

PROVA Nº 9 – TORNEIO DO CARNAVAL + PROVA DE PREPARAÇÃO (Cadetes e Escolas)

Aprovado pela FPN em 11 dez. 2025

1. **DATA:** 14 de fevereiro de 2026

2. **ORGANIZAÇÃO:** ANDL

3. **LOCAL:** Piscinas Municipais de **Peniche** (6 pistas x 25m)

4. **HORÁRIO:**

	Aquecimento	Início da prova
Jornada com sessão única	14h20 às 15h20	15h30

Notas:

A cronometragem desta competição é **manual**;

Os nadadores da categoria Cadetes não podem utilizar **fatos de competição**.

5. INSCRIÇÕES:

a) As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDL até dia 9 de fevereiro 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 da categoria de Cadetes dos escalões A, B e C, 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.

REGULAMENTO DE COMPETIÇÕES DISTRIAIS 2025/26

7. PROGRAMA:

N.º	Dist.	Téc.	Cat/ Sexo	N.º	Dist.	Téc.	Cat/Sexo
1	4 x 50	Estilos	Cadetes Misto	15	100	Livres	Cadetes FEM
2	4 x 50	Livres	Escolas Misto	16	100	Livres	Cadetes MASC
3	100	Costas	Cadetes FEM	17	25	Mariposa	Escolas FEM
4	100	Costas	Cadetes MASC	18	25	Mariposa	Escolas MASC
5	50	Livres	Cadetes FEM	19	100	Bruços	Cadetes FEM
6	50	Livres	Cadetes MASC	20	100	Bruços	Cadetes MASC
7	25	Costas	Escolas FEM	21	50	Mariposa	Cadetes FEM
8	25	Costas	Escolas MASC	22	50	Mariposa	Cadetes MASC
Intervalo 5 minutos				Intervalo 5 minutos			
9	50	Bruços	Cadetes FEM	23	4 x 25	Livres	Escolas Misto
10	50	Bruços	Cadetes MASC	24	50	Costas	Cadetes FEM
11	100	Mariposa	Cadetes FEM	25	50	Costas	Cadetes MASC
12	100	Mariposa	Cadetes MASC	26	25	Livres	Escolas MASC
13	25	Bruços	Escolas MASC	27	25	Livres	Escolas FEM
14	25	Bruços	Escolas FEM	28	4 x 50	Livres	Cadetes FEM
				29	4 x 50	Livres	Cadetes MASC

33

8. PARTICIPAÇÃO - LIMITES:

- O nadador Cadete pode participar em duas (2) provas individuais e uma (1) estafeta;
- Não há limite de inscrições de equipas nas provas de estafetas;
- As estafetas mistas têm de que ser compostas por dois elementos de cada sexo. As estafetas que não cumpram esta alínea, participam na condição de “extra competição”;
- O atleta de Escolas pode nadar duas (2) provas individuais e 1 estafeta.
- As estafetas dos cadetes podem ser constituídas por categoria (Cadetes A+B+C)

9. **CLASSIFICAÇÃO:** Por prova, género e categoria (por escalão);

10. **PRÉMIOS:** Prémio de participação para todos