maior número de 2ºs lugares, depois o maior número de 3ºs lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade.

11. PRÉMIOS:

Diplomas/ Medalhas a todos os Participantes

12. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Cadetes (A, B e C) não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 3 - 1º TORREGRI CADETES - 2º CIRCUITO CADETES- GOLFINHO SPORTS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Alcobaça (8 pistas x 25 metros) - Cronometragem Manual.
3. DATA: 16 de novembro de 2019
4. HORÁRIO:

18

	Aquecimento	Início da prova
1ª Jornada - 1ª sessão	09h00	10h00
1ª Jornada - 2ª sessão	15h00	16h00

5. PROGRAMA:

1ª Jornada - 1ª Sessão				
	Distância	Estilo	Categoria	Género
1	100	Mariposa	Cad A	Fem
2	100	Mariposa	Cad A	Mas
3	50	M/C	Cad B/ C	Fem
4	50	M/C	Cad B/ C	Mas
5	100	Costas	Cad A	Fem
6	100	Costas	Cad A	Mas
7	50	C/B	Cad B/ C	Fem
8	50	C/B	Cad B/ C	Mas
9	4x50*	Estilos	Cad A	Fem
10	4x50*	Estilos	Cad A	Mas
11	4x25	Estilos	Cad B/ C	Fem
12	4x25	Estilos	Cad B/ C	Mas
13	100	Bruços	Cad A	Fem
14	100	Bruços	Cad A	Mas

1ª Jornada - 2ª Sessão				
	Distância	Estilo	Categoria	Género
15	4x25	Livres	Cad B/ C	Fem
16	4x25	Livres	Cad B/ C	Mas
17	4x50	Livres	Cad A	Fem
18	4x50	Livres	Cad A	Mas
19	50	B/Crol	Cad B/ C	Fem
20	50	B/Crol	Cad B/ C	Mas
21	200	Livres	Cad A	Fem
22	200	Livres	Cad A	Masc
23	100	Livres	Cad B/ C	Fem
24	100	Livres	Cad B/ C	Masc
25	100	Estilos	Cad A	Fem
26	100	Estilos	Cad A	Masc

*1º nadador: Mariposa/Costas; 2º nadador: Mariposa/ Costas; 3º nadador: Bruços/ Crol e 4º nadador: Bruços/ Crol.

6. ESCALÃO: Cadetes A, B e C
7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:
 - a) Cada atleta pode nadar duas (2) provas e uma (1) estafeta por sessão;
 - b) As provas individuais para Cadetes B e C são nadadas em combinação de técnicas (exemplo Mariposa com Costas, Costas com Bruços e Bruços com Livres).

8. INSCRIÇÕES:

- a) Data limite: até dia 10 de novembro de 2019;
- b) Para: inscricoes@andl.pt;
- c) Pagamento:
 - Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento;
 - Cadetes C as inscrições são gratuitas.

19

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA.

10. CLASSIFICAÇÃO:

- a) Classificação individual por Categoria e Género;
- b) CLASSIFICAÇÃO CADETES A + B

Haverá uma classificação por prova e género, com a seguinte atribuição de pontos:

 - 1º Classificado: 53 pontos
 - 2º Classificado: 51 pontos
 - 3º Classificado: 49 pontos
 - 4º Classificado: 47 pontos
 - 5º Classificado: 46 pontos, e assim sucessivamente ao 50º lugar (1 ponto);
 - Desclassificação: 0 pontos;
 - Desistência: 0 pontos.
- c) Caso se venha a verificar uma igualdade pontual entre uma ou mais equipas será atribuído o lugar cimeiro à equipa que contabilizar o maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, será então contabilizado o maior número de 2ºs lugares, depois o maior número de 3ºs lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade.

11. PRÉMIOS:

Diplomas/ Medalhas a todos os Participantes

12. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Cadetes A, B e C não poderão utilizar fatos de competição

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 4 - CAMPEONATO DISTRITAL PISCINA CURTA, JUVENIS JUNIORES E SENIORES + PROVA DE PREPARAÇÃO INFANTIS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal das Caldas da Rainha (8 pistas x 25 metros) - Cronometragem Eletrónica
3. DATA: 23 e 24 de novembro de 2019
4. HORÁRIO:

20

	1ª Sessão		2ª Sessão	
	Aquecimento	Início Prova	Aquecimento	Início Prova
1ª JORNADA	08h00	09h00	14h30	15h30
2ª JORNADA	08h30	09h30	14h30	15h30

5. PROGRAMA:

1ª JORNADA - 23 novembro							
1ª Sessão - manhã				2ª Sessão - Tarde			
1	1500	Livres	Fem	15	4 x 50	Estilos	Mas
2	800	Livres	Masc	16	4 x 50	Estilos	Fem
3	4 x 50	Livres	Fem	17	400	Livres	Mas
4	4 x 50	Livres	Masc	18	400	Livres	Fem
Entrega de medalhas				Entrega de medalhas			
5	100	Bruços	Fem	19	50	Costas	Mas
6	100	Bruços	Masc	20	50	Costas	Fem
7	100	Livres	Fem	21	200	Bruços	Mas
8	100	Livres	Masc	22	200	Bruços	Fem
9	200	Costas	Fem	23	100	Mariposa	Mas
10	200	Costas	Masc	24	100	Mariposa	Fem
11	50	Mariposa	Fem	Entrega de medalhas			
12	50	Mariposa	Masc	25	200	Estilos	Mas
Entrega de medalhas				26	200	Estilos	Masc
13	4 x 100	Estilos	Fem	27	4 x 200	Livres	Mas
14	4 x 100	Estilos	Masc	28	4 x 200	Livres	Fem

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

2ª JORNADA - 24 novembro							
1ª Sessão - manhã				2ª Sessão - Tarde			
29	50	Bruços	Fem	39	200	Mariposa	Masc
30	50	Bruços	Masc	40	200	Mariposa	Fem
31	100	Estilos	Fem	41	50	Livres	Masc
32	100	Estilos	Masc	42	50	Livres	Fem
Entrega de medalhas				Entrega de medalhas			
33	200	Livres	Fem	43	4 x 100	Livres	Masc
34	200	Livres	Masc	44	4 x 100	Livres	Fem
35	100	Costas	Fem	45	1500	Livres	Masc
36	100	Costas	Masc	46	800	Livres	Fem
37	400	Estilos	Fem	Entrega de medalhas			
38	400	Estilos	Masc				
Entrega de medalhas							

6. ESCALÕES: Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores

7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:

➤ Infantis

- a) Só podem nadar seis (6) provas individuais, não podendo exceder duas (2) individuais por sessão, não havendo limitação nas estafetas;
- b) Não podem nadar 800L Masc e 1500L Fem.

➤ Juvenis

- a) Os nadadores juvenis, ao longo das quatro (4) sessões, só poderão participar em seis (6) provas individuais mais estafetas.

➤ Juniores e seniores

- a) Os nadadores juvenis, ao longo das quatro (4) sessões, só poderão participar em oito (8) provas individuais mais estafetas;
- b) A constituição das equipas de estafetas deve ser corretamente identificada no momento da inscrição. Podendo ser alterada na sessão em que nadam, devendo ser entregue até 30 minutos antes do início de sessão;
- c) Podem participar nadadores de Natação Adaptada desde que estejam inscritos no FPNSystem e devidamente classificados, de acordo com a Circular da FPN n.º 39/14;

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

8. INSCRIÇÕES:

- a) Data Limite: até dia 14 de novembro 2019;
- b) Para: inscricoes@andl.pt;
- c) Pagamento:
 - Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento.

22

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA;

10. CLASSIFICAÇÃO:

- a) Classificação por categoria, género e prova.

11. PRÉMIOS:

- a) Campeonato Distrital de Piscina Curta: Medalhas aos 3 (três) melhores classificados de cada prova, por género e categoria: Juvenis (A e B), Juniores e Seniores.

12. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

- Os nadadores infantis não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 5 - 3º CIRCUITO DE CADETES - GOLFINHO SPORTS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Ansião (6 pistas x 25 metros) - Cronometragem manual.
3. DATA: 7 de dezembro 2019
4. HORÁRIO:

23

1ª jornada - Sessão única	Aquecimento	Início prova
	14h00	15h00

5. PROGRAMA:

1ª Jornada - Sessão Única				
	Distância	Estilo	Categoria	Género
1	100	Mariposa	CAD. A	Fem
2	100	Mariposa	CAD. A	Mas
3	50	Mariposa	CAD. B	Fem
4	50	Mariposa	CAD. B	Mas
5	25	Mariposa	CAD.C	Fem
6	25	Mariposa	CAD. C	Mas
7	100	Bruços	CAD. A	Fem
8	100	Bruços	CAD. A	Mas
9	50	Bruços	CAD. B	Fem
10	50	Bruços	CAD. B	Mas
11	25	Bruços	CAD.C	Fem
12	25	Bruços	CAD.C	Mas

6. ESCALÃO: Cadetes A, B e C

7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:

CADETES A e B:

- a) Cada nadador pode participar no máximo em duas (2) provas individuais;
- b) Podem participar nadadores de natação adaptada, desde que estejam inscritos na FPN, de acordo com a circular FPN nº 39/14;

CADETES C:

- a) Cada nadador poderá nadar duas (2) provas individuais na sessão;

8. INSCRIÇÕES:

- a) Data Limite: até dia 1 de dezembro 2019;
- b) Para: inscricoes@andl.pt;
- c) Pagamento:
 - Cadetes A e B: Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento;
 - Cadetes C: gratuito

24

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25;

10. CLASSIFICAÇÃO:

- a) Classificação individual por Categoria e Género;

b) CLASSIFICAÇÃO CADETES A + B

Haverá uma classificação por prova e género, com a seguinte atribuição de pontos:

- 1º Classificado: 53 pontos
 - 2º Classificado: 51 pontos
 - 3º Classificado: 49 pontos
 - 4º Classificado: 47 pontos
 - 5º Classificado: 46 pontos, e assim sucessivamente ao 50º lugar (1 ponto);
 - Desclassificação: 0 pontos;
 - Desistência: 0 pontos.
- c) Caso se venha a verificar uma igualdade pontual entre uma ou mais equipas será atribuído o lugar cimeiro à equipa que contabilizar o maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, será então contabilizado o maior número de 2ºs lugares, depois o maior número de 3ºs lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade.

11. PRÉMIOS:

Diplomas/ Medalhas a todos os Participantes

12. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Cadetes (A, B e C) não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 6 - TORNEIO NADADOR COMPLETO - Infantis + TORNEIO DE FUNDO - Juvenis e Absolutos

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Pombal (8 pistas x 25 metros) - Cronometragem Eletrónica
3. DATA: 21 e 22 de dezembro de 2019
4. HORÁRIO:

25

	Aquecimento	Início da prova
1ª Jornada	14h00	15h00
2ª Jornada	08h00	09H00

5. PROGRAMA:

1ª Jornada - Sessão Única					2ª Jornada - Sessão Única				
	Distância	Estilo	Categoria	Génr		Distância	Estilo	Categoria	Gén
1	400	Estilos	Juv e Abs	Fem	8	400	Estilos	Juv e Abs	Masc
2	1500	Livres	Juv e ABS	Masc	9	800	Livres	Juv e Abs	Fem
Intervalo 30 minutos *					Intervalo 30 minutos *				
3	100	Maripo	Infantis	Fem	10	100	Maripo	Infantis	Masc
4	200	Estilos	Infantis	Masc	11	200	Estilos	Infantis	Fem
5	100	Bruços	Infantis	Fem	12	100	Bruços	Infantis	Masc
6	100	Costas	Infantis	Masc	13	100	Costas	Infantis	Fem
7	100	Livres	Infantis	Fem	14	100	Livres	Infantis	Masc

* Destes 30 minutos, 25 podem ser usados para aquecimento

6. ESCALÃO: Infantis e Absolutos (juvenis, juniores e seniores).

7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:

➤ Infantis

- a) Para classificar no nadador completo os atletas têm de participar em todas as provas do seu escalão, 5 (cinco);
- b) Quem não pretender classificar não poderá nadar mais de 2 (duas) provas individuais por sessão;
- c) Atleta que falte ou seja desqualificado fica excluído da classificação final, podendo nadar as restantes provas.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

➤ Absolutos (Juvenis, Juniores e Seniores)

- a) Para classificar no Torneio de Fundo é obrigatório participarem nas 2 (duas) provas (800/1500 Livres e 400 Estilos);
- b) Atleta que falte ou seja desqualificado fica excluído da classificação final;
- c) Podem participar nadadores de natação adaptada de todas as categorias, desde que estejam inscritos na FPN, de acordo com a circular FPN nº 39/14;

26

8. INSCRIÇÕES:

- a) Data limite: até dia 15 de dezembro de 2019;
- b) Para: inscricoes@andl.pt;
- c) Pagamento:
 - Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento.

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA, sendo no Torneio de Fundo de Juvenis realizado as três (3) primeiras series de cada prova e depois as restantes;

10. CLASSIFICAÇÃO:

- a) A classificação será por prova, categoria e género;
- b) No Torneio Nadador Completo, será realizada uma classificação com o somatório dos pontos FINA (tabela em vigor), para a categoria Infantil;
- c) No Torneio de Fundo, será realizada uma classificação com o somatório dos pontos FINA (tabela em vigor), para as categorias Juvenil e Absolutos.

11. PRÉMIOS:

- a) Troféu aos três primeiros classificados por categoria (A e B) e género do Torneio Nadador Completo;
- b) Troféu aos três primeiros classificados por categoria (Juv A; Juv B e Absolutos (Junior + Senior) e género do Torneio de Fundo.

12. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores infantis não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º7 - II TAÇA ANDL - CADETES

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal da Nazaré (6 pistas x 25 metros) - Cronometragem manual.
3. DATA: 11 janeiro 2020
4. HORÁRIO:

27

	Aquecimento	Início da prova
Sessão única	09h00	10h00

5. PROGRAMA:

N.º	DISTÂNCIA	ESTILO	ESCALÃO	GÉNERO
1	4 x 50	Livres	CAD A, B e C	Mistos
2 e 3	50	Mariposa	CAD A, B e C	Fem/ Masc
4 e 5	100	Mariposa	CAD A e B	Fem/ Masc
6 e 7	50	Costas	CAD A, B e C	Fem/ Masc
8 e 9	100	Costas	CAD A e B	Fem/ Masc
10	4 x 50	Estilos	CAD A, B e C	Mistos
11 e 12	50	Bruços	CAD A, B e C	Fem/ Masc
13 e 14	100	Bruços	CAD A e B	Fem/ Masc
15 e 16	50	Livres	CAD A, B e C	Fem/ Masc
17 e 18	100	Livres	CAD A e B	Fem/ Masc
19	8 x 25	Livres	CAD A, B e C	Mistos

6. ESCALÃO: Cadetes A, B e C
7. LIMITAÇÕES/ PARTICIPAÇÃO:
 - a) Cada atleta só pode participar em 3 provas;
 - b) Cada clube só pode inscrever 5 (cinco) atletas por prova;
 - c) Cada clube só pode inscrever até 3 equipas de estafetas por prova
8. INSCRIÇÕES:
 - a) Data Limite: até dia 05 de janeiro de 2020;
 - b) Para: inscricoes@andl.pt;
 - c) Pagamento:
 - Cadetes A e B: Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento;

- Cadetes C: gratuito

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA;

28

10. CLASSIFICAÇÃO:

- a) Haverá uma classificação coletiva obtida pelo somatório dos pontos das provas.

PONTUAÇÃO:

- 1º Classificado: $N + 1$
- 2º Classificado: $N - 1$
- 3º Classificado - $N - 2$ e sucessivamente até ao último classificado;
- Desclassificado 0 pontos;
- Desistência 0 pontos.

Nota: $N = N^{\circ}$ de clubes filiados na ANDL

Caso se venha a verificar uma igualdade pontual entre uma ou mais equipas será atribuído o lugar cimeiro à equipa que contabilizar o maior número de primeiros lugares. Se o empate subsistir, será então contabilizado o maior número de segundos lugares, depois o maior número de terceiros lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade pontual.

11. PRÉMIOS:

Troféu aos clubes classificados do primeiro ao último lugar no somatório dos Pontos.

12. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Cadetes não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 8 - PROVA DE PREPARAÇÃO - ABSOLUTOS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal da Nazaré (6 pistas x 25 metros) - Cronometragem Manual.
3. DATA: 11 de janeiro de 2020
4. HORÁRIO:

29

JORNADA	Aquecimento	Início das provas
1ª Sessão	14h00	15h30

5. PROGRAMA:

N.º	Distância	Estilo	Escalão	Género
1 e 2	200	Mariposa	ABS.	Fem/ Masc
3 e 4	100	Costas	ABS.	Fem/ Masc
5 e 6	200	Bruços	ABS.	Fem/ Masc
7 e 8	100	Livres	ABS.	Fem/ Masc
9 e 10	200	Estilos	ABS.	Fem/ Masc
11 e 12	100	Mariposa	ABS.	Fem/ Masc
13 e 14	200	Costas	ABS.	Fem/ Masc
15 e 16	100	Bruços	ABS.	Fem/ Masc
17 e 18	200	Livres	ABS.	Fem/ Masc

6. ESCALÕES: Infantis, Juvenis Juniores e Séniores
7. LIMITAÇÕES/ PARTICIPAÇÃO:
 - a) Cada nadador só poderá participar em 3 (três) provas;
 - b) Podem participar nadadores de natação adaptada, desde que estejam inscritos na FPN, de acordo com a circular FPN nº 39/14
8. INSCRIÇÕES:
 - a) Data Limite: até dia 05 de janeiro 2020;
 - b) Para: inscricoes@andl.pt;
 - c) Pagamento:
 - Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento;

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA;

10. CLASSIFICAÇÃO:

Haverá classificação por prova, categoria e género.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 9 - 4º CIRCUITO DE CADETES - GOLFINHO SPORTS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Peniche (6 pistas x 25 metros) - Cronometragem Manual.
3. DATA: 8 de fevereiro de 2020
4. HORÁRIO:

31

Jornada com sessão única	Aquecimento	Início Prova
	14h30	15h30

5. PROGRAMA:

N.º	Distância	Estilo	Escalão	Género
1 e 2	50	Livres	CAD B e C	FEM/ MASC
3 e 4	200	Costas	CAD A e B	FEM/ MASC
5 e 6	100	Costas	CAD B e C	FEM/ MASC
7 e 8	200	Estilos	CAD A	FEM/ MASC
9 e 10	100	Estilos	CAD B e C	FEM/ MASC
11 e 12	50	Costas	CAD B e C	FEM/ MASC
13 e 14	200	Livres	CAD A e B	FEM/ MASC
Intervalo 5 minutos				
15 e 16	4 x 100	Livres	CAD A, B e C	FEM/ MASC

6. ESCALÕES: Cadetes A, B e C
7. LIMITAÇÕES/ PARTICIPAÇÃO:
 - a) Cada nadador só poderá participar em duas (2) provas individuais e uma (1) estafeta;
 - b) Cada clube pode inscrever um número ilimitado de estafetas;
 - c) Podem participar nadadores de natação adaptada, desde que estejam inscritos na FPN, de acordo com a circular FPN nº 39/14
8. INSCRIÇÕES:
 - a) Data Limite: até dia 02 de fevereiro 2020;
 - b) Para: inscricoes@andl.pt;
 - c) Pagamento:
 - Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento (CAD A e B);
 - Cadetes C a inscrição é gratuita.

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25;

10. CLASSIFICAÇÃO:

- a) Classificação individual por Categoria e Género;

b) CLASSIFICAÇÃO CADETES A + B

Haverá uma classificação por prova e género, com a seguinte atribuição de pontos:

- 1º Classificado: 53 pontos
- 2º Classificado: 51 pontos
- 3º Classificado: 49 pontos
- 4º Classificado: 47 pontos
- 5º Classificado: 46 pontos, e assim sucessivamente ao 50º lugar (1 ponto);
- Desclassificação: 0 pontos;
- Desistência: 0 pontos.

- c) Caso se venha a verificar uma igualdade pontual entre uma ou mais equipas será atribuído o lugar cimeiro à equipa que contabilizar o maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, será então contabilizado o maior número de 2ºs lugares, depois o maior número de 3ºs lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade.

11. PRÉMIOS:

Diplomas/ Medalhas a todos os Participantes

12. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Cadetes (A, B e C) não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 10 - II MEETING INTERNACIONAL DE LEIRIA - INFANTIS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL / CML/ FPN
2. LOCAL: Piscina Municipal de Leiria (8 pistas x 25 metros) - Cronometragem Eletrónica/
Piscina de recuperação e aquecimento (8 pistas x 25 metros)
3. DATA: 15 e 16 de fevereiro de 2020
4. ARBITRAGEM: A equipa de arbitragem pertencerá ao Conselho Distrital de Arbitragem da Associação de Natação do Distrito de Leiria, com exceção do Juiz Arbitro e Juiz de Partidas que irão ter uma nomeação específica de acordo com o Regulamento Nacional de Arbitragem;
5. HORÁRIO:

33

1ª JORNADA	AQUECIMENTO	INICIO DA SESSÃO
1ª SESSÃO (Eliminatórias)	07h30	09h00
2ª SESSÃO (Finais A e B)	15h00	16h30

2ª JORNADA	AQUECIMENTO	INICIO DA SESSÃO
1ª SESSÃO (Eliminatórias)	07h30	09h00
2ª SESSÃO (Finais A e B)	15h00	16h30

6. PROGRAMA:

SÁBADO - 15 FEV 2020						
ELIMINATÓRIAS (09H00)			FINAIS (16H30)			
N.º	PROVA	GÉNERO	N.º	PROVA	GÉNERO	FINAL
1	100 L	FEM	1	100 L	FEM	A - B
2	100 C	MASC	2	100 C	MASC	A - B
3	100 B	FEM	3	100 B	FEM	A - B
4	100 M	MASC	4	100 M	MASC	A - B
5	200 E	FEM	5	200 E	FEM	A - B
6	4 x 50 E	MISTO	6	4 x 50 E	MISTO	A - B

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

DOMINGO - 16 FEV 2020						
ELIMINATÓRIAS (09H00)			FINAIS (16H30)			
N.º	PROVA	GÉNERO	N.º	PROVA	GÉNERO	FINAL
7	100 L	MASC	7	100 L	MASC	A - B
8	100 C	FEM	8	100 C	FEM	A - B
9	100 B	MASC	9	100 B	MASC	A - B
10	100 M	FEM	10	100 M	FEM	A - B
11	200 E	MASC	11	200 E	MASC	A - B
12	4 X 50 L	MISTO	12	4 X 50 L	MISTO	A - B

34

7. ESCALÕES/ GRUPOS DE IDADES:

CATEGORIA	FEMININOS	MASCULINOS
Grupo 1 (G1)	Nascidos em 2007	Nascidos em 2006
Grupo 2 (G2)	Nascidos em 2008	Nascidos em 2007

8. MODELO DA COMPETIÇÃO:

8.1. Eliminatórias:

- 8.1.1. As series eliminatórias serão organizadas por cabeças de serie, de acordo com os tempos de inscrição, independentemente dos escalões;
- 8.1.2. No decorrer das eliminatórias são apurados para a final A os 8 melhores classificados, de cada grupo, para as provas individuais e estafetas, ficando o 9º e 10º classificados como suplentes;
- 8.1.3. Os nadadores de cada grupo, classificados entre o 9º e 16º, nas provas individuais ficam apurados para a final B, ficando os 17º e 18º classificados como suplentes;
- 8.1.4. Não havendo número suficiente de atletas que justifique a realização da final A e B, apenas se realiza a final A;
- 8.1.5. Se o número de inscritos numa prova for inferior a 9, realizar-se-á uma final direta;
- 8.1.6. Na prova de estafetas, apenas se apuram para a final os 8 melhores tempos realizados nas eliminatórias;
- 8.1.7. Atleta que falte à eliminatória e não comunique este facto à organização, até 30 minutos antes do início da sessão, será o seu clube/seleção penalizado em 50€;
- 8.1.8. As desistências às finais têm que ser comunicadas à organização até 30 minutos após a afixação dos resultados da respetiva eliminatória;

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

- 8.1.9. O incumprimento do ponto anterior sujeita o clube/seleção do respetivo atleta ao pagamento de uma taxa de 50€;
- 8.1.10. Na eventualidade de dois ou mais nadadores nas eliminatórias ficarem empatados num lugar de acesso às finais, haverá a realização de um “swim-off”, no final da sessão das eliminatórias;
- 8.1.11. Se no decorrer das eliminatórias o tempo de acesso (TA), conforme estipulado na tabela de TA, não for cumprido o clube/seleção fica sujeito ao pagamento de uma taxa de 10€;
- 8.1.12. Este pagamento não será exigível se o atleta for apurado para a respetiva final (A ou B) e cumprir o TA.

35

8.2. Finais:

- 8.2.1. As finais serão realizadas por grupo 1 e 2;
- 8.2.2. Primeiramente nada o grupo 2 (G2) e de seguida o grupo 1 (G1);
- 8.2.3. As finais A disputam-se em primeiro lugar, seguidas das finais B;
- 8.2.4. Se no decorrer das finais o tempo de acesso (TA), conforme tabela de TA, não for cumprido o clube/seleção fica sujeito ao pagamento de uma taxa de 5€.

9. LIMITAÇÕES/ PARTICIPAÇÃO:

- 9.1. Podem participar todos os clubes e seleções distritais, nacionais e estrangeiras convidados pela ANDL, desde que sejam membros da FINA;
- 9.2. Nas estafetas cada clube/seleção apenas poderá fazer-se representar por uma (1) equipa por prova;
- 9.3. Cada clube só poderá inscrever três (3) atletas por prova, de cada grupo;
- 9.4. A constituição das estafetas tem de ter dois atletas de cada género.
- 9.5. Não é permitido a utilização de Fatos de Competição.

10. INSCRIÇÕES:

- 10.1. Limite: 3 de fevereiro de 2020;
- 10.2. As inscrições das equipas nacionais têm de ser realizadas através do programa informático Team Manager ou Entry Editor, os clubes ou seleções estrangeiras têm de realizar via Lista Onomástica disponibilizada pela organização;
- 10.3. As inscrições deverão dar entrada via internet para inscricoes@andl.pt até às 24h do dia 3 de fevereiro;

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

- 10.4. Após a data limite de inscrições, não serão aceites, nem permitidas alterações ou substituições;
- 10.5. Para efeitos de inscrição deverão ser considerados os tempos realizados entre 01 de janeiro de 2019 e a data limite de inscrição da prova;
- 10.6. Só serão consideradas as inscrições depois do envio do respetivo comprovativo de pagamento para inscricoes@andl.pt;
- 10.7. O pagamento das inscrições deverá ser realizado no ato da entrega das mesmas através de transferência bancária;

10.7.1. IBAN:PT50. 0007. 0000. 0019. 7413. 5282. 3 (Novo Banco)

10.8. Taxas de inscrição:

- Provas individuais- 2.20€
- Estafetas- 6€

11. CLASSIFICAÇÃO:

- Por prova, género e categoria/ grupo de idade

12. PONTUAÇÃO:

- 12.1. Haverá uma classificação individual, por prova, grupo (1 e 2), género e por clubes/seleções, para a qual, pontuam todos os nadadores classificados, de acordo com as seguintes tabelas:

CLASSIFICAÇÃO	PONTUAÇÃO*
1º	20
2º	18
3º	16
4º	13
5º	12
6º	11
7º	10
8º	9

CLASSIFICAÇÃO	PONTUAÇÃO
9º	8
10º	7
11º	6
12º	5
13º	4
14º	3
15º	2
16º	1

- 12.2. A qualquer desclassificação será atribuída a pontuação de 0 pontos;
- 12.3. Em caso de empate numa prova, entre dois ou mais nadadores, serão somados os pontos correspondentes aos lugares por eles ocupados e atribuído aos clubes /seleções, o número de pontos assim obtidos, divididos pelo número de nadadores envolvidos;
- 12.4. A pontuação na prova de estafetas é o dobro da pontuação das provas individuais.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

13. PRÉMIOS:

13.1. Prémios individuais

13.1.1. Medalhas aos 3 melhores classificados de cada grupo e prova;

13.2. Prémios estafetas

13.2.1. Medalhas aos 3 melhores classificados (equipas de estafetas) nas finais;

13.3. Prémios coletivos

13.3.1. 1º lugar geral-500€;

13.3.2. 2º lugar geral-250€;

13.3.3. 3º lugar geral-125€

13.3.4. Troféu até ao 8º lugar coletivo, sendo entregue ao 1º classificado a Taça MINL (Meeting Internacional de Natação de Leiria)

13.3.5. Prémio Golfinho - Atleta infantil B masculino e feminino, mais pontuado, de acordo com a tabela FINA em vigor;

13.3.6. Prémio Golfinho - Atleta infantil A masculino e feminino, mais pontuado, de acordo com a tabela FINA;

14. TEMPOS DE ACESSO (TA)

FEMININO			MASCULINOS	
2008	2007		2007	2006
1:15.250	1:12.50	100 L	1:08.50	1:05.00
1:27.00	1:21.00	100 C	1:19.50	1:15.00
1:38.00	1:33.50	100 B	1:30.50	1:24.50
1:28.00	1:22.50	100 M	1:20.00	1:15.00
3:05.50	2:57.50	200 E	2:50.00	2:43.00
2:10.00		4X50L	2:10.00	
2:20.00		4X50E	2:20.00	

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

15. CASOS OMISSOS

Acima deste regulamento, e para todos os casos omissos, vigora o regulamento da Federação Portuguesa de Natação.

16. JÚRI DE APELO

Todos os protestos devem ser entregues por escrito ao juiz-árbitro até 30 minutos após o final da sessão e acompanhados de uma taxa de 100€. Caso o protesto seja deferido, o valor da taxa será devolvido.

Todos os protestos devem ser baseados em questões de direito e será apreciado pelo Júri Apelo composta pelos seguintes elementos:

- Diretor à prova
- Diretor Técnico Regional
- Elemento do conselho regional de arbitragem.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 11 - CAMPEONATO INTER DISTRITAL DE INFANTIS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL / ANCNP / ANC
2. LOCAL: Piscina Municipal de Leiria (8 pistas x 25 metros) - Cronometragem Eletrónica.
3. DATA: 29 de fevereiro e 1 de março de 2020
4. ESCALÕES: Infantis
5. HORÁRIO:

39

1ª JORNADA - 1ª SESSÃO	2ª JORNADA - 1ª SESSÃO
AQUECIMENTO: 7h30	AQUECIMENTO: 7h30
INICIO PROVA: 9h00	INICIO PROVA: 9h00
1ª JORNADA - 2ª SESSÃO	2ª JORNADA - 2ª SESSÃO
AQUECIMENTO: 14h30	AQUECIMENTO: 14h30
INICIO PROVA: 16h00	INICIO PROVA: 16h00

6. PROGRAMA:

1ª JORNADA - 1ª SESSÃO			1ª JORNADA - 2ª SESSÃO		
1	800m L	F	8	400m E	M
2	400m L	M	9	200m L	F
3	200m B	F	10	100m L	M
4	200m C	M	11	100m B	F
ENTREGA MEDALHAS (1-4)			ENTREGA MEDALHAS (8-11)		
5	200m E	F	12	200m M	M
6	4 x 200m L	M	13	100m M	F
7	100m C	F	ENTREGA MEDALHAS (12-13)		
ENTREGA MEDALHAS (5-7)			14	4 x 100m Est.	M
			15	4 x 100m L	F
			ENTREGA MEDALHAS (14-15)		

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

2ª JORNADA - 1ª SESSÃO			2ª JORNADA - 2ª SESSÃO		
16	1500m L	M	23	400m Est.	M
17	400m L	F	24	200m L	F
18	200m B	M	25	100m L	M
19	200m C	F	26	100m B	F
ENTREGA MEDALHAS (16-19)			ENTREGA MEDALHAS (23-26)		
20	200m Est.	M	27	200m M	M
21	4x 200m L	M	28	100m M	F
22	100m C	F	ENTREGA MEDALHAS (27-28)		
ENTREGA MEDALHAS (20-22)			29	4x 100m Est.	M
			30	4x 100m L	F
			ENTREGA MEDALHAS (29-30)		

7. LIMITAÇÕES/ PARTICIPAÇÃO:

- a) Têm direito a participar neste Campeonato os nadadores e equipas de estafetas, uma por clube, escalão etário e género, da categoria de Infantis A e B, que tenham obtido o TA nas respetivas distâncias e técnicas, entre 10 de março de 2019 e 15 de fevereiro de 2020.
- b) Esta participação estará condicionada a um Tempo de Admissão (TA), anexado a este regulamento. O nadador que tenha obtido TA na prova de 200m de uma técnica poderá participar na prova de 100m da mesma técnica, sem ter obtido o TA, sendo obrigatória a sua participação nos 200m;
- c) A participação nas provas de 400 metros, 1500L e 800L é garantida aos 5 melhores tempos de cada categoria (Inf A e Inf B), por AT, não podendo ultrapassar:
 - I. 4 séries - 1500 Livres Masc e 800 Livres Fem 4 séries - 400 Estilos Masc e Fem 6 séries - 400 Livres Masc e Fem;
 - II. As restantes pistas serão preenchidas pelos melhores tempos de inscrição, por aproximação ao TAC zonal, até ao limite de séries propostas.
- d) Cada nadador só poderá ser inscrito em 5 provas individuais mais as estafetas, sendo-lhe permitido nadar um máximo de 2 provas por sessão;

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

8 INSCRIÇÕES:

Data Limite: até dia 16 de fevereiro 2020;

Para: inscricoes@andl.pt;

Pagamento:

- Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento.

41

9 CLASSIFICAÇÃO:

Haverá classificação separada por prova, escalão etário e género.

10 Prémios:

Serão concedidos prémios aos 3(três) primeiros classificados de cada prova.

Nota: É dada a possibilidade de participação a atletas que não tenham realizado o Tempo de Admissão (TA) 1. - Os nadadores que até à data limite para inscrição nestes campeonatos, não tenham TA, podem participar nos mesmos. Caso não o obtenham ou superem na prova, ou haja desistência, o nadador fica sujeito a uma penalização de 25€ por prova.

PROVA N.º 12 - CAMPEONATO INTER - DISTRITAL JUVENIS, JUNIORES E
ABSOLUTOS

**REGULAMENTO A SER ENVIADO PARA
HOMOLOGAÇÃO ATRAVÉS DA ANCOIMBRA**

DATA: 6 a 8 de março de 2020

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 13 - CAMPEONATO DISTRITAL DE CLUBES - TAÇA ANDL JOÃO DA SILVA ABREU

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal da Nazaré (6 pistas x 25 metros) - Cronometragem eletrónica.
3. DATA: 14 e 15 de março 2020
4. HORÁRIO:

43

	1ª Sessão		2ª Sessão	
	Aquecimento	Início da Prova	Aquecimento	Início da Prova
1ª Jornada	8h00	09h30	14h00	15h30
2ª Jornada	8h00	09h30		

5. PROGRAMA

1ª Jornada									
1ª Sessão - Manhã					2ª Sessão - Tarde				
N.º	Dist.	Estilo	Escalão	Género	N.º	Dist.	Estilo	Escalão	Género
1 e 2	50	Livres	ABS	F/ M	21 e 22	200	Livres	ABS	F/ M
3 e 4	50	Livres	INF	F/ M	23 e 24	200	Livres	INF	F/ M
5	800	Livres	ABS	Fem	25 e 26	400	Estilos	ABS	F/ M
6	1500	Livres	ABS	Masc	27 e 28	400	Estilos	INF	F/ M
7 e 8	400	Livres	INF	F/M	Intervalo de 10 minutos				
Intervalo de 10 minutos					29 e 30	200	Costas	ABS	F/ M
9 e 10	100	Costas	ABS	F/ M	31 e 32	200	Costas	INF	F/ M
11 e 12	100	Costas	INF	F/ M	33 e 34	200	Bruços	ABS	F/ M
13 e 14	200	Mariposa	ABS	F/ M	35 e 36	200	Bruços	INF	F/ M
15 e 16	200	Mariposa	INF	F/ M	37 e 38	100	Mariposa	ABS	F/ M
Intervalo de 10 minutos					39 e 40	100	Mariposa	INF	F/ M
17 e 18	4 x 100	Estilos	ABS	F/ M	Intervalo de 10 minutos				
19 e 20	4 x 50	Estilos	INF	F/ M	41 e 42	4 x 100	Livres	ABS	F/ M
					43 e 44	4 x 50	Livres	INF	F/ M

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

2ª Jornada				
Sessão única				
N.º	Distância	Estilo	Escalão	Género
45 e 46	400	Livres	ABS	F/ M
47 e 48	800	Livres	INF	F/ M
49 e 50	100	Bruços	ABS	F/ M
51 e 52	100	Bruços	INF	F/ M
Intervalo 10 minutos				
53 e 54	100	Livres	ABS	F/ M
55 e 56	100	Livres	INF	F/ M
57 e 58	200	Estilos	ABS	F/ M
59 e 60	200	Estilos	INF	F/ M
Intervalo 10 minutos				
61 e 62	4 x 200	Livres	ABS	F/ M
63 e 64	4 x 100	Livres	INF	F/ M

44

6. ESCALÕES: Infantis e ABSOLUTOS (Juvenis, Juniores e Seniores).

7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:
 - a) Nas provas de 400L, 800L/ 1500L, 400E e estafetas cada clube só se pode fazer representar com um (1) atleta ou equipa por campeonato;
 - b) Nas restantes provas podem participar três (3) atletas pontuando apenas o melhor tempo final;
 - c) Cada nadador só pode nadar um máximo de três (3) provas individuais e estafetas;
 - d) A constituição das estafetas tem de ser entregue até 30 minutos antes do início de cada sessão;
 - e) Serão permitidas duas (2) substituições por sessão e campeonato, em ficha própria para o efeito e entregue até 1h00 antes do início da sessão;
 - f) Podem participar nadadores de Natação Adaptada desde que estejam inscritos no FPNSystem e devidamente classificados, de acordo com a Circular da FPN n.º 39/14.

8. INSCRIÇÕES:
 - a) Data Limite: até dia 8 de março de 2020;
 - b) Para: inscricoes@andl.pt;
 - c) Pagamento:
 - Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

- d) As pistas vagas serão preenchidas de acordo com o Ranking Distrital da ANDL, à data de 08 de março de 2020, desde que o atleta cumpra a alínea c) do ponto 7 e na condição de extra competição.

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a. As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA;

45

10. CLASSIFICAÇÃO:

- a) Classificação coletiva infantil masculina e feminina e somatório infantil;
b) Classificação coletiva absoluta masculina e feminina e somatório absoluto;
c) Classificação geral coletiva (Somatório dos pontos dos campeonatos de ambas as categorias: infantil + absoluto).

11. PONTUAÇÃO:

- a) N é igual ao número de clubes filiados na ANDL;
➤ 1º Classificado: N+1
➤ 2º Classificado: N - 1
➤ 3º Classificado: N - 2, e sucessivamente até ao último classificado;
➤ Desclassificação: 0 pontos;
➤ Desistência: 0 pontos
➤ Estafetas a pontuação é a dobrar.
- b) Caso se venha a verificar uma igualdade pontual entre uma ou mais equipas será atribuído o lugar cimeiro à equipa que contabilizar o maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir será então contabilizado o maior número de 2ºs lugares, depois o maior número de 3ºs lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade.

12. PRÉMIOS:

- a) Prémios aos 1º, 2º e 3º lugares da classificação Masculina e Feminina de Infantis, bem como ao clube vencedor do somatório dos pontos do escalão de infantil;
b) Prémios aos 1º, 2º e 3º lugares da classificação Masculina e Feminina de Absolutos, bem como ao clube vencedor do somatório dos pontos do escalão de Absolutos;
c) Taça ANDL - João da Silva Abreu, ao clube com a maior pontuação no somatório dos pontos dos campeonatos de ambas as categorias: infantis + absoluto;
d) Troféus aos restantes clubes.

13. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Infantis não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 14 - 2º TORREGRI CADETES

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Leiria (25 metros x 8 pistas) - Cronometragem manual.
3. DATA: 28 de março de 2020
4. HORÁRIO:

46

1ª Jornada	1ª Sessão		2ª Sessão	
	Aquecimento	Início de prova	Aquecimento	Início de prova
		08h00	09h00	14h00

5. PROGRAMA:

1ª Jornada - 1ª Sessão				
	Distância	Estilo	Categoria	Género
1 e 2	400	Livres	CAD A	Fem/ Masc
3 e 4	200	Livres	CAD B e C	Fem/ Masc
5 e 6	100	Mariposa	CAD A	Fem/ Masc
7 e 8	50	Mariposa	CAD B e C	Fem/ Masc
9 e 10	100	Bruços	CAD A	Fem/ Masc
11 e 12	50	Costas	CAD B e C	Fem/ Masc
Intervalo 10 minutos				
13	4 x 100	Livres	CAD A	Mistos
14	4 x 50	Livres	CAD B e C	Mistos

1ª Jornada - 2ª Sessão				
	Distância	Estilo	Categoria	Género
15 e 16	50	Livres	CAD B e C	Fem/ Masc
17 e 18	200	Estilos	CAD A	Fem/ Masc
19 e 20	100	Estilos	CAD B e C	Fem/ Masc
21 e 22	100	Costas	CAD A	Fem/ Masc
23 e 24	50	Bruços	CAD B e C	Fem/ Masc
25 e 26	100	Livres	CAD A	Fem/ Masc
Intervalo 10 minutos				
27	4 x 100	Estilos*	CAD A	Mistos
28	4 x 50	Estilos**	CAD B e C	Mistos

*Cada elemento da estafeta nada 100 metros Estilos

**1º e 2º elementos nadam M/C e 3º e 4º nadam B/ Crol.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

6. ESCALÃO: Cadetes A, B e C

7. LIMITAÇÕES/ PARTICIPAÇÃO:

- a) Cada nadador poderá nadar duas (2) provas individuais e uma (1) estafeta por sessão;
- b) Cada clube não tem limitação de número de estafetas a inscrever;
- c) As estafetas mistas têm que ser compostas por dois elementos de cada género.
- d) Podem participar nadadores de Natação Adaptada, desde que estejam inscritos no FPNSYSTEM e devidamente classificados, de acordo com a Circular da FPN n.º 39/14.

47

8. INSCRIÇÃO:

- a) Data Limite: até dia 22 de março de 2020;
- b) Para: inscricoes@andl.pt;
- c) Pagamento:
 - Cadetes A e B: Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento.
 - Cadetes C a inscrição é gratuita

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25;

10. CLASSIFICAÇÃO: Por prova e categoria.

11. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Cadetes (A, B e C) não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 15 - 5º CIRCUITO DE CADETES - GOLFINHO SPORTS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal Porto de Mós (6 pistas x 25 metros) - Cronometragem manual.
3. DATA: 9 de maio de 2020
4. HORÁRIO:

48

Jornada com Sessão única	aquecimento	Início prova
	14h00	15h00

5. PROGRAMA:

1ª Jornada - Sessão Única				
	Distancia	Estilo	Categoria	Género
1 e 2	25	Livres	CAD C	F /M
3 e 4	50	Livres	CAD A, B e C	F /M
5 e 6	100	Livres	CAD A e B	F /M
7 e 8	25	Mariposa	CAD C	F /M
9 e 10	50	Mariposa	CAD A, B e C	F /M
11 e 12	100	Mariposa	CAD A e B	F /M
13 e 14	25	Costas	CAD C	F /M
15 e 16	50	Costas	CAD A, B e C	F /M
17 e 18	100	Costas	CAD A e B	F /M
19 e 20	4 x 25	Estilos	CAD C	F /M
21 e 22	4 x 50	Estilos	CAD A e B	F /M
23 e 24	25	Bruços	CAD C	F /M
25 e 26	50	Bruços	CAD A, B e C	F /M
27 e 28	100	Bruços	CAD A e B	F /M
29 e 30	25	Costas	CAD C	F /M
31 e 32	50	Costas	CAD A, B e C	F /M
33 e 34	100	Costas	CAD A e B	F /M
35 e 36	4 x 25	Livres	CAD C	F /M
37 e 38	4 x 50	Livres	CAD A e B	F /M

6. ESCALÃO: Cadetes A, B e C

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

7. LIMITAÇÕES/ PARTICIPAÇÃO:

- a) Cada nadador só pode participar em 3 (três) provas;
- b) Cada clube pode inscrever um número ilimitado de estafetas;
- c) Podem participar nadadores de natação adaptada, desde que estejam inscritos na FPN, de acordo com a circular FPN nº 39/14;

49

8. INSCRIÇÕES:

- a) Data Limite: até dia 3 maio 2020;
- b) Para: inscricoes@andl.pt;
- c) Pagamento:
 - Cadetes A e B, conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento;
 - Cadetes C, as inscrições são gratuitas

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As séries serão organizadas por tempos. No caso de não terem tempo de inscrição, serão distribuídos aleatoriamente pelo Meet Manager;

10. CLASSIFICAÇÃO:

- a) Classificação individual por Categoria e Género;

b) CLASSIFICAÇÃO CADETES A + B

Haverá uma classificação por prova e género, com a seguinte atribuição de pontos:

- 1º Classificado: 53 pontos
 - 2º Classificado: 51 pontos
 - 3º Classificado: 49 pontos
 - 4º Classificado: 47 pontos
 - 5º Classificado: 46 pontos, e assim sucessivamente ao 50º lugar (1 ponto);
 - Desclassificação: 0 pontos;
 - Desistência: 0 pontos.
- c) Caso se venha a verificar uma igualdade pontual entre uma ou mais equipas será atribuído o lugar cimeiro à equipa que contabilizar o maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, será então contabilizado o maior número de 2ºs lugares, depois o maior número de 3ºs lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

11. PRÉMIOS:

Diplomas/ Medalhas a todos os Participantes

12. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Cadetes (A, B e C) não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 16 - PROVA DISTRITAL DE CATEGORIAS

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal de Alcobaça (8 pistas x 25 metros) - Cronometragem manual.
3. DATA: 10 e 11 de junho de 2020
4. HORÁRIO:

51

	1ª Sessão		2ª Sessão	
	Aquecimento	Início da Prova	Aquecimento	Início da Prova
1ª Jornada	08h30	10h00	15h00	16h00
2ª Jornada	08h30	09h30		

5. PROGRAMA:

1ª JORNADA						2ª JORNADA		
1ª Sessão			2ª Sessão			Sessão Única		
1 e 2	4x50 E	M/F	21 e 22	4x50 L	M/F	39 e 40	4x200L	M/F
3 e 4	100 L	M/F	23 e 24	4x100 E	M/F	41 e 42	100 E	M/F
5 e 6	50 C	M/F	25 e 26	200 B	M/F	43 e 44	800 L	M/F
7 e 8	100 B	M/F	27 e 28	200 L	M/F	45 e 46	1500 L	M/F
9 e 10	50 M	M/F	29 e 30	100 M	M/F			
11 e 12	200 E	M/F	31 e 32	50 L	M/F			
13 e 14	200 M	M/F	33 e 34	100 C	M/F			
15 e 16	200 C	M/F	35 e 36	50 B	M/F			
17 e 18	400 L	M/F	37 e 38	400 E	M/F			
19 e 20	4x100L	M/F						

6. ESCALÃO: Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores
7. LIMITAÇÕES / PARTICIPAÇÃO:
 - a) Cada nadador pode participar em 6 (seis) provas;
 - b) A participação nas provas nº 41 e 42 obriga o atleta a participar nas duas sessões da 1ª jornada;
 - c) A constituição das estafetas tem de ser entregue até 30 minutos antes do início da sessão;
 - d) Podem participar nadadores de Natação Adaptada desde que estejam inscritos no FPNSystem e devidamente classificados, de acordo com a Circular da FPN n.º 39/14.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

8. INSCRIÇÃO:

a) Data Limite:

b) Para: inscricoes@andl.pt;

c) Pagamento:

➤ Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento.

d) É reservado à ANDL o direito de decidir o número mínimo e máximo de nadadores participantes em cada prova, torneio e campeonato. Depois de terminado o prazo limite de inscrições, se o número de nadadores inscritos for considerado insuficiente, ou por outra razão fundamentada, a ANDL, poderá cancelar a realização da prova. A decisão será dada a conhecer, por escrito, aos interessados.

52

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

a) As séries são organizadas pelos melhores tempos independentemente da categoria;

b) As series são organizadas pelos tempos de inscrição em piscina de 25 ou 50 metros, ordenados pela conversão dos pontos FINA.

10. CLASSIFICAÇÃO:

Por prova, categoria e género;

11. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Infantil B não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 17 - TORNEIO DE FUNDO - INFANTIS + TORNEIO NADADOR COMPLETO - JUVENIS E ABSOLUTOS

1. **ORGANIZAÇÃO:** ANDL
2. **LOCAL:** Piscina Municipal Benedita (8 pistas x 25 metros) - Cronometragem Eletrónica.
3. **DATA:** 20 e 21 junho 2020
4. **HORÁRIO:**

53

	Aquecimento	Início das Provas
1ª Jornada	14h00	15h00
2ª Jornada	08h30	09h30

5. **PROGRAMA:**

Jornada - 1ª Sessão					Jornada - 2ª Sessão				
N.º	Distância	Estilo	Categoria	Género	N.º	Distância	Estilo	Categoria	Género
1	400	Estilos	Inf/ Juv/ Abs	Fem	17	400	Estilos	Inf/ Juv/ Abs	Masc
2	50	Livres	Juv/ Abs	Masc	18	50	Livres	Juv/ Abs	Fem
3	100	Mariposa	Juv/ Abs	Fem	19	100	Mariposa	Juv/ Abs	Masc
4	200	Estilos	Juv/ Abs	Masc	20	200	Estilos	Juv/ Abs	Fem
5	400	Livres	Juv/ Abs	Fem	21	400	Livres	Juv/ Abs	Masc
6	1500	Livres	Inf/Juv/ Abs	Masc	22	800	Livres	Inf/Juv/ Abs	Fem
Intervalo 5 minutos					Entrega de prémios Torneio de Fundo - Infantis				
7	100	Bruços	Juv/ Abs	Fem	23	100	Bruços	Juv/ Abs	Masc
8	100	Costas	Juv/ Abs	Masc	24	100	Costas	Juv/ Abs	Fem
9	100	Livres	Juv/ Abs	Fem	25	100	Livres	Juv/ Abs	Masc
10	50	Bruços	Juv/ Abs	Masc	26	50	Bruços	Juv/ Abs	Fem
11	50	Mariposa	Juv/ Abs	Fem	27	50	Mariposa	Juv/ Abs	Masc
12	50	Costas	Juv/ Abs	Masc	28	50	Costas	Juv/ Abs	Fem
Intervalo 5 minutos					Intervalo para entrega de prémios Torneio Nadador Completo				
13	200	Mariposa	Juv/ Abs	Fem	29	200	Mariposa	Juv/ Abs	Masc
14	200	Bruços	Juv/ Abs	Masc	30	200	Bruços	Juv/ Abs	Fem
15	200	Costas	Juv/ Abs	Fem	31	200	Costas	Juv/ Abs	Masc
16	200	Livres	Juv/ Abs	Masc	32	200	Livres	Juv/ Abs	Fem
					Entrega de prémios Torneio Especialista - Juv e Absolutos				

6. **ESCALÃO:** Infantis, Juvenis e Absolutos (Juniore + Seniores)

7. LIMITAÇÕES/ PARTICIPAÇÃO:

- a) Podem participar nadadores de natação adaptada, desde que estejam inscritos na FPN, de acordo com a circular FPN nº 39/14.

7.1. Torneio de Fundo

- a) Os nadadores para classificarem no Torneio de Fundo, têm de participar nas 2 (duas) provas (400 Estilos + 800 ou 1500 Livres);
- b) Atleta que falte ou seja desqualificado numa das provas, fica excluído da classificação final, podendo, no entanto, nadar as restantes provas;
- c) Os nadadores Infantis nos 1500 e 800 metros Livres irão participar apenas em series com participação de nadadores do seu escalão;

7.2. Torneio Nadador Completo

- a) Os atletas juvenis para pontuarem no TNC, têm que participar nas cinco provas do programa (100 mariposa, 200 Estilos, 100 Costas, 100 Bruços e 100 Livres);
- b) Os atletas juniores e seniores para pontuarem no TNC, têm que participar nas sete provas do programa (50 Livres, 400 Livres, 100 Mariposa, 200 Estilos, 100 Costas, 100 Bruços e 100 Livres).

8. INSCRIÇÃO:

- a) Data Limite: até dia 14 junho de 2020;
- b) Para: inscricoes@andl.pt;
- c) Pagamento:
 - Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento.

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As séries são organizadas pelos melhores tempos independentemente da categoria do atleta (excepto no Torneio de Fundo);
- b) As séries são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, de acordo com a conversão dos pontos FINA;
- c) Os nadadores com melhores tempos, nadarão nas primeiras séries nas provas de 400 Estilos e 800/ 1500 Livres.

10. CLASSIFICAÇÃO:

- a) Classificação por prova, género e categoria.

11. PONTUAÇÃO:

Torneio de Fundo: Somatório dos pontos FINA, de acordo com as provas indicadas no ponto 7.2. a), nas categorias Infantil A e B, por género;

Torneio Nadador Completo: Somatório dos pontos FINA, de acordo com o ponto 7.3. a) e b), nas categorias Juvenil A e B e Absolutos, por género.

55

12. PRÉMIOS:

Torneio de Fundo: Serão entregues prémios aos três primeiros classificados Infantil A e Infantil B, por género, de acordo com o somatório dos pontos Rudolph;

Torneio Nadador Completo: Serão entregues prémios aos três primeiros classificados Juvenil A, Juvenil B e Absolutos (juniores + Seniores), por género.

13. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Infantis não poderão utilizar fatos de competição.

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 18 - 3º TORREGRI DE CADETES

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Piscina Municipal Caldas da Rainha (8 pistas x 25 metros) - Cronometragem manual.
3. DATA: 27 junho 2020
4. HORÁRIO:

56

1ª jornada	1ª sessão		2ª sessão	
	Aquecimento	Início de prova	Aquecimento	Início de prova
		8h30	09h30	14h00

5. PROGRAMA:

JORNADA ÚNICA					
1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
1 e 2	800 L Cad A	F/M	15 e 16	25 Livres CAD C	F/M
3 e 4	400 L Cad B	F/M	17 e 18	200 E Cad A	F/M
5 e 6	100 M Cad A	F/M	19 e 20	25 Bruços CAD C	F/M
7 e 8	50 M Cad B	F/M	21 e 22	100 E Cad B	F/M
9 e 10	100 B Cad A e B	F/M	23 e 24	50 Bruços CAD C	F/M
11 e 12	4x50 L Cad B	F/M	25 e 26	100 C Cad A e B	F/M
13 e 14	4x100 L Cad A	F/M	27 e 28	25 Costas CAD C	F/M
			29 e 30	100 L Cad A e B	F/M
			31 e 32	25 Mariposa CAD C	F/M
			33 e 34	4x50 E Cad B	F/M
			35 e 36	50 Mariposa CAD C	F/M
			37 e 38	4x100E Cad A	F/M

6. ESCALÃO: Cadetes A, B e C

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

7. LIMITAÇÕES/ PARTICIPAÇÃO:

- a) Cada nadador Cadete (A e B) pode participar em (2) duas provas individuais e (1) uma estafeta por sessão. Cadetes C pode participar em três (3) provas individuais;
- b) Cada clube não tem limitação de número de estafetas a inscrever;
- c) A constituição das estafetas tem de ser entregue até 30 minutos antes do início da sessão;
- d) Podem participar nadadores de Natação Adaptada desde que estejam inscritos no FPNSystem e devidamente classificados, de acordo com a Circular da FPN n.º 39/14;
- e) As provas n.º 15, 16, 19, 20, 23, 24, 27, 28, 31, 32, 35 e 36 são exclusivamente para atletas da categoria Cadetes C, não estando autorizados a participar nestas provas Cadetes A e B.

57

8. INSCRIÇÕES:

- a) Data Limite: até dia 21 de Junho de 2020;
- b) Para: inscricoes@andl.pt;
- c) Pagamentos:
 - Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento.

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA;

10. CLASSIFICAÇÃO: Por prova e género.

11. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Cadetes (A, B e C) não poderão utilizar fatos de competição.

**REGULAMENTO DOS CAMPEONATOS INTER
DISTRITAIS ANC/ ANCNP/ ANDL
REGULAMENTO A SER ENVIADO PELA ANCOIMBRA,
PARA RESPETIVA HOMOLOGAÇÃO**

27 e 28 Junho de 2020 ???

**REGULAMENTO DOS CAMPEONATOS INTER
DISTRITAIS ANC/ ANCNP/ ANDL**

**REGULAMENTO A SER ENVIADO PELA ANCOIMBRA,
PARA RESPETIVA HOMOLOGAÇÃO**

3,4 e 5 Julho de 2020

REGULAMENTO GERAL DE PROVAS DA ANDL 2019/2020

PROVA N.º 21 - 6º CIRCUITO CADETES - Golfinho Sports

1. ORGANIZAÇÃO: ANDL
2. LOCAL: Porto Mós (6 pistas x 25 metros) - Cronometragem manual.
3. DATA: 11 de julho de 2020
4. HORÁRIO:

60

Jornada Única	aquecimento	Início prova
	08h00	09h00

5. PROGRAMA:

1ª Jornada - Sessão Única				
	Distancia	Estilo	Categoria	Género
1 e 2	50	Bruços	Cad B e C	F / M
3 e 4	200	Bruços	Cad A	F / M
5 e 6	100	Estilos	Cad B e C	F / M
7 e 8	200	Estilos	Cad A	F / M
9 e 10	100	Livres	Cad B e C	F / M
11 e 12	400	Livres	Cad A	F / M
13 e 14	50	Mariposa	Cad B e C	F / M
15 e 16	200	Mariposa	Cad A	F / M
17 e 18	50	Costas	Cad B e C	F / M
10 e 20	200	Costas	Cad A	F / M

6. ESCALÃO: Cadetes A, B e C
7. LIMITAÇÕES/ PARTICIPAÇÃO:
 - a) Cada nadador pode participar em 2 provas individuais mais uma estafeta por sessão;
 - b) Cada clube pode inscrever um número ilimitado de estafetas;
 - c) Podem participar nadadores de natação adaptada, desde que estejam inscritos na FPN, de acordo com a circular FPN nº 39/14;
8. INSCRIÇÕES:
 - a) Data Limite: até dia 2 de julho de 2020;

b) Para: inscricoes@andl.pt;

c) Pagamento:

- Conforme tabela constante no ponto 5 do presente regulamento.

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES:

- a) As series são organizadas pelos tempos de inscrição de piscina de 25 ou 50, ordenados pela conversão dos pontos FINA;

61

10. CLASSIFICAÇÃO:

a) Haverá uma classificação por prova e género, com a seguinte atribuição de pontos:

- 1º Classificado: 53 pontos
- 2º Classificado: 51 pontos
- 3º Classificado: 49 pontos
- 4º Classificado: 47 pontos
- 5º Classificado: 46 pontos, e assim sucessivamente ao 50º lugar (1 ponto);
- Desclassificação: 0 pontos;
- Desistência: 0 pontos.

b) Caso se venha a verificar uma igualdade pontual entre uma ou mais equipas será atribuído o lugar cimeiro à equipa que contabilizar o maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, será então contabilizado o maior número de 2ºs lugares, depois o maior número de 3ºs lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade

11. PRÉMIOS:

a) No final do 6º circuito são atribuídos prémios (kit equipamento) aos clubes classificados nos três primeiros lugares, do somatório dos cinco circuitos e somatório dos dois géneros.

- 1º Classificado, prémio no valor de 300,00 €;
- 2º Classificado, prémio no valor de 200,00 €;
- 3º Classificado, prémio no valor de 100,00 €.

12. EQUIPAMENTOS DESPORTIVOS:

Os nadadores Cadetes (A, B e C) não poderão utilizar fatos de competição.

Nota: Após a realização desta competição realizar um almoço em formato picnic partilhado com pais e atletas.