

PROVA Nº7 – CAMPEONATO DISTRITAL DE INVERNO – Infantis, Juvenis e Absolutos

Aprovado pela FPN em 11 dez. 2025

1. DATA: 24 e 25 de janeiro de 2026

2. ORGANIZAÇÃO: ANDL

3. LOCAL: Piscina Municipal de **Leiria** (8 pistas x 25m)

4. HORÁRIO:

		Aquecimento	Início da prova
1ª Jornada	1ª Sessão	07h45 às 08h45	09h00
	2ª Sessão	14h30 às 15h30	15h45
2ª Jornada	1ª Sessão	07h45 às 08h45	09h00
	2ª Sessão	14h30 às 15h30	15h45

Notas:

A cronometragem desta competição é **cronometragem eletrónica**.
Os atletas Infantis não poderão usar fato de competição.

5. INSCRIÇÕES:

- a) As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDL até dia 14 de janeiro de 2026 às 12h00, através do e-mail - inscricoes@andl.pt ;
- b) Os tempos de inscrição têm de ter ocorrido e validados até 12 meses anteriores à data da competição;
- c) As séries serão organizadas pelos tempos de inscrição em piscina de 25 ou 50 e ordenados pela conversão dos pontos WAq;
- d) O pagamento das inscrições é de acordo com a tabela do ponto três (3) das disposições gerais.

6. CATEGORIA/ESCALÃO:

- a) Podem participar nadadores do escalão Infantil A e B, Juvenil A e B, Juniores e Seniores de ambos os sexos (Fem, Masc), filiados em natação pura e devidamente inscritos no FPNSystem;
- b) Podem participar nadadores de Natação Adaptada desde que estejam inscritos no FPNSystem e devidamente classificados.

7. PROGRAMA:

1ª JORNADA - SÁBADO					
1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
N.º	DIST/ TÉCN.	SEXO	N.º	DIST/ TÉCN.	SEXO
1	1500 Livres	FEM	11	800 Livres	MASC
2	400 Livres	MASC	12	400 Estilos	FEM
3	100 Costas	FEM	13	200 Bruços	MASC
4	100 Costas	MASC	14	200 Bruços	FEM
Entrega de medalhas			Entrega de medalhas		
5	200 Mariposa	FEM	15	100 Livres	MASC
6	200 Mariposa	MASC	16	100 Livres	FEM
7	50 Livres	FEM	17	200 Costas	MASC
8	50 Livres	MASC	18	200 Costas	FEM
Entrega de medalhas			Entrega de medalhas		
9	4 x 200 Livres	FEM	19	4 x 100 Estilos	MASC
10	4 x 200 Livres	MASC	20	4 x 100 Estilos	FEM
Entrega de medalhas			Entrega de medalhas		

2ª JORNADA - DOMINGO					
1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
N.º	DIST/ TÉCN.	SEXO	N.º	DIST/ TÉCN.	SEXO
21	1500 Livres	MASC	32	800 Livres	FEM
22	400 Livres	FEM	33	400 Estilos	MASC
23	50 Bruços	MASC	34	50 Mariposa	FEM
24	50 Bruços	FEM	35	50 Mariposa	MASC
Entrega de medalhas			Entrega de medalhas		
25	100 Mariposa	MASC	36	100 Bruços	FEM
26	100 Mariposa	FEM	37	100 Bruços	MASC
27	50 Costas	MASC	38	200 Livres	FEM
28	50 Costas	FEM	39	200 Livres	MASC
Entrega de medalhas			Entrega de medalhas		
29	200 Estilos	MASC	40	4 x 100 Livres	FEM
30	200 Estilos	FEM	41	4 x 100 Livres	MASC
Intervalo 5 minutos			Entrega de medalhas		
31	4 x 100 Estilos	Misto			
Entrega de medalhas					

8. PARTICIPAÇÃO

- a) Nas inscrições das estafetas são aceites tempos de estafeta ou somatório de tempos individuais;
- b) A ANDL, pode permitir a participação de nadadores de outros clubes e entidades, filiadas na FPN em natação pura, para completar séries de provas. Estes nadadores participam “extra competição”;
- c) Todas as estafetas têm que ser constituídas com elementos do mesmo escalão etário (Infantis A e B, Juvenis A e B), e categoria (Júnior e Sénior). As equipas que não cumpram este critério, poderão participar na condição de extra competição.

31

9. PARTICIPAÇÃO - LIMITAÇÕES:

- a) Cada nadador só pode participar em cinco (5) provas individuais mais estafetas, independentemente da categoria/ escalão.

10. CLASSIFICAÇÃO: Por prova, género e categoria Sénior, Júnior, Juvenil A, Juvenil B, Infantil A e Infantil B.

11. PRÉMIOS: Medalhas aos três primeiros classificados de cada prova e género: Sénior, Júnior, Juvenil A, Juvenil B, Infantil A e Infantil B.