



COMUNICADO Nº 28-18

13/07/2018

ÍNDICE

1. CALENDÁRIO DE COMPETIÇÕES NACIONAIS 2018/2019
2. NATAÇÃO PURA
3. POLO AQUÁTICO
4. NATAÇÃO ARTÍSTICA
5. NATAÇÃO ADAPTADA
6. FORMAÇÃO
7. DIVERSOS

1. CALENDÁRIO DE COMPETIÇÕES NACIONAIS 2018/2019

Junto se anexa o Calendário de Competições Nacionais época 2018/2019, bem como os regulamentos de competições nacionais das várias disciplinas.

2. NATAÇÃO PURA

a) Centro de Formação de Alto Rendimento Desportivo Natação Rio Maior

Como previamente anunciado, formaliza-se que os nadadores que integrem este centro não poderão mudar a sua filiação enquanto permanecerem no mesmo. Em casos excepcionais esta medida poderá ser revogada:

- 1) Se a entidade que representa cessar a atividade;
- 2) Se a entidade que representam autorizar esta mudança.

A mudança de filiação sem estes pressupostos implicará a saída do CFARD Rio Maior.

b) Campeonato da Europa PL – Glasgow (GBR) 3 a 9 de agosto – Seleção Absoluta

Na sequência do nosso Comunicado nº 27/18 de 6 de julho, no ponto 3, informa-se que integra ainda a comitiva o árbitro Alexandre Fernandes.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS



Moradia Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

+351 21 415 81 90/91

+351 21 419 17 39

secretaria@fpnatacao.pt



c) Resultados European Junior Championship, 4 a 8 de julho – Helsínquia – 50m

Helsínquia				
4/07/2018				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
50 Mariposa	59(62)	Tiago Roberto Cordeiro	26.49	Eliminatória 26.49
100 Livres	22(66)	Ana Reis Sousa	57.11 RN	Eliminatória (27.74/ 29.37)
	43(66)	Letícia Maia André	58.07	Eliminatória (28.37/ 29.70)
400 Livres	15(57)	José Paulo Lopes	3:54.78 RN	Eliminatória (26.91/ 56.04/ 1:56.05)
	35(57)	Filipe Miguel Santo	03:59.39	Eliminatória (27.79/ 57.21/ 1:58.03)
200 Bruços	14(47)	Rafael Gomes Simões	02:18.45	Eliminatória (31.84/ 1:07.16)
	14(16)	Rafael Gomes Simões	02:18.21	Meia Final (31.42/ 1:06.52)
	35(47)	Jorge Jesus Silva	02:23.64	Eliminatória (33.04/ 1:09.30)
800 Livres	10(21)	Alexandra Couto Frazão	08:56.09	(1:03.75/ 2:09.89/ 4:25.10)
	21(21)	Ana Reis Sousa	09:22.27	(1:05.17/ 2:14.83/ 4:36.45)

Helsínquia				
05/07/2018				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
400 Livres	23(41)	Letícia Maia André	04:24.66	Eliminatória (30.91/ 1:04.40/ 2:11.51)
	24(41)	Ana Reis Sousa	04:24.75	Eliminatória (30.49/ 1:03.35/ 2:11.56)
200 Mariposa	25(33)	Tiago Roberto Cordeiro	02:04.28	Eliminatória (27.78/ 59.87)
200 Bruços	50(57)	Luísa Maria Machado	02:39.92	Eliminatória (36.41/1:16.99)
200 Estilos	7(40)	José Paulo Lopes	02:04.18	Eliminatória (26.99/ 30.53/ 36.53/ 30.13)





Helsínquia				
05/07/2018				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
	5(16)	José Paulo Lopes	02:02.90 RN	Meia Final (26.71/ 31.03/ 35.74/ 29.42)
	31(40)	Jorge Jesus Silva	02:09.60	Eliminatória (28.09/33.59/ 36.70/31.22)
1500 Livres	22(28)	Filipe Miguel Santo	15:53.62	(58.53/ 2:00.20/ 4:05.71/ 8:18.34)

Helsínquia				
06/07/2018				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
50 Costas	33(55)	Rafaela Gomes Azevedo	30.32	Eliminatória
50 Bruços	33(53)	Rafael Gomes Simões	30.05	Eliminatória
200 Livres	12(60)	Ana Reis Sousa	02:02.89 RN	Eliminatória (29.58/ 1:00.62)
	31(60)	Leticia Maia André	02:04.78	Eliminatória (29.71/1:00.95)
	13(16)	Ana Reis Sousa	02:03.13	Meia Final (29.10/ 1:00.33)
1500 Livres	11(17)	Alexandra Couto Frazão	17:01.21	Final (1:06.90/ 4:32.80/ 9:07.54)
200 Estilos	4(8)	José Paulo Lopes	02:02.55 RN	Final (26.76/ 30.07/ 36.23/ 29.49)

Helsínquia				
07/07/2018				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
50 Livres	55(65)	Ana Reis Sousa	27.51	Eliminatória
	57(65)	Leticia Maia André	27.60	Eliminatória
100 Costas	31(60)	Rafaela Gomes Azevedo	01:05.50	Eliminatória (31.50/ 34.00)
200 Livres	60(65)	Tiago Roberto Cordeiro	01:57.99	Eliminatória (27.43/ 57.21)

PARCEIROS INSTITUCIONAIS

FORNECEDOR OFICIAL

PARCEIROS



Moradia Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

☎ +351 21 415 81 90/91

☎ +351 21 419 17 39

✉ secretaria@fpnatacao.pt



Helsínquia				
07/07/2018				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
200 Estilos	38(54)	Luísa Maria Machado	02:23.11	Eliminatória (30.62/ 37.48/ 40.86/ 34.15)
100 Mariposa	4(8)	Tiago Roberto Cordeiro	57.29	Eliminatória (26.73/ 30.56)
100 Bruços	29(55)	Rafael Gomes Simões	01:05.33	Eliminatória (30.32/ 35.01)
800 Livres	8(22)	José Paulo Lopes	08:10.52	Final (57:30/ 1:58.71/ 4:01.88)
	17(22)	Filipe Miguel Santo	08:18.46	Final (58:38/ 1:59.87/ 4:04.96)

Helsínquia				
08/07/2018				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
400 Estilos	4(42)	José Paulo Lopes	04:21.42 RN	Eliminatória (28.07/ 32.02/ 33.63/ 36.70/ 37.49/ 30.90/ 29.11)
	27(42)	Filipe Miguel Santo	04:36.81	Eliminatória (29.29/ 33.42/ 37.24/ 35.65/ 40.70/ 41.56/ 29.83/ 29.11)
	36(42)	Jorge Silva Jesus	04:42.16	Eliminatória (28.97/ 33.40/ 37.53/ 37:58/ 38.87/ 40.64/ 33.16/ 32.01)
	DSQ (42)	Tiago Roberto Cordeiro	DSQ	Eliminatória (28.15/ 32.51/ 35.95/ 35.96/ 39.72/ 40.29/ 32.70/ 31.63)
	6(8)	José Paulo Lopes	04:21.69	Final (27.82/ 31.84/ 34.02/ 33.05/ 37.23/ 37.86/ 30.69/29.12)
4x200 Livres	38(54)	Letícia André /Ana Sousa/ Alexandra Frazão / Luísa Machado	08:24.56 RN	Eliminatória (2:05.00/ 2:03.91/ 2:06.53/ 2:09.17)

Resultados disponíveis em: http://ejc2018.microplustiming.com/indexejc2018_web.php

3. POLO AQUÁTICO

Seleção Nacional Feminina – 22 julho 2018 – Penafiel

No seguimento do Plano de Alto Rendimento e Seleções Nacionais de Pólo Aquático 2018, estão seleccionadas as seguintes jogadoras.



Morada Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

+351 21 415 81 90/91

+351 21 419 17 39

secretaria@fpnatacao.pt



ATLETAS					
Nome	Ano	Clube	Nome	Ano	Clube
Ana Leonor Ribeiro	2000	ADDCEG	Lara Isabel Magalhaes	2002	LSXXI
Ana Rita Sousa	2003	AACL	Larissa Pommerening Dornelles	1999	SLB
Beatriz Jesus Cabral	2001	SSCMP	Leonor Costa Tejo	2000	SLB
Beatriz Lisboa Santiago	2000	ADDCEG	Maria Joao Almeida	2002	ADDCEG
Beatriz Moreira Barbosa	2000	SSCMP	Maria Joao Nogueira	2001	SSCMP
Catarina Marques Teixeira	2000	LSXXI	Maria Pilar Carmo	2003	CWPC
Fabiana Ines Duarte	2000	SSCMP	Maria Rita Dias	2003	CNAC
Filipa Afonso Madeira	2003	VS	Mariana Simoes Antunes	2000	SLB
Gabriela Lozan	2001	VS	Marta Isabel Rodrigues	2002	AACL
Ines Arraiolos Matos	2003	VS	Matilde Carmo Marques	2003	CWPC
Ines Ribeiro Tavares	1999	ADDCEG	Vera Lúcia Santos	2001	ADDCEG
Joana Filipa Rocha	2000	LSXXI			

QUADRO TÉCNICO E STAFF	
Nome	Função
Miguel Pires	Selecionador Nacional
Alexandra Chatillon	Treinadora Assistente

Concentração

As atletas devem comparecer na piscina às 11h45 do dia 22 de julho.

Autorização

A autorização em anexo deverá ser devidamente preenchida e assinada e entregue ao elemento responsável da equipa no dia da concentração.

Material

Todas as selecionadas deverão levar o material necessário para treino em seco e na água.

Importante

Recorda-se a todas as convocadas que, segundo os Estatutos e Regulamentos da FPN, é um dever básico das atletas comparecerem às convocatórias das seleções desportivas nacionais, para as participações em competições de carácter internacional, ou para preparação das mesmas.

Por isso informamos de que no caso de ter de renunciar à presente convocatória deverá justificá-lo devidamente por escrito ao departamento técnico (miguel.pires@fpnatacao.pt), enviando cópia de todos os documentos de suporte. Se pretender renunciar aos trabalhos de seleção nacional, temporária ou definitivamente, também o deverá justificar da mesma





forma. Cumpre também ao atleta ou ao seu clube, comunicar com a antecedência suficiente para que a FPN possa anular a viagem/estadia no caso de ser necessário.

No caso de não cumprir este formalismo, a FPN reserva-se o direito de imputar os custos que não puderem ser recuperados.

Cumpre também ao atleta ou respetivo clube informar atempadamente o departamento técnico, de qualquer lesão ou tratamento que esteja a fazer que seja impeditivo de corresponder a 100%.

4. NATAÇÃO ARTÍSTICA

a) II Estágio de Equipa da Seleção Nacional Juvenil – 14 a 24 julho 2018, Tomar

Para o II Estágio de Equipa da Seleção Nacional Juvenil em preparação para a Taça Comen (a realizar de 25 a 29 de julho), estão selecionadas as seguintes nadadoras:

Praticante	Clube	Praticante	Clube
Ana Bárbara Costa	GESL	Maria Esteves Madureira	GESL
Benedita Granjo Lopes	OSCN	Mariana Ganhão	AMINATA
Carlota Sena Fonseca	GESL	Marta Amaral Moreira	GESL
Carolina Andrade Leite	OSCN	Matilde Cruz Gama	OSCN
Joana Oliveira Fonseca	OSCN	Rita Manuela Silva	FOCA

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

Treinadoras Convidadas – Maria Luísa Leite (FOCA), Sandra Montes (OSCN), Joana Pita Sousa (GESL)

Material de treino necessário:

Palas, elásticos de tubo com comprimento suficiente para o treino na água, elásticos planos, pesos 0,5kg e 1kg, colchonete, cinto flutuador.

Informações:

1. As nadadoras deverão aprender as coreografias que foram enviadas diretamente para os clubes.





2. As nadadoras deverão ser portadoras de todo o equipamento necessário aos treinos, quer na água quer em seco.
3. O estágio decorrerá nas Piscinas Municipais de Tomar.
4. Alojamento: Hotel Trovador, Tomar.
5. Esta convocatória é válida e aplicável somente aos Estágios em epígrafe.
6. Recordamos ainda que pedidos de dispensa ao abrigo do Decretos-Lei nº 272/2009 de 1 de outubro e, por implicarem requisição ao Instituto Português do Desporto e Juventude terão que ser solicitados previamente à realização deste estágio.

b) II Estágio de Equipa da Seleção Nacional Absoluta – 14 a 31 julho 2018, Fluvial Portuense

Para o II Estágio de Equipa da Seleção Nacional Absoluta em preparação para o Campeonato da Europa de Absolutos (a realizar de 2 a 7 de agosto), estão selecionadas as seguintes nadadoras:

Praticante	Clube	Praticante	Clube
Bárbara Costa	GESL	Filipa Morgadinho Coelho	GESL
Beatriz Cruz Gama	OSCN	Francisca Sena Fonseca	GESL
Bruna Melo Garcia	GESL	Maria Beatriz Gonçalves	GESL
Cheila Morais Vieira	GESL	Maria do Carmo Martins	GESL
Filipa Abreu Faria	OSCN	Mariana Silva Teixeira	FOCA

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

DTN-NArt: Mariana Marques

Treinadora FPN – Sylvia Hernandez

Treinadoras Convidadas – Chilua Pegado (GESL), Inês Guimarães (MO)

Fisioterapeuta: Nuno Pina





Concentração Duetto Absoluto - 14 julho, 15h00 nas Piscinas do Real Clube Fluvial Portuense
Concentração Equipa Absoluta – 15 julho, 15h00 nas Piscinas do Real Clube Fluvial Portuense

Material de treino necessário:

Palas, elásticos de tubo com comprimento suficiente para o treino na água, elásticos planos, pesos 0,5kg e 1kg, colchonete, cinto flutuador.

Informações:

1. As nadadoras deverão aprender as coreografias que foram enviadas diretamente para os clubes.
2. As nadadoras deverão ser portadoras de todo o equipamento necessário aos treinos, quer na água quer em seco.
3. O estágio decorrerá nas Piscinas do Real Clube Fluvial Portuense.
4. Alojamento: Pousada da Juventude do Porto, próximo à piscina de estágio.
5. Esta convocatória é válida e aplicável somente aos Estágios em epígrafe.
6. Recordamos ainda que pedidos de dispensa ao abrigo do Decretos-Lei nº 272/2009 de 1 de outubro e, por implicarem requisição ao Instituto Português do Desporto e Juventude terão que ser solicitados previamente à realização deste estágio.

c) Copa do Mediterrâneo de Natação Sincronizada – Taça COMEN – 26 a 29 julho 2018, Sevilha, Espanha

No seguimento do definido no Plano de Alto Rendimento de Natação Artística 2018 previsto para a Seleção Nacional Juvenil, encontram-se selecionadas para a competição em epígrafe:

Praticante	Clube	Praticante	Clube
Ana Bárbara Costa	GESL	Maria Esteves Madureira	GESL
Benedita Granjo Lopes	OSCN	Mariana Ganhão	AMINATA
Carlota Sena Fonseca	GESL	Marta Amaral Moreira	GESL
Carolina Andrade Leite	OSCN	Matilde Cruz Gama	OSCN
Joana Oliveira Fonseca	OSCN	Rita Manuela Silva	FOCA





O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

Gestora operacional NArt – Lia Rocha

Treinadoras Convidadas – Maria Luísa Leite (FOCA), Sandra Montes (OSCN)

Árbitra convidada – Joana Cardoso

Participação:

Praticante	Clube	Figuras	Equipa	Combinado
Ana Bárbara Costa	SAD	X	X	X
Benedita Granjo Lopes	OSCN	X	R	X
Carlota Sena Fonseca	GESL	X	X	X
Carolina Andrade Leite	OSCN	X	R	X
Joana Oliveira Fonseca	OSCN	X	X	X
Maria Esteves Madureira	GESL	X	X	X
Mariana Nogueira Ganhão	AMINATA	X	X	X
Marta Amaral Moreira	GESL	X	X	X
Matilde Cruz Gama	OSCN	X	X	X
Rita Manuel Silva	FOCA	X	X	X

Informações:

1. As nadadoras deverão ser portadoras da autorização parental de saída do país devidamente reconhecida. Os cartões de cidadão das nadadoras deverão ter validade superior a 6 meses após a data da competição.
2. As nadadoras deverão ser portadoras de todo o equipamento necessário aos treinos e competição (equipamento FPN-Arena), quer na água quer em seco, bem como do material de preparação do cabelo para a competição e de uma toalha própria para a aplicação da gelatina.
3. Viagem – a viagem será realizada de autocarro a partir de Tomar (dia 24 julho às 13h30). No regresso (dia 29 julho) o autocarro fará paragens em Badajoz (área de serviço), Lisboa, Ovar e Porto com horários a comunicar aos clubes envolvidos.
4. Alojamento – Hotel Alcora, Sevilha.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS



Morada Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

+351 21 415 81 90/91

+351 21 419 17 39

secretaria@fpnatacao.pt



5. Recordamos ainda que pedidos de dispensa ao abrigo do Decretos-Lei nº 272/2009 de 1 de outubro e, por implicarem requisição ao Instituto Português do Desporto e Juventude terão que ser solicitados previamente à realização deste estágio.

d) Campeonato da Europa de Absolutos, Natação Artística – 2 a 7 agosto 2018, Glasgow, Escócia

No seguimento do definido no Plano de Alto Rendimento de Natação Artística 2018 previsto para a Seleção Nacional Absoluta, encontram-se selecionadas para a competição em epígrafe:

Praticante	Clube	Praticante	Clube
Bárbara Costa	GESL	Filipa Morgadinho Coelho	GESL
Beatriz Cruz Gama	OSCN	Francisca Sena Fonseca	GESL
Bruna Melo Garcia	GESL	Maria Beatriz Gonçalves	GESL
Cheila Morais Vieira	GESL	Maria do Carmo Martins	GESL
Filipa Abreu Faria	OSCN	Mariana Silva Teixeira	FOCA

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

DTN-NArt: Mariana Marques

Treinadora FPN – Sylvia Hernandez

Treinadora Convidada – Chilua Pegado (GESL)

Árbitra convidada – Ângela Gordino

Participação:

Praticante	Clube	Dueto Técnico	Dueto Livre	Equipa Técnica	Equipa Livre	Combinado
Bárbara Costa	GESL			X	X	X
Beatriz Cruz Gama	OSCN			X	X	X
Bruna Melo Garcia	GESL			R	R	X
Cheila Morais Vieira	GESL	X	X	X	X	X
Filipa Abreu Faria	OSCN			X	X	X
Filipa Morgadinho Coelho	GESL			X	R	X
Francisca Sena Fonseca	GESL			X	X	X
Maria Beatriz Gonçalves	GESL	X	X	X	X	X

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS





Maria do Carmo Martins	GESL			R	X	X
Mariana Silva Teixeira	FOCA	R	R	X	X	X

Plano de Viagem:

31 julho	TP 338	Porto (OPO)/Londres (LGW)	17h50/20h05(Aerop. 16h00)
31 julho	BA 2968	Londres (LGW)/Glasgow (GLA)	21h30/22h55
8 agosto	BA 2953	Glasgow (GLA)/Londres (LGW)	6h45/8h20
8 agosto	TP 331	Londres (LGW)/ Porto (OPO)	11h50/14h10

São permitidos, por pessoa, uma bagagem de mão até 10 kg, com as dimensões máximas de 55 cm x 40 cm x 20 cm e uma bagagem de porão até 23 Kg. Qualquer excesso de peso que obrigue ao pagamento de taxas-extra será da exclusiva responsabilidade dos próprios.

Informações:

1. As nadadoras menores de idade deverão ser portadoras da autorização parental de saída do país devidamente reconhecida.
2. Todos os membros da comitiva deverão fazer-se acompanhar dos passaportes com validade superior a 6 meses após a data da competição.
3. As nadadoras deverão ser portadoras de todo o equipamento necessário aos treinos e competição (equipamento FPN-Arena), quer na água quer em seco, bem como do material de preparação do cabelo para a competição e de uma toalha própria para a aplicação da gelatina.
4. Alojamento – Premier Inn Glasgow, Charing Cross.
5. Recordamos ainda que pedidos de dispensa ao abrigo do Decretos-Lei nº 272/2009 de 1 de outubro e, por implicarem requisição ao Instituto Português do Desporto e Juventude terão que ser solicitados previamente à realização desta competição.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS





5. NATAÇÃO ADAPTADA

Resultados Campeonato da Europa de Natação EDSO – Lublin (Polónia) – 50m

Participaram 19 Países

Lublin				
02/07/2018				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
400L	11º	Ricardo Belezas	04:34,39	
100C	15º	Miguel Cruz	01:18,12	
100C	5º	Tiago Neves	01:03,60	01:04,63 – Eliminatória / Recorde Nacional
03/07/2018				
200L	14º	Ricardo Belezas	02:09,42	
200E	13º	Miguel Cruz	02:25,81	
200E	6º	Tiago Neves	02:16,25	02:19,36 – Eliminatória / Recorde Nacional
04/07/2018				
50L	18º	Miguel Cruz	26,23	
50L	11º	Tiago Neves	25,56	25,63 – Eliminatória
05/07/2018				
50M	24º	Miguel Cruz	29,14	
200B	10º	Miguel Cruz	02:50,87	Recorde Nacional
50M	6º	Tiago Neves	26,86	27,04 – Eliminatória
1500L	11º	Ricardo Belezas	18:39,44	Recorde Nacional
06/07/2018				
100L	26º	Ricardo Belezas	01:00,66	

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS





Lublin				
02/07/2018				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
400E	8º	Miguel Cruz	05:10,39	05:08,09 – Eliminatória
400E	6º	Tiago Neves	05:01,30	05:04,71 – Eliminatória / Recorde Nacional
07/07/2018				
200M	8º	Tiago Neves	02:22,91	02:21,23 – Eliminatória

Resultados completos e respetivo ficheiro lxf podem ser consultados e descarregados no seguinte link: http://live.megatiming.pl/bujak/2018/07_07_lublin/index_us.html

6. FORMAÇÃO

Curso de Treinadores de Grau I

O CEFAD em parceria com a Associação de Natação do Distrito de Leiria vai organizar um Curso de Treinadores de Grau I com início dia 5 de outubro.

Mais informações no flyer e regulamento em anexo e através do site leiria@cefad.pt

7. DIVERSOS

Emprego / Procura

Recebemos do técnico de Natação, Bartosz Kizierowski, um pedido de divulgação da sua disponibilidade para trabalhar na área da sua competência. Contacto do Técnico: bartk21@hotmail.com

Em anexo o Curriculum Vitae do técnico.

Pela FPN

António José Silva
Presidente





Natação Pura			
AT	Provas	Data	Local
ANMIN	Fase de qualificação Campeonato Nacional 3ª Divisão – Fase Continental	27/out	Ponte da Barca
ANMAD	Fase de qualificação Campeonato Nacional 3ª Divisão – Fase Insular	27/out	Penteada
ANRA	Fase de qualificação Campeonato Nacional 3ª Divisão – Fase Insular	27/out	Ponta Delgada
ANDS	Campeonato Nacional 3ª Divisão	01/dez	Abrantes
ANL	Campeonato Nacional 2ª Divisão	8 e 9 Dez	St. António Cavaleiros
ANDS	Zonal de Juvenis Zona Sul	14 a 16 Dez	Tomar
ANMIN	Zonal de Juvenis Zona Norte	14 a 16 Dez	Braga
ANNP	Campeonato Nacional Juniores e Seniores PC	21 a 23 Dez	Felgueiras
ANL	Zona de Infantis Zona Sul	29 a 31 Mar	Pinhal Novo
ANC	Zonal de Infantis Zona Norte	29 a 31 Mar	Condeixa
ANC	Campeonato Nacional Juvenis, Juniores e Absolutos	4 a 7 Abr	COP Coimbra
ANNP	Campeonato Nacional de Clubes 1ª Divisão	13 e 14 Abr	Campanhã
ANC	Encontro Nacional de Infantis	4 e 5 Mai	A Definir
ANDS	Encontro Nacional de Cadetes	20 e 21 Jul	A Definir
ANALG	Campeonato Nacional de Infantis	26 a 28 Jul	Loulé
ANMAD	Open de Portugal	4 a 8 Ago	Penteada

Meeting de Referência para Seleções			
ANALG	Meeting Internacional do Algarve	3 e 4 Nov	VR Santo António
ANL	Meeting Internacional de Lisboa	9 e 10 Fev	Jamor
ANC	Meeting Internacional de Coimbra	25 e 26 Mai	COP Coimbra
ANNP	35º Meeting Internacional do Porto	1 e 2 Jun	Campanhã

Meetings e Provas NP			
AT	Provas	Data	Local
ANDS	Taça Vale do Tejo	26/jan	Abrantes
ANNP	Meeting Internacional da Póvoa de Varzim	2 e 3 Fev	Povoa de Varzim
ANDL	Meeting Internacional de Leiria	16 e 17 Fev	Leiria
ANNP	Open Vale do Sousa	27 e 28 Abr	Felgueiras
ANL	Meeting Vila Franca de Xira	11 e 12 Mai	Vila Franca Xira

Aguas Abertas			
AT	Provas	Data	Local
ANNP	Campeonato Nacional Longa Distância Fase Final	24/fev	Campanhã
ANALG	Campeonato Nacional 10Km, 7.5Km e 5Km	18 e 19 Mai	Portimão
ARNN	Campeonato Nacional AA 5Km	29/jun	A Definir

Meetings e Provas AA			
AT	Provas	Data	Local
ANMIN	V Meeting de Aguas Abertas Srª da Agonia	05/ago	Viana do Castelo

Master			
AT	Provas	Data	Local
ANDL	Campeonato Master Luso Andaluz	Novembro	Caldas da Rainha
ANCNP	Campeonato Nacional Master / Open de Inverno	18 a 20 Jan	Mealhada
ANNP	Torneio de Fundo Master	23/fev	Povoa de Varzim
ANALG	Campeonato Nacional 1.5KM Mas	18 e 19 Mai	Portimão
ARNN	Campeonato Nacional AA 3Km master	29/jun	A Definir
ANALEN	Campeonato Nacional Master/Open de Verão	19 a 21 Jul	A Definir

Meetings e Provas Master			
AT	Provas	Data	Local
ANCNP	Meeting Internacional Master das 4 Maravilhas da Mesa da Mealhada	1 e 2 Dez	Mealhada

Natação Adaptada			
AT	Provas	Data	Local
ANIC	Campeonato Nacional de Inverno NA	16 e 17 fev	Guarda
ANL	Campeonato Nacional de Verão NA	11 e 12 Mai	Jamor

Meetings e Provas NA			
AT	Provas	Data	Local
ANCNP	II Meeting Internacional de Natação Adaptada das 4 maravilhas da Mesa da Mealhada	17 e 18 de Nov	Mealhada

Natação Artística			
AT	Provas	Data	Local
ANCNP	Campeonato Nacional de Figuras NArt	1 e 2 Dez	Mealhada
ANDS	Campeonato Nacional de Inverno NArt	30 e 31 Mar	Coruche
ANIC	14º Festival de Estrelas do Mar	25 e 26 Mai	Castelo de Vide
ANL	Campeonato Nacional de Verão NArt	5 a 7 Jul	St. António Cavaleiros

Polo Aquático			
AT	Provas	Data	Local
ANIC	Taça de Portugal PA	13 a 15 Abr	Guarda



Experience

- **2004 - 2007: University of California at Berkeley Men´s Swimming Team** (Volunteer Assistant Coach)

Swimmers Coached:

- Patrick O´Niel - 2007 NCAA Champion in 200 fly (1.42.12)
- Dominik Michetery - 3rd Place 2006 NCAA Championships in 200 free (1.33.23)
- 15th 2007 World Championships in 200 free (1.49.13)
- 8 All-Americans at NAAs

- **2008-2012: Universidad Camilo Jose Cela Madrid, Swimming Team** (Head Coach)

Swimmers Coached:

- Konrad Czerniak - 2nd Place 2011 World Championships in 100 fly (51.15)
3rd Place 2010 European Championships in 100 fly (52.00)
8th Place 2012 Olympic Games in 100 fly (52.10)
- Otylia Jedrzejczak - 16 Place 2012 Olympic Games in 200 fly (2.10.65)
- Marcin Tarczynski - 7th Place 2010 European Championships in 200 IM (2.00.72)
- Katarzyna Wilk - 6th Place 2010 European Championships in 100 free (54.91)
- Aitor Martinez - 2nd Place World Championships Junior 2011 in 50 free (22.75)
2nd Place European Championships Junior 2011 in 50 free (22.69)
- Team Championships at the Spanish University Championships

- **2012 - 2017: Spanish Swimming Federation** (Head Coach of the Madrid Center - Blume, member of the technical commission of swimming)

Swimmers Coached:

- Konrad Czerniak - 3rd Place 2013 World Championships in 100 fly (51.45)
3rd Place 2015 World Championships 50 fly (23.08)
European Champion 2014 in 100 fly (51.38)
2nd Place 2014 European Championships in 50 free (21.88)
2nd Place 2016 European Championships in 100 fly (51.22)
- Judith Ignacio - 2nd Place 2014 European Championships in 200 fly (2.06.66)
- Melanie Costa - 6th Place 2015 World Championships in 400 free (4.06.75)
- Marc Sanchez - Spanish Records in 800 free SCM (7.37.51), 1500 free SCM(14.30.79)
- Miguel Duran - Spanish Record in 200 free (1.48.18) and 400 free (3.48.96)
- Markel Alberdi - Spanish Record in 100 free (49.18)
- Mercedes Peris - 5th Place at 2013 World Championships in 50 back (27.71) - Spanish Record
- 4x200 free relay - 9th Place World Championships 2015 (7.11.39) - Spanish Record

- **2017 - 2018: Club Natacio Sabadell** (Technical Director and Head Coach)

Swimmers Coached:

- Marina Garcia - Finalist 2017 Short Course European Championships in 200 breast
2nd Place 2018 Spanish Championships in 200 breast (2.25.10)
- 3rd Place 2018 Spanish Junior Championships Men´s Team



Education

University of California, Berkeley. Developmental Studies (1996-2001)

Entrenador Superior de Natacion por RFEN (Highest Coaching Degree in Swimming) (2012)

Personal

Wife: Ana Palomo, Children: Martin (11), Lukas (10), Julia (2)

Flag barrier for Poland at the 2004 Olympics

4 time Olympian (2 times 5th place in 2000 in 50 free and 100 back)

2 time European Champion (2002, 2004) in 50 free

3rd Place at 2005 World Championships in 50 free

NCAA Champion 1999 in 100 free

Team Captain of the swim team at U. of California, Berkeley (1998-2000)

Recipient of the Fair Play Award from the Polish Olympic Committee

Languages: Polish, English, Spanish



**REGULAMENTO DE
COMPETIÇÕES NACIONAIS**

2018/ 2019



ÍNDICE

DISPOSIÇÕES GERAIS	3
1. INTRODUÇÃO	3
2. QUADRO COMPETITIVO	3
3. CONSIDERAÇÕES GERAIS.....	3
4. INSCRIÇÕES	4
4.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO.....	4
4.2. PAGAMENTO	5
4.3. DATA LIMITE	5
5. CATEGORIAS	5
6. RECLAMAÇÕES / PROTESTOS	6
7. COMPETIÇÕES EM PISCINA	7
1. CLASSIFICAÇÕES	7
8. COMPETIÇÕES EM MAR, RIO ou ALBUFEIRAS	7
8.1. ÂMBITO.....	7
8.2. CALENDÁRIO.....	7
8.3. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO.....	8
8.4. DISPOSIÇÕES GERAIS.....	8
9. REGULAMENTOS ESPECIFICOS DAS COMPETIÇÕES	10
CAMPEONATO NACIONAL DE LONGA DISTÂNCIA	10
OPEN DE PORTUGAL e CAMPEONATO NACIONAL DE 10KM, 7,5KM, 5KM E 1,5KM MASTER – Primavera	13
OPEN DE PORTUGAL E CAMPEONATO NACIONAL DE 5KM E 3KM MASTERS - VERÃO	17

DISPOSI OES GERAIS

1. INTRODU O

O presente documento regulamenta todas as competi es de âmbito nacional, na disciplina de  guas Abertas.

2. QUADRO COMPETITIVO

No quadro abaixo, encontram-se discriminadas todas as competi es nacionais da época 2018/2019:

DATA	COMPETI�O	DISTÂNCIAS	LOCAL	ESCALOES
24 de fevereiro 2019	CN Longa Distância	3km, 5km	Porto - Campanhã	AA15 (Masculino); AA14/15 (Feminino); AA16/17; AA18/19; AA20+
18 e 19 maio 2019	CN 10Km	10Km	Portimão	AA20+
	CN 10Km	10Km		AA18/19
	CN 7,5Km	7,5Km		AA16/17
	5Km	5Km		ABS
	5Km	5Km		AA14/15 (feminino) AA15 (masculino)
	CN 1,5Km	1,5Km		Masters
29 de junho 2019	CN Verão 5Km	5Km 4 x 1250m	ARNN	AA14 (Masculino); AA14/15 (Feminino); AA16/17; AA18/19; AA20+
29 de junho 2019	CN Masters	3Km	ARNN	Masters

3. CONSIDERA OES GERAIS

Podem participar em todos os campeonatos os nadadores filiados na Federa o Portuguesa de Nata o, na disciplina de  guas Abertas, para a presente época.

A participa o fica condicionada ao pagamento de uma taxa de inscri o, de acordo com o regulamento de cada uma das competi es.

As informa es técnicas relacionadas com as provas de  guas Abertas, poderão ser ajustadas em data posterior, mais próxima da competi o, atendendo   especificidade da disciplina.

É vedada a participação nesta competição a praticantes com idade inferior a 14 anos (Feminino) e 15 (Masculino).

4. INSCRIÇÕES

4.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO

As inscrições em todas as competições nacionais, serão efetuadas através do ficheiro-convite específico para cada competição na área de documentos do site da FPN e no seguinte *link*:

<https://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=CURRENT&nationId=0&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 Splash Software Ltd, e enviadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt.

Poderão também ser efetuadas na plataforma de inscrições online <https://www.swimrankings.net/manager/> (para mais esclarecimentos deverá ser contactada a FPN)

O ficheiro-convite deverá vir devidamente identificado com a sigla do clube e da competição a disputar.

(ex: *Sigla do Clube - Nome da Competição.lxf*)

Do processo de inscrição terá de constar:

- Dos Nadadores: Nome, ano de nascimento, género, número de licença, provas e respetivos tempos de inscrição;
- Dos outros agentes: Nome(s) do(s) Treinador(es) e do(s) Delegado(s) com o(s) respetivo(s) nº(s) de Licença. Estas nomeações deverão ser anexadas aquando do envio dos originais das inscrições. De acordo com o Regulamento Geral da FPN, a participação em qualquer competição, na qualidade de técnico, só é permitida a elementos devidamente filiados na FPN e graduados de acordo com as normas estabelecidas no Regulamento de Formação da FPN.

Se um clube apresentar um Delegado diferente do(s) apresentado(s) no ato de inscrição, o mesmo deverá estar filiado na FPN e apresentar-se com uma credencial devidamente autenticada.

4.2. PAGAMENTO

Todas as inscrições ficarão condicionadas à receção do respetivo pagamento, e **comprovativo do mesmo**, que poderá ser efetuado por transferência bancária para o IBAN PT50.0018.0003.13330170020.88, ou ainda por depósito em conta nº 0003.13330170020 do Banco Santander. **As inscrições serão definitivamente anuladas, se o pagamento não for efetuado até à divulgação da lista final de participantes, excetuando inscrições de valor inferior a 5 Euros.**

Nota: Como forma de evitar situações de anulação de inscrições solicita-se aos clubes o envio do comprovativo de pagamento em simultâneo com as inscrições para a competição.

Os nadadores integrados no Regime de Alto Rendimento, em Nataçã Pura, estão dispensados do cumprimento do TAC nas provas que pretendam inscrever-se, considerando o seu estatuto privilegiado e o carácter obrigatório da sua presença em Campeonatos Nacionais, salvo condições excecionais admitidas pela direçã da FPN.

4.3. DATA LIMITE

As datas limite para as inscrições em cada uma das competições sã as constantes do respetivo regulamento específico.

Serã ainda aceites todas as inscrições rececionadas nos serviços da FPN até às 24:00 do 3º dia posterior ao final do prazo limite estipulado no regulamento específico de cada um deles, acompanhado do comprovativo de pagamento de uma penalizaçã no valor de **300,00 euros**, no caso de ser a totalidade dos atletas do clube em falta e de **50,00 euros** no caso de inscriçã adicional individual das provas a nadar. Este prazo é contado em dias corridos, porém se terminar em dia nã útil transfere-se para o dia útil seguinte. **Quando nã respeitados, implicam a sua nã-aceitaçã.** **Em caso de dúbida ou dificuldade técnica para a sua receçã, deverão os interessados confirmar e registar a ocorrênci junto dos serviços da FPN, impreterivelmente, até às 18:00 do próprio dia.** Após essa data e hora, sem justificaçã prévia nã serã aceites mais inscrições sob qualquer pretexto.

5. CATEGORIAS

Para a presente época, as idades correspondentes a cada uma das categorias sã as seguintes:

CATEGORIAS	MASCULINOS	FEMININOS
AA15 Masculino / AA14/15 Feminino	2004	2004-2005
AA16/17	2002-2003	2002-2003
AA18/19	2000-2001	2000-2001
AA20+	1999 e + Velhos	1999 e + Velhas

6. RECLAMAÇÕES / PROTESTOS

Em todas as competições nacionais as reclamações ou protestos serão aceites pela organização até 30 minutos após a publicação dos resultados de cada prova.

Terão que ser submetidos por escrito, em impresso próprio, pelo delegado do clube ou pelo nadador individual respeitando o seguinte procedimento:

- a) Reclamação junto do Juiz Árbitro
A aceitação do protesto implica a obrigação de o acompanhar com 20€ de caução, reembolsável no caso do mesmo acolher decisão favorável.
- b) Da decisão do Juiz Árbitro poderá haver recurso para o Júri de Apelo.
A aceitação do protesto implica a obrigação de o acompanhar com 100€ de caução, reembolsável no caso do mesmo acolher decisão favorável.
- c) O Júri de Apelo reunirá de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso, de acordo com o previsto na *GR 9.3.2* do regulamento FINA.
- d) Se a causa da reclamação ou protesto for baseada em fatos anteriores à competição, a reclamação ou o protesto tem que ser entregue antes do início da competição.
- e) Protestos relativos a questões de direito deverão ser formalizados de acordo com o previsto no artigo 160º do Regulamento Geral da FPN.

O Júri de Apelo será constituído por:

- a) Membro da Direção da FPN ou Delegado da FPN à prova.
- b) Responsável técnico da FPN à prova.
- c) Delegado do Conselho Nacional de Arbitragem
(não integrante da equipa de arbitragem do evento)

7. COMPETIÇÕES EM PISCINA

1. CLASSIFICAÇÕES

Haverá classificações separadas por prova, categoria e género, ficando apurados para a fase final com base no tempo dos 1500L (800L para as nadadoras AA14/15 do género feminino):

3000m AA14/15 Femininos:	9 Melhores marcas da fase regional
3000m AA15 Masculinos:	7 Melhores marcas da fase regional
5000m AA16/17 Femininos:	7 Melhores marcas da fase regional
5000m AA16/17 anos Masculinos:	7 Melhores marcas da fase regional
5000m AA18/19 anos Femininos:	5 Melhores marcas da fase regional
5000m AA18/19 anos Masculinos:	5 Melhores marcas da fase regional
5000m AA20+ Femininos:	4 Melhores marcas da fase regional
5000m AA20+ Masculinos:	4 Melhores marcas da fase regional

Os tempos serão válidos desde o dia 01 de Janeiro de 2018 até ao dia 01 de Janeiro de 2019. A lista de ordenação para esta prova será divulgada a 25 de Janeiro de 2019.

8. COMPETIÇÕES EM MAR, RIO ou ALBUFEIRAS

8.1. ÂMBITO

O presente regulamento aplica-se às provas individuais de 1500m, 3000m, 5000m, 7500m, 10000m, organizadas pela FPN ou, por delegação desta, por uma das Associações territoriais ou Clube filiado, com o propósito de apurar os Campeões Nacionais de Águas Abertas.

8.2. CALENDÁRIO

PROVA	DATA	EVENTO	CATEGORIAS	LOCAL
10Km 10Km	18 e 19 de maio 2019	CN 10Km CN 10Km	AA20+ AA18/19	Portimão
7,5Km	18 e 19 de maio 2019	CN 7,5Km	AA16/17	Portimão
5Km	18 e 19 de maio 2019	CN 5Km	AA14/15 Fem. AA15 Masc.	Portimão
5Km	18 e 19 de maio 2019	5Km	ABS.	Portimão
1,5Km	18 e 19 de maio 2019	CN 1,5Km	MASTERS	Portimão
5Km 4 x 1250m	29 de junho 2019	CN Verão 5Km IND	Categorias e ABS.	ARNN
3Km	29 de junho 2019	CN 3Km	MASTERS	ARNN

8.3. CONDI OES DE PARTICIPA O

Ao inscrever-se em qualquer uma das provas deste evento, o participante, o clube, e/ou responsável legal ou tutor de participante menor de idade, aceita que:

- 8.3.1. Se preparou adequadamente e que possui a robustez física necessária   conclusão da prova, participando por sua conta e risco neste evento.
- 8.3.2. Na eventualidade de não cumprir o tempo limite estabelecido para a prova, a equipa de arbitragem poderá recolhe-lo da  gua.
- 8.3.3. A organiza o poderá cancelar o evento por motivos de segurança, como tempestades, m s condi oes do mar, ou outras situa oes que manifestamente possam colocar em perigo a integridade física dos participantes, não havendo lugar   restitui o da taxa de inscri o.
- 8.3.4. Poderá ser fotografado e filmado durante o evento, podendo essas imagens ser divulgadas publicamente ou utilizadas pela Federa o Portuguesa de Nata o para fins promocionais.
- 8.3.5.   conhecedor do Regulamento da Competi o e dos Regulamentos da FPN que regem as provas de  guas Abertas.

Assumindo a responsabilidade pela sua participa o no evento.

8.4. DISPOSI OES GERAIS

- 8.4.1. A segurança e apoio ao longo da prova são da responsabilidade da Organiza o e assegurada por diversas embarca oes, de acordo com o estipulado no Regulamento Geral da Federa o Portuguesa de Nata o.
- 8.4.2. Para além dos barcos de apoio referidos no ponto anterior a Organiza o colocar  ao serviço dos participantes os seguintes meios: 1 (uma) ambulância; 1 (um) médico; 1 (um) barco de apoio equipado com serviço de primeiros socorros e paramédicos.
- 8.4.3. A organiza o não se responsabilizará por acidentes ou danos que os participantes sofram ou venham a sofrer no decorrer da prova. De igual modo, a organiza o não se responsabilizará por danos ou acidentes que os participantes venham a causar no decorrer da prova, decorrentes de má conduta desportiva ou desrespeito pelas regras em vigor.

- 8.4.4. A organização reserva-se o direito de impedir a participação na prova ou de recolher, durante o percurso, todos os indivíduos que não apresentem condições técnicas e físicas para terminar a prova em segurança.
- 8.4.5. Os nadadores serão marcados com o respetivo número nas costas, ombros e mãos, de acordo com o Regulamento da FINA.
- 8.4.6. É possível o uso de fato isotérmico mediante a temperatura da água, mas não de quaisquer meios auxiliares de propulsão, flutuação ou respiração.
- 8.4.6.1. **Para as provas com a temperatura da água igual a 20°C ou superior não são permitidos fatos isotérmicos. Os fatos em material têxtil não podem ir além dos ombros, pescoço e tornozelos, respeitando em todos os outros requisitos as especificações dos fatos para a piscina.**
- Para provas com temperatura igual a 18°C ou superior, e abaixo dos 20°C, o fato isotérmico é opcional.**
- É obrigatório quando a água se encontra a menos de 18°C, não inclusive.**
- A propósito destas regras, os fatos isotérmicos são fatos que produzam isolamento térmico. Os fatos isotérmicos, tanto para homem e mulher, têm de cobrir o Tronco, Costas, Ombros e Joelhos. Mas não se podem estender para além do pescoço, dos tornozelos e pulsos.**
- Estas regras também são aplicadas aos nadadores da categoria de Masters.**
- (FINA By Laws, valid as of 29.08.2016; BL 8 SWIMWEAR -BL 8.4; BL 8.5; BL 8.6)
- 8.4.7. Uma hora antes do início da competição será realizada uma medição da temperatura da água no meio do percurso a 40 cm de profundidade. Esta medição será supervisionada por uma comissão constituída por um árbitro, um membro da comissão organizadora e por um treinador que se voluntarie para o efeito durante a acreditação.
- 8.4.8. É obrigatória a apresentação do Bilhete de Identidade e a licença federativa, caso a organização o exija.

9. REGULAMENTOS ESPECÍFICOS DAS COMPETI OES

CAMPEONATO NACIONAL DE LONGA DISTÂNCIA

1. LOCAL

Porto - Campanhã

2. DATA

24 fevereiro de 2019

3. HORÁRIO

14h30

4. PARTICIPA O

Têm direito a participar os nadadores filiados na Federa o Portuguesa de Nata o, na disciplina de  guas Abertas, que se tenham qualificado através do tempo realizado aos 1500L, em piscina de 50 ou convertido de piscina de 25. Para as nadadoras juvenis do género feminino contará a prova de 800L.

A Federa o Portuguesa de Nata o, emitirá um comunicado com o nome dos nadadores apurados para cada prova, bem como dos suplentes   mesma no dia 25-01-2019.

A participa o dos nadadores está condicionada ao pagamento duma taxa de inscri o.

5. INSCRI OES

Os nadadores apurados para a fase final, devem confirmar a sua presença até às 18.00 horas do dia 06 de Fevereiro de 2019, com a inscri o, por correio eletr nico para inscri oes@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar as inscri oes através da plataforma de inscri oes online em www.swimrankings.net/manager/

Após essa data, proceder-se-    chamada dos nadadores suplentes, de modo a preencher todos os lugares da prova.

A falta à prova, depois de confirmada a presença, implicará o pagamento duma multa de 100€, com exceção de motivos de força maior devidamente comprovados.

5.1. PAGAMENTO

Todas as inscrições ficarão condicionadas à receção do pagamento. O pagamento poderá ser efetuado por transferência bancária para o NIB 0018.0003.13330170020.88 ou IBAN PT50.0018.0003.13330170020.88, ou ainda por depósito em conta nº0003.13330170020 do Banco Santander.

Nota: Como forma de evitar situações de anulação de inscrições solicita-se aos clubes o envio do comprovativo de pagamento em simultâneo com as inscrições para a competição.

6. AGRUPAMENTO POR SÉRIES

Em cada prova, os nadadores serão agrupados nas finais de acordo com os tempos da fase de qualificação, independentemente da sua categoria.

O ordenamento dos atletas nas séries será efetuado da seguinte forma:

Para as séries lentas e mistas:

TEMPO DE INSCRIÇÃO	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º	13º	14º	15º	16º
PISTA	4ª	5ª	3A	6ª	2A	7A	1A	8A	4B	5B	3B	6B	2B	7B	1B	8B

Para as séries rápidas:

TEMPO DE INSCRIÇÃO	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º
PISTA	4	5	3	6	2	7	1	8

7. CLASSIFICAÇÕES/PRÉMIOS

Serão atribuídos os seguintes títulos de Campeão Nacional:

-14 e 15 Anos Feminino (AA14/15)

-15 Anos Masculino (AA15)

- 16 e 17 anos ambos os géneros (AA16/17)
- 18 e 19 anos ambos os géneros (AA18/19)
- 20 e mais velhos ambos os géneros (AA20+)

Serão entregues medalhas aos três primeiros classificados de cada uma das categorias acima mencionadas.

Serão ainda entregues troféus às três equipas mais pontuadas, segundo o seguinte sistema:

LUGAR	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º
PONTOS	9	7	6	5	4	3	2	1

Os pontos são contabilizados segundo as classificações obtidas por categoria e género.

8. DIVERSOS

Os casos omissos, serão resolvidos por uma comissão composta pelo Juiz Árbitro, Delegado da FPN à prova e Diretor Técnico Nacional das Águas Abertas.

9. PROGRAMA DE PROVAS

DIA 24 FEVEREIRO 2019 (1 SESSÃO) – 09.00 HORAS			
Prova 1	3000m	Masculinos/Femininos	AA14/15 Fem. e AA15 Masc.
Prova 2	5000m	Masculinos/Femininos	16 e + velhos (s.l.)
Prova 3	5000m	Femininos	16 e + velhos (s.r)
Prova 4	5000m	Masculinos	16 e + velhos (s.r)

Nota – Nas provas 1 e 2 (3000m e 5000m série lenta) a competição decorrerá em sistema misto com dois (2) nadadores por pista.

Nas provas 3 e 4 os nadadores serão agrupados por séries de acordo com os tempos de inscrição, independentemente da sua categoria (1 por pista).

OPEN DE PORTUGAL e CAMPEONATO NACIONAL DE 10KM, 7,5KM, 5KM E 1,5KM MASTER – Primavera

1. LOCAL

Portimão

2. DATA

18 e 19 de maio de 2019

3. HORÁRIOS

PROVAS	ESCALÃO	HORÁRIOS
SÁBADO 18 DE MAIO 2019		
10Km	1998 e + Velhos (AA20+)	15h00
10Km	1999 / 2000 (AA18/19)	15h00
7,5Km	2001 / 2002 (AA16/17)	15h00
DOMINGO 19 DE MAIO 2019		
1,5Km	Masters	12h00
5Km	Absoluto	13h30
5Km	2003 / 2004 (fem.) [(AA15 masc.; AA14/15 fem.)]	13h30

PROVA DE 10Km (Seniores)

Horário do secretariado: 13h00 – 14:15

Briefing: 14h30

Prova: 15h00

PROVA DE 7,5Km

Horário do secretariado: 13h00 – 14:15

Briefing: 14h30

Prova: 15h00

PROVA DE 5Km

Horário do secretariado: 11h30 – 12h45

Briefing: 13h

Prova: 13h30

PROVA DE 1,5Km (Masters)

Horário do secretariado: 10h00 – 11h15

Briefing: 11h30

Prova: 12h00

4. PARTICIPAÇÃO

Têm direito a participar nadadores masculinos e femininos possuidores de licença FPN de Águas Abertas das categorias acima mencionadas ou Master de Águas Abertas, nascidos em 1994 e antes. No sentido de agilizar a participação de cada nadador, apresentamos a tabela com a correspondência de ano de nascimento – Idade – Prova

2005	2004	2003	2002	2001	2000	1999 E + VELHOS
14 (fem.)	15	16	17	18	19	20 e + velhos
5km		7,5km		10km		10km
5km Absolutos						

Na prova de 10Km (seniores) apenas poderão participar praticantes que para além disso cumpram um dos seguintes requisitos:

- Tenham participado no CNLD numa das duas últimas épocas
- Tenham nadado na presente época as provas de 800m Livres (femininos) ou 1500m Livres (masculinos)

Nas provas de 10Km e 7,5Km correspondentes às categorias Sénior e Júnior irão realizar-se em sistema misto com as distâncias estabelecidas para cada uma das categorias (a definir após a avaliação das condições do local de competição).

5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser remetidas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt (cópia digitalizada e assinada).

A data limite para receção das mesmas termina no **dia 8 de maio de 2019.**

Serão ainda aceites todas as inscrições rececionadas nos serviços da FPN até às 24:00 do 3º dia posterior ao final do prazo limite estipulado no regulamento específico de cada um deles, acompanhado do comprovativo de pagamento de uma penalização no valor de **300,00 euros**, no caso de ser a totalidade dos atletas do clube em falta e de **50,00 euros** no caso de inscrição adicional ou correção individual das provas a nadar. Este prazo é contado em dias corridos, porém se terminar em dia não útil transfere-se para o dia útil seguinte, quando não respeitados, implicam a sua não aceitação. **Em caso de dúvida ou dificuldade técnica para a sua receção, deverão os interessados confirmar e registar a ocorrência junto dos serviços da FPN, impreterivelmente, até às 18:00 do próprio dia. Após essa data e hora, sem justificação prévia não serão aceites mais inscrições sob qualquer pretexto.**

6. CLASSIFICAÇÕES

A classificação nas provas será da seguinte forma:

10km: -AA18/19 anos (masculino e feminino)

- AA20+ (masculino e feminino)
- Absoluto (masculino e feminino)
- Open Absoluto

7,5km: -AA16/17 anos (masculino e feminino) Nacional.

5km: -AA14/15 Anos Feminino

- AA15 Anos Masculino
- Absoluto (masculino e feminino)
- Open de Portugal Absoluto

1,5km Masters: Escalão e género em regime Open.

Para efeitos de classificação, o Tempo Limite termina 30 minutos após a chegada do 1º nadador de cada género e escalão.

7. PRÉMIOS

Será atribuída medalha aos 3 primeiros classificados de cada prova absoluta em regime Open de Portugal.

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados das categorias (de cada género):

10km: - AA18/19

- AA20+

- Absoluto

7,5km: - AA16/17

5km: - AA14/15 Feminino

- AA15 Masculino

- Absoluto

1,5km Masters: Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão e género em regime Open. Será atribuída uma medalha ao campeão nacional de cada escalão e género.

8. ABASTECIMENTOS (prova de 10Km e 7,5Km)

Será delimitada uma zona para abastecimento dos atletas no decorrer da prova, devendo as respetivas varas cumprir com o definido no regulamento da FINA.

Cada Treinador poderá abastecer apenas dois (2) nadadores, independentemente do género.

Ambos os pontos referidos anteriormente terão a vistoria da equipa de arbitragem.

9. ARBITRAGEM

A arbitragem estará a cargo do Conselho Nacional de Arbitragem.

OPEN DE PORTUGAL E CAMPEONATO NACIONAL DE 5KM E 3KM MASTERS - VERÃO

1. LOCAL

ARNN

2. DATA

29 de junho de 2019

3. HORÁRIOS E PERCURSOS

PROVA DE 5Km

Horário do secretariado: A definir.

Briefing: A definir.

Prova: A definir.

PROVA DE 3Km MASTERS

Horário do secretariado: A definir.

Briefing: A definir.

Prova: A definir.

Prova de 4 x 1250m

Horário do secretariado: A definir.

Briefing: A definir.

Prova: A definir.

Nota: As regras específicas desta prova serão publicadas no decorrer da época.

A FPN emitirá, em data mais próxima da competição, informação relativa aos horários de cada uma das provas e respetivos percursos.

4. PARTICIPAÇÃO

Têm direito a participar nadadores masculinos e femininos possuidores de licença FPN de Águas Abertas, das categorias Juvenil, Júnior, Sénior e Master de Águas Abertas, nascidos em 1994 e antes. Os nadadores não nacionais, com filiação de Águas Abertas na FPN, poderão participar extracompetição, de acordo com o artigo 30º do Regulamento Geral em vigor.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser remetidas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt (cópia digitalizada e assinada).

A data limite para receção das mesmas termina no dia 19 de junho **de 2019**.

Serão ainda aceites todas as inscrições rececionadas nos serviços da FPN até às 24:00 do 3º dia posterior ao final do prazo limite estipulado no regulamento específico de cada um deles, acompanhado do comprovativo de pagamento de uma penalização no valor de **300,00 euros**, no caso de ser a totalidade dos atletas do clube em falta e de **50,00 euros** no caso de inscrição adicional ou correção individual das provas a nadar. Este prazo é contado em dias corridos, porém se terminar em dia não útil transfere-se para o dia útil seguinte, quando não respeitados, implicam a sua não-aceitação. Em caso de dúvida ou dificuldade técnica para a sua receção, deverão os interessados confirmar e registar a ocorrência junto dos serviços da FPN, **impreterivelmente, até às 18:00 do próprio dia.** Após essa data e hora, sem justificação prévia não serão aceites mais inscrições sob qualquer pretexto.

6. CLASSIFICAÇÕES

A classificação na prova de 5000m far-se-á:

- AA14/15 Feminino
- AA15 Masculino
- AA16/17 (Masculino e Feminino)
- AA18/19 (Masculino e Feminino)
- AA20+ (Masculino e Feminino)
- Open Absoluto (Masculino e Feminino)

A classificação na prova de 3000m Masters far-se-á por género em Absolutos e por Escalão em Regime Open.

Para efeitos de classificação, o Tempo Limite termina 30 minutos após a chegada do 1º nadador de cada género e categoria.

7. PRÉMIOS

Nos 5Km serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada categoria e género, bem como absoluto de cada género.

Atribuído prémio aos 3 primeiros de cada género no regime absoluto Open.

Nos 3Km serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão e género em regime Open. Será atribuída uma medalha ao campeão nacional de cada escalão e género.

8. ARBITRAGEM

A arbitragem estará a cargo do Conselho Nacional de Arbitragem.



**REGULAMENTO DE
COMPETIÇÕES NACIONAIS**

2018/2019



ÍNDICE

DISPOSIÇÕES GERAIS	4
1. INTRODUÇÃO.....	4
2. QUADRO COMPETITIVO	4
3. PARTICIPAÇÃO.....	4
4. INSCRIÇÕES	5
4.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO	5
4.2. PAGAMENTO.....	6
4.3. TEMPO DE INSCRIÇÃO	6
4.4. DATAS LIMITE	7
5. LISTA DE PARTICIPANTES.....	7
6. GRUPOS DE IDADE	8
7. PROGRAMAS E RESULTADOS	8
8. HORÁRIOS DOS CAMPEONATOS.....	9
9. RECLAMAÇÕES / PROTESTOS	9
10. CASOS OMISSOS	9
COMPETIÇÕES	10
TAÇA MASTER.....	10
1. INTRODUÇÃO.....	10
2. COMPETIÇÕES	10
3. PONTUAÇÕES.....	10
4. PRÉMIOS	11
CIRCUITO ESPECIALISTA MASTER.....	12
1. PROVAS ELEGÍVEIS PARA O CEM	12
2. PARTICIPAÇÃO.....	12
3. INSCRIÇÕES	12
4. FORMATO.....	13
5. PRÉMIOS	13
OPEN INTERNACIONAL DE MASTERS DE INVERNO	14
Campeonato Nacional de Masters de Inverno	14
1. LOCAL	14
2. DATA.....	14
3. HORÁRIO DAS JORNADAS.....	14
4. PARTICIPAÇÃO.....	14
5. INSCRIÇÕES	15
6. ESTAFETAS	15



7. AGRUPAMENTO POR SÉRIES.....	15
8. CLASSIFICAÇÃO E PRÉMIOS.....	16
9. DIVERSOS	17
TORNEIO DE FUNDO.....	18
1. LOCAL	18
2. DATA.....	18
3. FORMATO DO TORNEIO	18
4. HORÁRIOS DAS JORNADAS	18
5. PARTICIPAÇÃO.....	18
6. INSCRIÇÕES	18
7. AGRUPAMENTO POR SÉRIES.....	18
8. CLASSIFICAÇÃO E PRÉMIOS.....	19
9. DIVERSOS	19
OW OPEN 1.5K	Campeonato
Nacional de Águas Abertas 1.5km.....	20
1. LOCAL	20
2. DATA.....	20
3. HORÁRIOS (a confirmar).....	20
4. PARTICIPAÇÃO.....	20
5. INSCRIÇÕES	20
6. TAXA DE INSCRIÇÃO	20
7. CLASSIFICAÇÕES	20
8. PRÉMIOS	20
9. ARBITRAGEM.....	20
OW OPEN 3.0k	
Campeonato Nacional de Águas Abertas 3.0Km.....	21
1. LOCAL	21
2. DATA.....	21
3. HORÁRIOS E PERCURSOS.....	21
4. PARTICIPAÇÃO.....	21
5. INSCRIÇÕES	21
6. CLASSIFICAÇÕES	21
7. PRÉMIOS	21
8. ARBITRAGEM.....	21
OPEN INTERNACIONAL MASTER DE VERÃO	XX
Campeonato Nacional Master de Verão	22
1. LOCAL	22
2. DATA.....	22
3. HORÁRIOS DAS JORNADAS	22



4. PARTICIPAÇÃO.....	22
5. INSCRIÇÕES	23
6. ESTAFETAS	23
7. AGRUPAMENTO POR SÉRIES.....	24
8. CLASSIFICAÇÕES	24
8.1. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL.....	24
8.2. CLASSIFICAÇÃO COLETIVA.....	24
9. PRÉMIOS	25
10. DIVERSOS	25

DISPOSIÇÕES GERAIS

1. INTRODUÇÃO

O presente documento irá regulamentar todas as competições Masters de âmbito nacional a ter lugar na época de 2018/19.

2. QUADRO COMPETITIVO

Passamos a apresentar o quadro com o calendário de todas as competições Masters organizadas pela FPN para a presente época.

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAIS	DATA LIMITE INSCRIÇÕES
Taça master	-	-	-
Circuito especialista	-	Vários	janeiro 2019
2º Meeting Internacional Luso Andaluz	novembro 2018	Caldas da Rainha	novembro 2018
Open de inverno	18 a 20 janeiro 2019	Mealhada	4 janeiro 2019
Torneio de fundo (junto com o CN de Longa Distância)	23 fevereiro 2019	Povoa de Varzim	8 fevereiro 2019
Campeonato nacional de águas abertas 1.500m	18 e 19 maio 2019	Portimão	3 maio 2019
Meeting Internacional Master de Velocidade *	9 junho 2019	Manteigadas Setúbal	31 maio 2019
Campeonato nacional de águas abertas 3km	29 junho 2019	A definir	14 junho 2019
Campeonato nacional Open de verão de masters	19 a 21 julho 2019	A definir	5 julho 2019

* Regulamento e Informações da prova a apresentar pela ANL

3. PARTICIPAÇÃO

Têm direito a participar em todas as provas do calendário nacional os nadadores masculinos e femininos possuidores de licenças FPN.

Os nadadores nacionais e não nacionais inscritos na FPN, devem possuir filiação Masters Natação Pura para as competições em piscina e filiação Masters Águas Abertas para as competições de águas abertas.

Nas competições OPEN poderão participar todos os nadadores de federações filiadas na FINA. Nestas competições, os nadadores não nacionais, mesmo que filiados na FPN,



serão classificados e incluídos nas cerimónias de prémios, mas não serão contabilizados para classificações coletivas nem lhes poderá ser atribuído o título de campeão nacional. Tal condição verificar-se-á também nas provas de estafetas caso sejam compostas por um ou mais nadadores não nacionais.

Nos eventos não “OPEN”, aos nadadores não nacionais é permitida a participação nas competições, no regime de extracompetição, sendo oficializados os tempos, mas não as classificações.

A participação em todas as provas nacionais de nadadores individuais, em representação dos Clubes ou outras entidades filiadas está condicionada ao pagamento das respetivas taxas de inscrição.

De acordo com a legislação em vigor e com o Regulamento Geral FPN, só poderão participar nadadores com exame médico válido à data da competição, devidamente inserido e validado no programa fpnssystem. Em caso de incumprimento, as inscrições destes nadadores serão rejeitadas.

Nas provas de estafetas cada clube poderá apenas apresentar uma equipa por categoria/grupo de idade e género.

4. INSCRIÇÕES

4.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO

As inscrições em todas as competições nacionais, serão efetuadas através do ficheiro-convite específico para cada competição na área de documentos do site da FPN e no seguinte *link*:

<https://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=CURRENT&nationId=0&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 Splash Software Ltd, e enviadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt.

Poderão também ser efetuadas na plataforma de inscrições online <https://www.swimrankings.net/manager/> (para mais esclarecimentos deverá ser contactada a FPN)

O ficheiro-convite deverá vir devidamente identificado com a sigla do clube e da competição a disputar.

(ex: *Sigla do Clube - Nome da Competição.lxf*)

Do processo de inscrição terá de constar:



- Dos Nadadores: Nome, ano de nascimento, género, número de licença, provas e respetivos tempos de inscrição;
- Dos outros agentes: Nome(s) do(s) Treinador(es) e do(s) Delegado(s) com o(s) respetivo(s) nº(s) de Licença. Estas nomeações deverão ser anexadas aquando do envio dos originais das inscrições. De acordo com o Regulamento Geral da FPN, a participação em qualquer competição, na qualidade de técnico, só é permitida a elementos devidamente filiados na FPN e graduados de acordo com as normas estabelecidas no Regulamento de Formação da FPN.

Se um clube apresentar um Delegado diferente do(s) apresentado(s) no ato de inscrição, o mesmo deverá estar filiado na FPN e apresentar-se com uma credencial devidamente autenticada.

4.2. PAGAMENTO

Todas as inscrições ficarão condicionadas à receção do respetivo pagamento, e comprovativo do mesmo, que poderá ser efetuado por transferência bancária para o IBAN PT50.0018.0003.13330170020.88, ou ainda por depósito em conta nº 0003.13330170020 do Banco Santander.

As inscrições serão definitivamente anuladas, se o pagamento não for efetuado até à divulgação da lista final de participantes, excetuando inscrições de valor inferior a 5 Euros.

Nota: Como forma de evitar situações de anulação de inscrições solicita-se aos clubes o envio do comprovativo de pagamento em simultâneo com as inscrições para a competição.

4.3. TEMPO DE INSCRIÇÃO

São obrigatórios tempos de inscrição individuais ou estafetas para todas as competições de piscina. Deverão ser seguidos os seguintes critérios:

- a. Tempos oficiais.
- b. Caso não exista tempo oficial deve ser indicado um tempo de referência que deverá refletir de forma rigorosa e atualizada a performance do nadador.

Aplica-se o mesmo princípio para as inscrições das estafetas.

O tempo de inscrição – real ou convertido – deverá corresponder à dimensão da piscina (25m ou 50m) em que se irá realizar a competição. A conversão é da responsabilidade da entidade que efetua a inscrição.

4.4. DATAS LIMITE

As datas limite para as inscrições em cada uma das competições são as constantes do quadro da pagina 3. Os prazos esgotam-se às 24h00 do dia indicado.

Serão ainda aceites todas as inscrições rececionadas nos serviços da FPN até às 24h00 do 3º dia posterior ao final do prazo limite estipulado no regulamento específico de cada competição, desde que, acompanhadas do comprovativo de pagamento de uma taxa fixa de penalização no valor de **200,00 euros**.

Adicionalmente, o valor de cada inscrição submetida ao abrigo desta condição, quer seja para provas individuais ou de estafeta, terá um valor duas vezes superior ao estipulado para a competição em apreço. Este prazo é contado em dias corridos, porém se terminar em dia não útil transfere-se para o dia útil seguinte. Quando não respeitados, implicam a sua não-aceitação.

Em caso de dúvida ou dificuldade técnica para a sua receção, deverão os interessados confirmar e registar a ocorrência junto dos serviços da FPN, impreterivelmente, até às 18:00 do próprio dia. Após essa data e hora, sem justificação prévia não serão aceites mais inscrições sob qualquer pretexto.

5. LISTA DE PARTICIPANTES

A lista de participantes em cada prova, bem como o respetivo tempo de inscrição, estará disponível na página da FPN – www.fpnatacao.pt – **3** dias antes do início da competição.

Os clubes ou nadadores individuais que detetem qualquer erro na lista de participantes, ou que desejem realizar desistências, deverão contactar, por escrito (correio eletrónico: inscricoes@fpnatacao.pt.) com a FPN.

Estas correções ou desistências deverão ser comunicadas **até 48 horas antes do início da competição.** Terminado este prazo, e após a divulgação da lista final de participantes, não serão realizadas quaisquer alterações ao programa de provas.

Não serão permitidas substituições de participantes, nem novas inscrições.

No caso das estafetas, após a inscrição, não é autorizada a mudança de escalão etário. Caso haja mais que uma inscrição por escalão, é considerada apenas uma, anulando-se as restantes.

Qualquer nova inscrição terá que respeitar o estipulado no ponto anterior.

A FPN reserva o direito de após a saída da lista final de participantes, e em caso de necessidade absoluta, poder retificar a mesma, comunicando em reunião de delegados dos clubes antes do início da competição.

6. GRUPOS DE IDADE

Em conformidade com as regras definidas pela FINA para os Masters, no ano civil de 2019 (1 de janeiro a 31 de dezembro), os nadadores serão agrupados nos seguintes grupos de idade:

Provas Individuais:

GRUPO	ESCALÃO ETÁRIO	ANOS DE NASCIMENTO	GRUPO	ESCALÃO ETÁRIO	ANO DE NASCIMENTO
Master A	25 – 29	94-90	Master H	60 – 64	59-55
Master B	30 – 34	89-85	Master I	65 – 69	54-50
Master C	35 – 39	84-80	Master J	70 – 74	49-45
Master D	40 – 44	79-75	Master K	75 – 79	44-40
Master E	45 – 49	74-70	Master L	80 – 84	39-35
Master F	50 – 54	69-65	Master M	85 – 89	34-30
Master G	55 – 59	64-60	Master N	90 – 94	29-25
			Master O	95 - 99	24-20

Provas de Estafeta:

GRUPO	ESCALÃO ETÁRIO	GRUPO	ESCALÃO ETÁRIO
1	100 – 119	5	240 – 279
2	120 – 159	6	280 – 319
3	160 – 199	7	320 – 359
4	200 – 239		

Nas competições que se venham a realizar entre os meses de outubro a dezembro de 2018 os nadadores continuarão a ser agrupados nos grupos de idade vigentes para o ano civil de 2018.

7. PROGRAMAS E RESULTADOS

Os programas e resultados de provas estarão disponíveis *online* para *download* na área de documentos do site da FPN, no seguinte *link*: (aguardamos indicação do novo link)



8. HORÁRIOS DOS CAMPEONATOS

Os horários de cada campeonato poderão, por motivos vários, sofrer alterações. A FPN informará antecipadamente todas as Associações e Clubes relativamente a horários definitivos ou qualquer alteração.

9. RECLAMAÇÕES / PROTESTOS

Em todas as competições nacionais as reclamações ou protestos serão aceites pela organização até 30 minutos após a publicação dos resultados de cada prova.

Terão que ser submetidos por escrito, em impresso próprio, pelo delegado do clube ou pelo nadador individual respeitando o seguinte procedimento:

- a) Reclamação junto do Juiz Árbitro A aceitação do protesto implica a obrigação de o acompanhar com 20€ de caução, reembolsável no caso do mesmo acolher decisão favorável.
- b) Da decisão do Juiz Árbitro poderá haver recurso para o Júri de Apelo. A aceitação do protesto implica a obrigação de o acompanhar com 100€ de caução, reembolsável no caso do mesmo acolher decisão favorável.
- c) O Júri de Apelo reunirá de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso, de acordo com o previsto na GR 9.3.2 do regulamento FINA.
- d) Se a causa da reclamação ou protesto for baseada em fatos anteriores à competição, a reclamação ou o protesto tem que ser entregue antes do início da competição.
- e) Protestos relativos a questões de direito deverão ser formalizados de acordo com o previsto no artigo 160º do Regulamento Geral da FPN.

O Júri de Apelo será constituído por:

- a) Membro da Direção da FPN ou Delegado da FPN à prova.
- b) Responsável técnico da FPN à prova.
- c) Delegado do Conselho Nacional de Arbitragem (não integrante da equipa de arbitragem do evento)

10. CASOS OMISSOS

Serão julgados pela FPN.



COMPETIÇÕES

TAÇA MASTER

1. INTRODUÇÃO

Esta competição visa premiar os clubes que demonstrem espírito de adesão às várias competições Masters sob a égide da FPN.

O sistema de pontuação valoriza não só a performance dos nadadores, mas também a capacidade de mobilização dos clubes para as seguintes competições indicadas abaixo.

2. COMPETIÇÕES

Classificam para este troféu as seguintes competições:

A	Provas Individuais do Torneio Luso Andaluz
	Provas Individuais no Open de Inverno
	Provas individuais no Torneio de Fundo
	Provas Individuais no Open de Verão
B	Provas de Estafeta no Open de Inverno
	Provas de Estafeta no Open de Verão
	Provas de Estafeta do Torneio Luso Andaluz
C	Provas de Aguas Abertas do Torneio Luso Andaluz
	Prova de Mass Event da Taça do Mundo de Setúbal
	Campeonato Nacional de Águas Abertas – 1.5km
	Campeonato Nacional de Águas Abertas – 3km

3. PONTUAÇÕES

A classificação final será absoluta, encontrada através do somatório de pontos obtidos em cada prova, por escalão e de ambos os géneros de acordo com a seguinte tabela:

A		B		C	
1º Lugar	30	1º Lugar	40	1º Lugar	40
2º Lugar	26	2º Lugar	36	2º Lugar	36
3º Lugar	22	3º Lugar	32	3º Lugar	32
4º Lugar	20	4º Lugar	30	4º Lugar	30
5º Lugar	19	5º Lugar	29	5º Lugar	29
6º Lugar	18	6º Lugar	28	6º Lugar	28
7º Lugar	17	7º Lugar	27	7º Lugar	27
8º Lugar	16	8º Lugar	26	8º Lugar	26
9º Lugar	14	9º Lugar	24	9º Lugar	24
10º Lugar	12	10º Lugar	22	10º Lugar	22
11º Lugar	11	11º Lugar	21	11º Lugar	21
12º Lugar	10	12º Lugar	20	12º Lugar	20
13º Lugar	9	13º Lugar	19	13º Lugar	19
14º Lugar	8	14º Lugar	18	14º Lugar	18
15º Lugar	7	15º Lugar	17	15º Lugar	17
16º Lugar	6	16º Lugar	16	16º Lugar	16
17º Lugar	5	17º Lugar	15	17º Lugar	15
18º Lugar	4	18º Lugar	14	18º Lugar	14
19º Lugar	3	19º Lugar	13	19º Lugar	13
20º Lugar	2	20º Lugar	12	20º Lugar	12

Igualdade Pontual

Caso se venha a verificar uma igualdade pontual entre uma ou mais equipas será atribuído o lugar cimeiro à equipa que apresentar um maior número de participantes no conjunto das competições indicadas. Se a igualdade persistir, serão contabilizados o número de 1^{os} lugares obtidos por cada equipa. Se o empate subsistir, será então contabilizado o número de 2^{os} lugares, depois o número de 3^{os} lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade pontual.

4. PRÉMIOS

Serão atribuídos prémios aos clubes classificados nos 8 primeiros lugares.

A cerimónia de entrega dos troféus decorrerá na última competição Master organizada pela FPN na presente temporada.



CIRCUITO ESPECIALISTA MASTER

1. PROVAS ELEGÍVEIS PARA O CEM

O Circuito Especialista Master visa proporcionar aos praticantes Masters a oportunidade de disputarem uma competição ao longo de toda a época e simultaneamente dinamizar as competições Masters organizadas por Associações ou Clubes.

Os nadadores poderão obter pontos em qualquer prova de Masters disputada em território nacional e homologada pela FPN, desde que o respetivo regulamento permita a participação de todos os nadadores e clubes em pé de igualdade sem restrições de natureza alguma.

Serão elegíveis para pertencer ao CEM todas as provas que sejam exclusivamente Master com acesso total e sem restrições de participação de espécie alguma.

Todas as competições nacionais de piscina da FPN pontuam para o CEM.

CANDIDATURAS

- As associações ou clubes que queiram candidatar as suas Competições a pontuarem para o CEM deverão enviar para a FPN até 30 de setembro uma Candidatura por email.
- A listagem destas candidaturas será divulgada na 1ª semana de outubro.
- Todos os regulamentos das competições em questão devem ser aprovados pela FPN até 31 de dezembro do corrente ano.
- As competições cujos regulamentos não forem enviados cumprindo as regras estipuladas serão rejeitadas e retiradas da listagem final de competições CEM.
- A listagem final deverá ser publicada pela FPN antes da realização do Open de Inverno.

Serão elegíveis todas as competições que se realizem entre 01 de outubro de 2018 e 15 de julho de 2019, sendo a última competição pontuável o Open de Verão.

2. PARTICIPAÇÃO

Consideram-se automaticamente inscritos neste Circuito todos os praticantes com filiação na FPN como Master Natação Pura, que estejam devidamente filiados na FPN, desde 01/10/2018 até à data coincidente com o fim do prazo das inscrições para o Open de Inverno. Após esta data não serão consideradas mais inscrições.

3. INSCRIÇÕES

As inscrições para o **Circuito Especialista Master** são gratuitas.

4. FORMATO

O Circuito Especialista Master coloca em competição direta todos os nadadores Masters, independentemente do seu grupo etário.

Serão elaborados 6 Rankings, com base na tabela de pontos abaixo, com as seguintes designações:

Especialista em Livres

Especialista em Costas

Especialista em Bruços

Especialista em Mariposa

Especialista em Estilos

Nadador + Completo

A elaboração dos rankings será efetuada da seguinte forma:

Para os especialistas de Livres, Costas, Bruços, Mariposa e Estilos é contabilizado o somatório dos pontos obtidos em todas as provas nadadas na respetiva técnica, desde que nadadas em competições em território nacional, devidamente homologadas e de acesso livre a todos os nadadores masters.

São requisitos para a classificação os rankings:

- No ranking de Livres obter pontuação em pelo menos 4 distâncias diferentes.
- Nos restantes rankings obter uma pontuação em pelo menos 2 distâncias diferentes.

O ranking Nadador +Completo será obtido pelo o somatório das pontuações dos outros 5 rankings. Para ser elegível para esta classificação, o nadador tem obrigatoriamente que pontuar em cada um dos outros rankings o mínimo de 3 pontos.

A aplicação da tabela abaixo é feita por escalão etário.

A aplicação da tabela é feita por escalão etário.

Em caso de empate pontual entre dois ou mais nadadores utilizar-se-á, como critério de desempate, o número de 1^{os} lugares obtidos por cada um. Se o empate persistir, será contabilizado o número de 2^{os} lugares, depois o número de 3^{os} lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade pontual.

Tabela a aplicar:

Lugar	1 ^o	2 ^o	3 ^o	4 ^o	5 ^o	6 ^o	7 ^o	8 ^o
Pontos	10	8	6	5	4	3	2	1

5. PRÉMIOS

Os 3 primeiros classificados em cada Ranking receberão um troféu. Os 10 primeiros classificados em cada Ranking receberão um diploma.

OPEN INTERNACIONAL DE MASTERS DE INVERNO

Campeonato Nacional de Masters de Inverno

1. LOCAL

Piscinas Municipais da Mealhada

2. DATA

18, 19 e 20 janeiro de 2019

3. HORÁRIO DAS JORNADAS

A piscina ficará disponível para aquecimento 1h30 antes do início de cada sessão.

1ª jornada - 1ª Sessão 11h00		2ª jornada - 1ª sessão 09h30		3ª jornada - 1ª sessão 09h00	
1	400 Livres Fem	10	200 livres Fem	23	200 Livres Masc
2	400 Livres Masc	11	50 costas Masc	24	50 Costas Fem
		12	100 mariposa Fem	25	100 Mariposa Masc
		13	200 Bruços Masc	26	100 Livres Fem
		14	200 bruços Fem	27	100 Bruços Masc
		15	100 Estilos Masc	28	100 Estilos Fem
			intervalo		intervalo
		16	4x50 estilos misto	29	4x50 Livres Misto
1ª Jornada - 2ª Sessão 15h45		2ª jornada - 2ª sessão 15h45		3ª jornada - 2ª sessão 15h30	
3	200 Estilos Fem	17	200 Costas Masc	30	200 Costas Fem
4	200 Estilos Masc	18	50 livres Fem	31	50 Bruços Masc
5	100 Costas Fem	19	100 livres Masc	32	100 Bruços Fem
6	100 Costas Masc	20	50 Bruços Fem	33	50 Livres Masc
7	50 Mariposa Masc	21	200 Mariposa Masc	34	200 mariposa Fem
8	50 Mariposa Fem		Intervalo		Intervalo
	Intervalo	22	4x50 livres fem	35	4x50 Estilos Fem
9	4x50 livres masc			36	4x50 Estilos Masc

4. PARTICIPAÇÃO

A competição é disputada em formato OPEN.

Têm direito a participar todos os nadadores nascidos até 31 de dezembro de 1994, inclusive, de acordo com o ponto 3 das disposições gerais do presente regulamento.

Nadadores participantes exclusivamente na prova de estafetas têm de constar da lista onomástica geral, sob pena de não serem admitidos.



O limite máximo de provas em que cada nadador poderá ser inscrito nestes campeonatos é de 5 (cinco) provas individuais, mais as provas de estafeta.

A participação dos nadadores está condicionada ao cumprimento das condições enunciadas nas Disposições Gerais do Regulamento de Competições Nacionais de Masters.

JORNADA CONTÍNUA

Sempre que o nº de inscritos implique a eliminação do intervalo entre a sessão da manhã e a da tarde, a FPN poderá aplicar o formato de jornada contínua. Nesta situação as estafetas da sessão da manhã serão nadadas a abrir a respetiva sessão.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas de acordo com o ponto 4 das disposições gerais e até ao dia indicado na tabela da página 3.

6. ESTAFETAS

Alterações à constituição das equipas de estafetas deverão ser entregues no Secretariado da prova até **30 minutos** antes do início de cada sessão, com os nadadores pela ordem em que irão nadar. Os nadadores terão que ser corretamente identificados com o seu nome e número de licença, como surge no cartão de filiação e número de licença. Da ficha também deverá constar a soma das idades dos membros de cada equipa.

Cada Clube apenas poderá participar com uma equipa por Grupo de idade e género. Todos os nadadores de uma estafeta têm que pertencer ao mesmo Clube.

As estafetas mistas terão que ser constituídas, obrigatoriamente, por dois elementos de cada género.

7. AGRUPAMENTO POR SÉRIES

Em cada prova os nadadores serão agrupados por séries, em função dos tempos de inscrição, independentemente do Grupo de Idade a que pertençam.

Nas provas de 400m livres as séries poderão ser organizadas com dois nadadores por pista, caso do número de inscrições o justifique.

8. CLASSIFICAÇÃO E PRÉMIOS

Classificação Individual

Haverá classificações separadas por prova, grupo de idade e género.

Serão concedidos prémios ao nadador e à nadadora mais pontuados, de acordo com a tabela *DSV Master Performance em vigor*, de cada grupo etário.

Para efeitos de premiação apenas serão considerados os resultados obtidos em provas individuais.

Serão atribuídos diplomas aos Campeões Nacionais por prova, escalão e género.

Será produzida uma classificação para o Open e outra referente ao Campeonato Nacional.

Classificação Coletiva

Elaborar-se-ão as classificações coletivas (clubes) seguintes: masculinos, femininos e absoluta. Serão atribuídos troféus às 5 equipas mais pontuadas da classificação absoluta e à mais pontuada de cada género.

As classificações coletivas masculina e feminina terão por base as classificações individuais e de estafeta obtidas na competição Open, sendo a atribuição de pontos da seguinte forma:

Provas individuais

Lugar	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º
Pontos	9	7	6	5	4	3	2	1

Provas de estafeta

Lugar	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º
Pontos	18	14	12	10	8	6	4	2

Para se encontrar o vencedor absoluto, soma-se a pontuação feminina com a pontuação masculina, à pontuação obtida nas estafetas mistas.

Em caso de empate pontual entre duas ou mais equipas utilizar-se-á, como critério de desempate, o número de 1^{os} lugares obtidos por cada equipa. Se o empate persistir, será contabilizado o número de 2^{os} lugares, depois o número de 3^{os} lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade pontual.



9. DIVERSOS

Esta competição decorrerá ao abrigo do Regulamento Específico de Masters e do Regulamento Geral da FPN, bem como das regras específicas para as competições de Masters, definidas pela FINA (para mais informações consultar o *link* (www.fina.org)).

Os casos omissos serão resolvidos pela organização, de acordo com os Regulamentos acima indicados.

TORNEIO DE FUNDO

1. LOCAL

Piscinas Municipais da Povoia de Varzim

2. DATA

23 de fevereiro 2019

3. FORMATO DO TORNEIO

O torneio é constituído por uma prova de 1500m.

Todas as séries são nadadas com 2 atletas por pista.

4. HORÁRIOS DAS JORNADAS

O torneio de fundo master estará incluído na fase final do Campeonato Nacional de Longa Distância de Águas Abertas. As provas realizam-se nos seguintes horários:

1	3000m Masc AA15 e Fem AA14/15	5	1500m Master Fem
2	5000m Mas/Fem AA16/17, AA18/19 e AA20+ (2 por pista s.l.)	6	1500m Master Masc
3	5000m FEM AA16/17, AA18/19 e AA20+ (1 por pista s.r.)		
4	5000m MASC AA16/17, AA18/19 e AA20+ (1 por pista s.r.)		

5. PARTICIPAÇÃO

Têm direito a participar todos os nadadores nascidos até 31 de dezembro de 1994, inclusive, de acordo com o ponto 3 das disposições gerais do presente regulamento.

6. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas de acordo com o ponto 4 das disposições gerais e até ao dia indicado na tabela da página 3.

7. AGRUPAMENTO POR SÉRIES

Esta prova é nadada com dois nadadores por pista.

Os nadadores serão agrupados por séries, em função dos tempos de inscrição, independentemente do Grupo de Idade a que pertençam.



8. CLASSIFICAÇÃO E PRÉMIOS

Haverá classificações individuais separadas por prova, grupo de idade e género.

Serão concedidos prémios aos 5 lugares mais pontuados por género de acordo com a Tabela *DSV Master Performance em vigor*.

9. DIVERSOS

Esta competição decorrerá ao abrigo do Regulamento Específico de Masters e do Regulamento Geral da FPN, bem como das regras específicas para as competições de Masters, definidas pela FINA (para mais informações consultar o *link* www.fina.org).

Os casos omissos serão resolvidos pela organização, de acordo com os Regulamentos acima indicados.



OW OPEN 1.5K

Campeonato Nacional de Águas Abertas 1.5km

1. LOCAL

Portimão

2. DATA

18 e 19 maio 2019

3. HORÁRIOS (a confirmar)

Horário do secretariado:

Briefing:

Início da prova:

4. PARTICIPAÇÃO

A competição é disputada em formato OPEN.

Têm direito a participar todos os nadadores nascidos até 31 de dezembro de 1994, inclusive, de acordo com o ponto 3 das disposições gerais do presente regulamento.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas de acordo com o ponto 4 das disposições gerais e até ao dia indicado na tabela da página 3.

6. TAXA DE INSCRIÇÃO

Para a inscrição ser considerada válida, o valor da taxa terá que ser liquidado no ato de inscrição.

7. CLASSIFICAÇÕES

A classificação da prova far-se-á por género e grupo de idade.

Será produzida uma classificação para o Open e outra referente ao Campeonato Nacional.

8. PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada grupo de idade e género.

Será atribuído uma medalha de Campeão Nacional por grupo de idade e género.

9. ARBITRAGEM

A arbitragem estará a cargo do Conselho Nacional de Arbitragem.



OW OPEN 3.0k Campeonato Nacional de Águas Abertas 3.0Km

1. LOCAL

A definir

2. DATA

29 de junho 2019

3. HORÁRIOS E PERCURSOS

A FPN emitirá, em data mais próxima da competição, informação relativa aos horários da prova e respetivo percurso.

4. PARTICIPAÇÃO

A competição é disputada em formato OPEN.

Têm direito a participar todos os nadadores nascidos até 31 de dezembro de 1994, inclusive, de acordo com o ponto 3 das disposições gerais do presente regulamento.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas de acordo com o ponto 4 das disposições gerais e até ao dia indicado na tabela da página 3.

O processo de inscrições deverá respeitar as condições enunciadas nas Disposições Gerais do **Regulamento de Competições Nacionais de Masters**.

6. CLASSIFICAÇÕES

A classificação da prova far-se-á por género e grupo de idade.

Será produzida uma classificação para o Open e outra referente ao Campeonato Nacional.

7. PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada grupo de idade e género.

Será atribuído uma medalha de Campeão Nacional por grupo de idade e género.

8. ARBITRAGEM

A arbitragem estará a cargo do Conselho Nacional de Arbitragem.

OPEN INTERNACIONAL MASTER DE VERÃO XX Campeonato Nacional Master de Verão

1. LOCAL

A definir

2. DATA

19,20 e 21 julho de 2019.

3. HORÁRIOS DAS JORNADAS

1ª jornada – 1ª SESSÃO		2ª jornada- 1ª SESSÃO		3ª jornada - 1ª SESSÃO	
1	800 Livres Fem	13	4x100 Estilos Masc	27	4x100 Estilos Fem
2	800 Livres Masc	14	400 Livres Masc	28	50 Mariposa Masc
3	200 Bruços Fem	15	200 Costas Fem	29	400 Livres Fem
4	200 Bruços Masc	16	50 Costas Masc	30	100 Costas Masc
5	100 Costas Fem	17	50 Bruços Fem	31	50 Costas Fem
		18	200 Estilos Masc	32	200 Mariposa Masc
		19	400 Estilos Fem	33	100 Bruços Fem
		20	100 Mariposa Masc	34	50 Bruços Masc
		INTERVALO		35	200 Mariposa Fem
		21	4x50 Estilos Mistos	INTERVALO	
				36	4x100 Livres Fem
				37	4x50 Livres Masc
1ª jornada – 2ª SESSÃO		2ª jornada - 2ª SESSÃO		3ª jornada - 2ª SESSÃO	
6	4x50 Estilos Masc	22	4x50 Livres Fem	38	200 Costas Masc
7	200 Estilos Fem	23	100 Livres Masc	39	100 Livres Fem
8	400 Estilos Masc	24	50 Livres Fem	40	50 Livres Masc
9	200 Livres Fem	25	100 Bruços Masc	41	100 Mariposa Fem
10	200 Livres Masc	INTERVALO		INTERVALO	
11	50 Mariposa Fem	26	4x50 Livres Mistos	42	4x100 Livres Masc
INTERVALO					
12	4x50 Estilos Fem				

4. PARTICIPAÇÃO

A competição é disputada em formato OPEN.

Têm direito a participar todos os nadadores nascidos até 31 de dezembro de 1993, inclusive, de acordo com o ponto 3 das disposições gerais do presente regulamento.

Nadadores participantes exclusivamente na prova de estafetas têm de constar da lista onomástica geral, sob pena de não serem admitidos.



O limite máximo de provas em que cada nadador poderá ser inscrito nestes campeonatos é de 6 (seis) provas individuais, mais as provas de estafeta.

A participação dos nadadores está condicionada ao cumprimento das condições enunciadas nas Disposições Gerais do **Regulamento de Competições Nacionais de Masters**.

JORNADA CONTÍNUA

Sempre que o nº de inscritos implique a eliminação do intervalo entre a sessão da manhã e a da tarde, a FPN poderá aplicar o formato de jornada contínua.

Nesta situação as provas de estafetas serão alteradas para a seguinte ordem:

1ª jornada – Prova nº 6 (4x50E Masc) é nadada antes da 12ª (4x50E Fem)

2ª jornada – Prova nº 21 (4x50E Mistos) é nadada após a prova nº 13 (4x100E Masc)
Prova nº 22 (4x50L Fem) é nadada antes da prova nº 26 (4x50L Misto)

3ª jornada – Prova nº 36 (4x100L Fem) é nadada após a prova nº 42 (4x100L Masc)
Prova nº 37 (4x50L Masc) é nadada antes da prova nº 27 (4x100E Fem)

5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas de acordo com o ponto 4 das disposições gerais e até ao dia indicado na tabela da página 3.

6. ESTAFETAS

Alterações à constituição das equipas de estafetas deverão ser entregues no Secretariado da prova até 30 minutos antes do início de cada Sessão, com os nadadores pela ordem em que irão nadar. Os nadadores terão que ser corretamente identificados com o seu nome, como surge no cartão de filiação, e número de licença. Da ficha também deverá constar a soma das idades dos membros de cada equipa.

Cada clube apenas poderá participar com uma equipa por Grupo de Idade e género.

Todos os nadadores de uma estafeta têm que pertencer ao mesmo Clube.

A constituição das equipas de estafeta deverá respeitar o Grupo de Idade e género indicados aquando da inscrição.

As estafetas mistas terão que ser constituídas, obrigatoriamente, por dois elementos de cada género.

7. AGRUPAMENTO POR SÉRIES

Em cada prova os nadadores serão agrupados por séries, em função dos tempos de inscrição, independentemente do Grupo de Idade a que pertençam.

Caso a piscina apresente condições para tal, a organização poderá distribuir cada série por 10 pistas.

Nas provas de 400m livres, as séries poderão ser organizadas com dois nadadores por pista, caso o número de inscrições o justifique.

Nas provas de 800m livres, as séries serão organizadas com dois nadadores por pista.

8. CLASSIFICAÇÕES

8.1. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

Haverá classificações separadas por competição, prova, grupo de idade e género.

Será produzida uma classificação para o Open e outra referente ao Campeonato Nacional.

8.2. CLASSIFICAÇÃO COLETIVA

Elaborar-se-á uma classificação coletiva (clubes), separada por masculinos, femininos e absoluta.

As classificações coletivas masculina e feminina terão por base as classificações individuais e de estafeta obtidas na competição Open, sendo a atribuição de pontos da seguinte forma:

Provas individuais

Lugar	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º
Pontos	9	7	6	5	4	3	2	1

Nas provas de estafetas pontuam apenas as primeiras 8 equipas em cada grupo etário, da seguinte forma:

Provas de estafeta

Lugar	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º
Pontos	18	14	12	10	8	6	4	2



Para se encontrar o vencedor absoluto, soma-se a pontuação feminina com a pontuação masculina, à pontuação obtida nas estafetas mistas.

Em caso de empate pontual entre duas ou mais equipas utilizar-se-á, como critério de desempate, o número de 1^{os} lugares obtidos por cada equipa. Se o empate persistir, será contabilizado o número de 2^{os} lugares, depois o número de 3^{os} lugares e por aí em diante até deixar de se verificar a igualdade pontual.

9. PRÉMIOS

Serão concedidos prémios ao nadador e à nadadora mais pontuados, de acordo com a tabela *DSV Master Performance em vigor*, em cada grupo etário. Para efeitos de premiação apenas serão considerados os resultados obtidos em provas individuais.

Serão atribuídos diplomas aos Campeões Nacionais por prova, escalão e género.

Serão atribuídos troféus às 5 equipas mais pontuadas da classificação absoluta e à mais pontuada de cada género.

10. DIVERSOS

Esta competição decorrerá ao abrigo do Regulamento Específico de Masters e do Regulamento Geral da FPN, bem como das regras específicas para as competições de Masters, definidas pela FINA (para mais informações consultar o *link* (www.fina.org)).

Os casos omissos serão resolvidos pela organização, de acordo com os Regulamentos acima indicados.



**REGULAMENTO DE
COMPETIÇÕES NACIONAIS**

2018/2019



NATAÇÃO ADAPTADA

ÍNDICE

DISPOSI�ES GERAIS.....	2
1. INTRODU�O.....	2
2. QUADRO COMPETITIVO	2
3. ESCALÕES.....	2
4. PARTICIPA�O	2
5. INSCRI�ES.....	3
5.1. PROCESSO DE INSCRI�O	3
5.2. PAGAMENTO.....	3
5.3. TEMPOS DE INSCRI�O	4
5.4. CONVERSÃO DE TEMPOS.....	4
5.5. DATAS LIMITE	4
6. LISTA DE PARTICIPANTES.....	5
7. CATEGORIAS DE DEFICIÊNCIA.....	5
8. PROGRAMAS E RESULTADOS	6
9. CLASSIFICA�ES E CERIM�NIAS.....	6
10. HORÁRIOS DOS CAMPEONATOS	6
11. RECLAMA�ES/PROTESTOS.....	7
12. JÚRI DA COMPETI�O	7
13. CASOS OMISSOS	7
14. COMISSÃO TÉCNICA DE NATA�O ADAPTADA.....	7
COMPETI�ES.....	8
CAMPEONATO NACIONAL DE INVERNO DE NATA�O ADAPTADA.....	8
CAMPEONATO NACIONAL DE VERÃO DE NATA�O ADAPTADA.....	10
ANEXOS	12
TACs 2018/2019 – CNINA	13
TACs 2018/2019 – CNVNA.....	17

DISPOSIÇÕES GERAIS

1. INTRODUÇÃO

O presente documento regulamenta todas as competições de âmbito nacional a ter lugar na época de 2018/2019.

2. QUADRO COMPETITIVO

Passamos a apresentar o quadro com o calendário das competições da natação adaptada para a presente época:

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAIS	DATA LIMITE de INSCRIÇÕES
Campeonato Nacional de Inverno de Nataçã Adaptada	16 e 17 de fevereiro	Guarda	1 de fevereiro de 2019
Campeonato Nacional de Verã de Nataçã Adaptada	11 e 12 de maio	Jamor, Oeiras	26 de abril de 2019

3. ESCALÕES

Nos Campeonatos Nacionais serão considerados os seguintes escalões:

1. Esperanças – nadadores até 16 anos feitos até 31 de dezembro de 2019.
2. Seniores – nadadores com 17 anos feitos até 31 de dezembro de 2019 e mais velhos.

4. PARTICIPAÇÃO

A participação em provas nacionais é reservada a nadadores filiados na FPN como individuais ou em representação dos Clubes ou outras entidades filiadas e mediante o pagamento de uma taxa de inscrição.

De acordo com a legislação em vigor e com o Regulamento Geral FPN, só poderão participar nadadores com exame médico válido à data da competição, devidamente inserido e validado na plataforma de filiações *fpnsystem*.

Nos Campeonatos Nacionais cada clube poderá apenas apresentar nas provas de estafetas, uma equipa por escalão, categoria de deficiência e género. Nadadores participantes exclusivamente na prova de estafetas têm de constar da lista onomástica geral, sob pena de não serem admitidos.

Aos nadadores não nacionais é permitida a participação nas competições coletivas de acordo com o artigo 30º. do Regulamento Geral da FPN e nas competições individuais no regime de extracompetição, sendo oficializados os tempos, mas não as classificações. Tal condição também se verificará nas provas de estafetas caso sejam compostas por um ou mais nadadores não nacionais.

(Em caso de inscrição de um nadador como português que se venha a verificar não ter nacionalidade portuguesa, não serão oficializadas as marcas e será aplicada uma multa de 50 €).

5. INSCRIÇÕES

5.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO

As inscrições em todas as competições nacionais, serão efetuadas através do ficheiro-convite específico para cada competição na área de documentos do site da FPN e no seguinte *link*:

<https://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=CURRENT&nationId=0&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 Splash Software Ltd, e enviadas por correio eletrónico para luisa.garabito@fpnatacao.pt.

Poderão também ser efetuadas na plataforma de inscrições online <https://www.swimrankings.net/manager/> (para mais esclarecimentos deverá ser contactada a FPN)

O ficheiro-convite deverá vir devidamente identificado com a sigla do clube e da competição a disputar.

(ex: Sigla do Clube - Nome da Competição.lxf)

Do processo de inscrição terá de constar:

- Dos Nadadores: Nome, ano de nascimento, género, número de licença, categoria de deficiência, classe desportiva, provas e respetivos tempos de inscrição;
- Dos outros agentes: Nome(s) do(s) Treinador(es), do(s) Técnico(s) Auxiliar(es) Desportivo(s) e do(s) Delegado(s) com o(s)respetivo(s) nº(s) de Licença. Estas nomeações deverão ser anexadas aquando do envio dos originais das inscrições. De acordo com o Regulamento Geral da FPN, a participação em qualquer competição, na qualidade de técnico, só é permitida a elementos devidamente filiados na FPN e graduados de acordo com as normas estabelecidas no Regulamento de Formação da FPN.

Se um clube apresentar um Delegado diferente do(s) apresentado(s) no ato de inscrição, o mesmo deverá estar filiado na FPN e apresentar-se com uma credencial devidamente autenticada.

5.2. PAGAMENTO

Todas as inscrições ficarão condicionadas à receção do respetivo pagamento, e envio do **comprovativo do mesmo**, que poderá ser efetuado por transferência bancária para o NIB 001800031333017002088 ou IBAN PT50001800031333017002088, ou ainda por depósito em conta nº000313330170020 do Banco Santander.

As inscrições serão definitivamente anuladas, se o pagamento não for efetuado até à divulgação da lista final de participantes.

Nota: Como forma de evitar situações de anulação de inscrições solicita-se aos clubes o envio do comprovativo de pagamento em simultâneo com as inscrições para a competição.

5.3. TEMPOS DE INSCRIÇÃO

Só terão direito a participar, em ambos os Campeonatos Nacionais, os nadadores que tenham obtido os tempos mínimos de participação estipulados para cada uma das provas e constantes do respetivo anexo, obtidos em provas oficiais, em Portugal ou no estrangeiro até um ano antes da realização do Nacional.

Os nadadores das classes S110, S113 e S114 terão que cumprir os mínimos de participação das classes S10, S13 e S14 respetivamente.

Os nadadores integrados no Regime de Alto Rendimento estão dispensados do cumprimento do TAC nas provas que pretendam inscrever-se, considerando o seu estatuto privilegiado e o carácter obrigatório da sua presença em Campeonatos Nacionais, salvo condições excecionais admitidas pela Direção da FPN.

Para efeitos de inscrição em provas, os resultados de todos os nadadores realizados até à data de inscrição na respetiva prova terão que estar já tratados informaticamente pela respetiva Associação Regional ou Distrital. Caso contrário, o nadador poderá vir a ser inscrito com tempos que não correspondem à sua melhor marca, ou poderá mesmo ver a sua inscrição recusada, se não for encontrado nenhum tempo (TAC) realizado no período correspondente.

Excecionalmente, só os nadadores que sejam submetidos a processo de classificação desportiva durante os Campeonatos não terão que obedecer aos TACs mas terão que ter tempos de inscrição de competições já realizadas.

5.4. CONVERSÃO DE TEMPOS

Não sendo permitido conversões de tempos entre tipologias de piscina para acesso aos Campeonatos.

Os tempos obtidos em provas disputadas em jardas serão convertidos para tempos correspondentes a provas disputadas em metros, de acordo com a tabela oficial da NCAA (*National Collegiate Athletic Association*).

5.5. DATAS LIMITE

As datas limite para as inscrições em cada uma das competições são as constantes do respetivo regulamento.

Serão ainda aceites todas as inscrições rececionadas nos serviços da FPN até às 24:00 do 3º dia posterior ao final do prazo limite estipulado no regulamento específico de cada um deles, acompanhado do comprovativo de pagamento de uma penalização no valor de **300,00 euros**, no caso de ser a totalidade dos atletas do clube em falta e de **50,00 euros** no caso de inscrição adicional individual das provas a nadar.

Este prazo é contado em dias corridos, porém se terminarem dia não útil transfere-se para o dia útil seguinte, quando não respeitados, implicam a sua não aceitação. **Em caso de dúvida ou dificuldade técnica para a sua receção, deverão os interessados confirmar e registar a ocorrência junto dos serviços da FPN, impreterivelmente, até às 18:00 do próprio dia.** Após essa data e hora, **sem justificação prévia não serão aceites mais inscrições sob qualquer pretexto.**

6. LISTA DE PARTICIPANTES

A lista de participantes em cada prova, bem como o respetivo tempo de inscrição, estarão disponíveis na página da FPN – www.fpnatacao.pt – 3 dias antes do início da competição.

Os clubes ou nadadores individuais que detetem qualquer erro na lista de participantes, ou que desejem realizar desistências, deverão contactar, por escrito (fax: 214191739 ou correio eletrónico: luisa.garabito@fpnatacao.pt), com a FPN.

Estas correções ou desistências deverão ser comunicadas **até 48 horas antes do início da competição.** Terminado este prazo, não serão realizadas quaisquer alterações ao programa de provas.

Não serão permitidas substituições nem novas inscrições, após a saída da lista de participantes.

A FPN reserva o direito de após a saída da lista de participantes, e em caso de necessidade absoluta, poder retificar a mesma, comunicando em reunião de delegados dos clubes antes do início da competição.

A não comparência a uma prova de um nadador ou uma estafeta implicará o pagamento de uma multa de 100€; exceto se for apresentado um atestado médico nas 48h seguintes à hora da prova em questão que justifique a impossibilidade da sua participação na totalidade da sessão, jornada ou campeonato.

7. CATEGORIAS DE DEFICIÊNCIA

Para a época vigente, os nadadores são agrupados, em ambos os géneros, nas seguintes categorias de deficiência e classe desportiva:

CATEGORIA DE DEFICIÊNCIA	CLASSE DESPORTIVA
Deficiência Motora & Paralisia Cerebral	S1 – S10 S110
Deficiência Visual	S11 – S13 S113

CATEGORIA DE DEFICIÊNCIA	CLASSE DESPORTIVA
Deficiência Intelectual	S14 & S21 S114
Deficiência Auditiva	S15
Transplantados	S16
Autismo	S17

8. PROGRAMAS E RESULTADOS

Os programas e resultados de provas estarão disponíveis *online* para *download* na área de documentos do site da FPN, e no seguinte *link*:

<http://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&Nation=POR&SubPage=CURRENT>

9. CLASSIFICAÇÕES E CERIMÓNIAS

Para efeitos protocolares, nos Campeonatos Nacionais serão entregues medalhas aos três mais pontuados 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

Para além das medalhas referidas anteriormente, ao primeiro classificado por género, classe desportiva e escalão será atribuída a medalha de campeão nacional, que será entregue em envelope a levantar no secretariado da prova. Estes nadadores participarão num desfile protocolar a realizar no final de cada sessão.

Será, ainda, atribuída classificação coletiva, em femininos e masculinos, que somará os dois Campeonatos Nacionais sendo os vencedores anunciados no final da última sessão do Campeonato Nacional de Verão.

A classificação coletiva terá em conta os dois escalões, esperanças e seniores, onde o vencedor na prova terá 9 pontos, o segundo 7 pontos, o terceiro 6 pontos, o quarto 5 pontos, o quinto 4 pontos, o sexto 3 pontos, o sétimo 2 pontos e o oitavo 1 ponto.

Nadadores que realizarem fora do tempo limite (FTL) não serão considerados para a classificação coletiva.

10. HORÁRIOS DOS CAMPEONATOS

Os horários de cada campeonato poderão, por motivos vários, sofrer alterações. A FPN informará antecipadamente todas as Associações relativamente aos horários definitivos.

11. RECLAMAÇÕES/PROTESTOS

Em todas as competições nacionais as reclamações ou protestos serão aceites pela organização até 30 minutos após a publicação dos resultados de cada prova.

Terão que ser submetidos por escrito, em impresso próprio, pelo delegado do clube ou pelo nadador individual respeitando o seguinte procedimento:

- a) Reclamação junto do Juiz Árbitro
A aceitação do protesto implica a obrigação de o acompanhar com 20€ de caução, reembolsável no caso do mesmo acolher decisão favorável.
- b) Da decisão do Juiz Árbitro poderá haver recurso para o Júri de Apelo.
A aceitação do protesto implica a obrigação de o acompanhar com 100€ de caução, reembolsável no caso do mesmo acolher decisão favorável.
- c) O Júri de Apelo reunirá de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso, de acordo com o previsto na *GR 9.3.2* do regulamento FINA.
- d) Se a causa da reclamação ou protesto for baseada em fatos anteriores à competição, a reclamação ou o protesto tem que ser entregue antes do início da competição.
- e) Protestos relativos a questões de direito deverão ser formalizados de acordo com o previsto no artigo 160º do Regulamento Geral da FPN.

12. JÚRI DA COMPETIÇÃO

O Júri de Apelo será constituído por:

- a) Membro da Direção da FPN ou Delegado da FPN à prova.
- b) Responsável técnico da FPN à prova.
- c) Delegado do Conselho Nacional de Arbitragem (não integrante da equipa de arbitragem do evento).

13. CASOS OMISSOS

Serão julgados pela FPN.

14. COMISSÃO TÉCNICA DE NATAÇÃO ADAPTADA

Serão realizadas reuniões da Comissão Técnica de Nataação Adaptada na manhã de sábado em ambos os Nacionais. A hora e ordem de trabalhos serão enviados a todos os elementos atempadamente.

COMPETIÇÕES

CAMPEONATO NACIONAL DE INVERNO DE NATAÇÃO ADAPTADA

1. LOCAL

Piscina Municipal da Guarda (25 metros).

2. DATA

Classificação Desportiva – 15 de fevereiro.

Competição – 16 e 17 de fevereiro.

3. PROGRAMA – HORÁRIOS

16 FEVEREIRO DE 2019 – 15:30H 1ª JORNADA – 1ª SESSÃO		17 FEVEREIRO DE 2019 – 9:00H 2ª JORNADA – 1ª SESSÃO	
1	800 Livres Fem. – S14 / S15 & S21	22	100 Livres Fem. – Todas as classes
2	800 Livres Masc. – S14 / S15 & S21	23	100 Livres Masc. – Todas as classes
3	100 Bruços Fem. – SB4 a SB17 & SB21	24	200 Costas Fem. – S14 / S15 & S21
4	100 Bruços Masc. – SB4 a SB17 & SB21	25	200 Costas Masc. – S14 / S15 & SB21
5	100 Estilos Fem. – S14 & S21	26	150 Estilos Fem. – SM1 a SM4
6	100 Estilos Masc. – S14 & S21	27	150 Estilos Masc. – SM1 a SM4
7	25 Mariposa Fem. – S14 & S21	28	200 Estilos Fem. – SM5 a SM17 & SM21
8	25 Mariposa Masc. – S14 & S21	29	200 Estilos Masc. – SM5 a SM17 & SM21
9	100 Mariposa Fem. – S8 a S17 & S21	30	50 Bruços Fem. – SB1 a SB3 / SB14 a SB21
10	100 Mariposa Masc. – S8 a S17 & S21	31	50 Bruços Masc. – SB1 a SB3 / SB14 a SB21
11	50 Costas Fem. – S1 a S5 / S14 a S21	32	50 Mariposa Fem. – S1 a S7 / S14 a S21
12	50 Costas Masc. – S1 a S5 / S14 a S21	33	50 Mariposa Masc. – S1 a S7 / S14 a S21
13	200 Bruços Fem. – SB14 / SB15 & SB21	34	1500 Livres Fem. – S14 / S15 & S21
14	200 Bruços Masc. – SB14 / SB15 & SB21	35	1500 Livres Masc. – S14 / S15 & S21
15	200 Mariposa Fem. – S14 / S15 & S21	17 FEVEREIRO DE 2019 – 15:30H	
16	200 Mariposa Masc. – S14 / S15 & S21	2ª JORNADA – 2ª SESSÃO	
17	25 Bruços Fem. – SB14 & SB21	36	400 Livres Fem. – S6 a S17 & S21
18	25 Bruços Masc. – SB14 & SB21	37	400 Livres Masc. – S6 a S17 & S21
19	50 Livres Fem. – Todas as classes	38	25 Costas Fem. – S14 & S21
20	50 Livres Masc. – Todas as classes	39	25 Costas Masc. – S14 & S21
21	4x100 estilos 34 pontos / S14 & S21	40	100 Costas Fem. – S1 / S2 / S6 a S17 & S21
		41	100 Costas Masc. – S1 / S2 / S6 a S17 & S21
		42	200 Livres Fem. – S1 a S5 / S14 a S21
		43	200 Livres Masc. – S1 a S5 / S14 a S21
		44	400 Estilos Fem. – SM14 / SM15 & SM21
		45	400 Estilos Masc. – SM14 / SM15 & SM21
		46	25 Livres Fem. – S14 & S21
		47	25 Livres Masc. – S14 & S21
		48	4x100 livres 34 pontos / S14 & S21

Nota – aquecimento começa às 14h30, 8.00h e às 14.30h.

4. PARTICIPAÇÃO

Cada nadador só poderá ser inscrito, ao longo das 3 jornadas, em 6 provas individuais mais as estafetas, sendo-lhe permitido nadar um máximo de 2 provas por sessão.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser realizadas por correio eletrónico para luisa.garabito@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em www.swimrankings.net/manager/, até ao dia **1 de fevereiro de 2019**.

A indicação da constituição das equipas de estafeta – uma por clube, categoria de deficiência e género - deverá ser enviada aquando das inscrições ou entregue no Secretariado da Competição, até 30 minutos antes do início de cada sessão.

Os nadadores que forem chamados a fazerem parte da estafeta nacional não poderão fazer parte da estafeta do clube.

6. ORGANIZAÇÃO DE SÉRIES

Os nadadores serão agrupados por séries, segundo os tempos de inscrição, independentemente da classe desportiva a que pertencem. Caso haja mais do que 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas. Nas provas de 400 estilos, 800 livres e 1500 livres caso não haja número suficiente de nadadores de cada género, irá realizar-se uma série única mista.

7. TEMPOS LIMITE

Nos 800 e 1500 metros livres existirão tempos limites para realizar a prova. Cada nadador que alcançar um tempo fora deste terá que pagar uma multa de 20€.

	MASCULINOS	FEMININOS
800 livres S14	13.44,52	15.57,27
800 livres S15	10:04,80	13:21,36
800 livres S21	13:54,67	18:29,63
1500 livres S14	26:02,06	30:12,32
1500 livres S15	22:15,26	22:16,56
1500 livres S21	28:46,56	34:30,79

CAMPEONATO NACIONAL DE VERÃO DE NATAÇÃO ADAPTADA

1. LOCAL

Complexo de Piscinas Olímpicas do Jamor.

2. DATA

Classificação Desportiva – 10 de maio.

Competição – 11 e 12 maio.

3. PROGRAMA – HORÁRIOS

11 MAIO DE 2019 – 15:30H 1ª JORNADA		12 MAIO DE 2019 – 9:30H 2ª JORNADA	
1	400 Livres Fem. – S6 a S17 / S21	16	100 Costas Fem. – S1 / S2 / S6 a S17 / S21
2	400 Livres Masc. – S6 a S17 / S21	17	100 Costas Masc. – S1 / S2 / S6 a S17 / S21
3	200 Livres Fem. – S1 a S5 / S14 a S21	18	200 Mariposa Fem. – S14 / S15 & S21
4	200 Livres Masc. – S1 a S5 / S14 a S21	19	200 Mariposa Masc. – S14 / S15 & S21
5	100 Bruços Fem. – SB4 a SB17 / SB21	20	50 Costas Fem. – S1 a S5 / S14 a S21
6	100 Bruços Masc. – SB4 a SB17 / SB21	21	50 Costas Masc. – S1 a S5 / S14 a S21
7	200 Costas Fem. – S14 / S15 & S21	22	150 Estilos Fem. – SM1 a SM4
8	200 Costas Masc. – S14 / S15 & SB21	23	150 Estilos Masc. – SM1 a SM4
9	100 Mariposa Fem. – S8 a S17 / S21	24	200 Estilos Fem. – SM5 a SM17 / SM21
10	100 Mariposa Masc. – S8 a S17 / S21	25	200 Estilos Masc. – SM5 a SM17 / SM21
11	200 Bruços Fem. – SB14 / SB15 & SB21	26	50 Bruços Fem. – SB1 a SB3 / SB14 a SB21
12	200 Bruços Masc. – SB14 / SB15 & SB21	27	50 Bruços Masc. – SB1 a SB3 / SB14 a SB21
13	50 Livres Fem. – Todas as classes	28	50 Mariposa Fem. – S1 a S7 / S14 a S21
14	50 Livres Masc. – Todas as classes	29	50 Mariposa Mas. – S1 a S7 / S14 a S21
15	4x100 livres 34 pontos / S14 & S21	30	100 Livres Fem. – Todas as classes
		31	100 Livres Masc. – Todas as classes
		32	4x100 estilos 34 pontos / S14 & S21

Nota – aquecimento começa às 14.30h e às 8.30h

4. PARTICIPAÇÃO

Cada nadador só poderá ser inscrito, ao longo das 2 jornadas, em 4 provas individuais mais as estafetas, sendo-lhe permitido nadar um máximo de 2 provas por sessão.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser realizadas por correio eletrónico para luisa.garabito@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em www.swimrankings.net/manager/, até ao dia **26 de abril de 2019**.

A indicaçã da constituiçã das equipas de estafeta – uma por clube, categoria de deficiêcia e gênero - deverã ser enviada aquando das inscrições ou entregue no Secretariado da Competiçã, atê 30 minutos antes do início de cada sessã.

Os nadadores que forem chamados a fazerem parte da estafeta nacional nã poderã fazer parte da estafeta do clube.

6. ORGANIZAÇã DE SÉRIES

Os nadadores serã agrupados por séries, segundo os tempos de inscriçã, independentemente da classe desportiva a que pertencem. Caso haja mais do que 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscriçã, a atribuiçã de pistas serã realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

7. RANKING WORLD PARA SWIMMING

Só os resultados dos praticantes com licenã do World Para Swimming serã reconhecidos por esta entidade para efeitos de rankings e records.



ANEXOS

TACs 2018/2019 – CNINA

SENIORES MASCULINOS

	25 L	50 L	100 L	200 L	400 L	800 L	1500 L	25 C	50 C	100 C	200 C	25 M	50 M	100 M	200 M
S1		02:17.19	00:27.40	07:09.47					02:30.67	05:12.00			03:40.50		
S2		02:02.19	04:11.28	08:43.53					01:59.33	04:27.53			03:25.50		
S3		01:48.75	03:41.40	07:58.50					01:44.32				03:12.00		
S4		01:24.16	02:56.40	07:28.50					01:24.33				02:52.50		
S5		01:12.22	02:34.50	06:32.75					01:22.50				02_41.10		
S6		01:02.79	02:11.58		09:06.05					02:30.74			01:18.12		
S7		00:52.50	01:54.66		08:34.50					02:10.50			01:09.00		
S8		00:44.75	01:38.16		08:04.26					01:53.69				01:40.86	
S9		00:40.08	01:26.29		06:30.93					01:50.19				01:38.25	
S10/110		00:39.51	01:24.30		06:28.50					01:35.78				01:36.12	
S11		00:55.91	02:01.16		09:02.99					02:19.59				02:08.74	
S12		00:48.41	01:42.93		08:31.50					02:10.59				02:04.07	
S13/113		00:41.85	01:27.93		06:36.22					01:56.26				01:37.37	
S14/114	00:21.53	00:44.94	01:42.30	03:44.01	08:03.42	11:44.52	23:02.06	00:26.47	00:54.64	02:01.09	04:12.76	00:23.43	00:51.53	01:57.94	04:00.00
S15		00:32.36	01:09.67	02:35.04	05:49.03	10:04.80	20:15.26		00:42.37	01:18.52	02:48.53		00:32.44	01:13.88	02:56.93
S16		00:44.94	01:42.30	03:44.01	08:03.42				00:54.64	02:01.09			00:51.53	01:57.94	
S17	00:21.53	00:44.94	01:42.30	03:44.01	08:03.42	11:44.52	23:02.06	00:26.47	00:54.64	02:01.09	04:12.76	00:23.43	00:51.53	01:57.94	04:00.00
S21	00:21.23	00:47.91	01:56.37	04:21.64	09:06.21	13:54.67	26:46.56	00:28.17	01:07.51	02:26.70	05:13.04	00:23.84	00:51.22	02:03.24	04:52.92

	25 B	50 B	100 B	200 B			100 E	150 E	200 E	400 E
SB1		04:03.47				SM1		09:16.62		
SB2		03:48.46				SM2		06:26.19		
SB3		02:20.56				SM3		08:16.62		
SB4			08:08.23			SM4		07:19.56		
SB5			02:23.27			SM5			06:55.50	
SB6			02:25.50			SM6			05:28.62	
SB7			02:15.00			SM7			04:42.00	
SB8			02:05.22			SM8			03:56.76	
SB9			02:00.72			SM9			03:46.50	
SB10/110						SM10/110			03:37.57	
SB11			02:45.69			SM11			04:59.13	
SB12			02:36.69			SM12			04:34.50	
SB13/113			02:25.77			SM13/113			03:55.29	
SB14/114	00:29.03	00:59.16	02:11.76	04:50.55		SM14/114	02:03.69		04:25.48	06:39.73
SB15		00:43.15	01:32.93	03:23.29		SM15			02:53.47	05:38.38
SB16		00:59.16	02:11.76			SM16			04:25.48	
SB17	00:29.03	00:59.16	02:11.76	04:50.55		SM17	02:03.69		04:25.48	06:39.73
SB21	00:29.82	01:03.27	02:19.98	05:00.00		SM21	02:09.57		04:38.94	06:56.79

SENIORES FEMININOS

	25 L	50 L	100 L	200 L	400 L	800 L	1500 L	25 C	50 C	100 C	200 C	25 M	50 M	100 M	200 M
S1		03:42.51	03:37.90	07:30.47					02:45.68	05:27.00			03:48.00		
S2		02:17.19	04:26.28	09:21.03					02:14.32	04:50.02			03:33.00		
S3		02:03.75	04:03.90	08:21.00					01:51.82				03:19.50		
S4		01:54.00	03:11.40	07:58.50					01:31.83				03:00.00		
S5		01:48.00	02:50.73	07:30.00					01:29.36				02:50.10		
S6		01:40.50	02:41.25		09:30.04					04:03.00			01:25.62		
S7		01:23.91	02:34.26		08:49.50					03:18.00			01:16.50		
S8		00:59.75	01:45.66		08:26.76					01:59.58				02:03.00	
S9		00:52.34	01:45.00		08:16.50					01:55.50				02:00.00	
S10/110		00:52.08	01:43.50		08:08.34					01:52.50				01:56.82	
S11		01:10.91	02:08.66		09:17.99					02:27.09				02:16.24	
S12		00:55.91	01:50.43		08:46.50					02:15.09				02:11.57	
S13/113		00:49.35	01:35.43		06:43.72					02:00.77				01:44.87	
S14/114	00:26.84	00:49.95	01:54.17	04:16.57	09:02.82	13:57.27	28:12.32	00:30.33	01:03.84	02:13.13	05:51.72	00:39.83	01:05.10	02:40.02	04:30.00
S15		00:37.06	01:21.68	03:10.44	07:17.90	11:21.36	21:16.56		00:47.17	01:23.32	02:54.53		00:43.36	01:41.28	04:13.57
S16		00:49.95	01:54.17	04:16.57	09:02.82				01:03.84	02:13.13			01:05.10	02:40.02	
S17	00:26.84	00:49.95	01:54.17	04:16.57	09:02.82	13:57.27	28:12.32	00:30.33	01:03.84	02:13.13	05:51.72	00:39.83	01:05.10	02:40.02	04:30.00
S21	00:29.68	01:06.99	02:28.09	05:11.09	11:26.08	16:29.63	31:30.79	00:37.55	01:10.20	02:31.47	05:22.79	00:34.56	01:13.97	02:47.12	06:14.25

	25 B	50 B	100 B	200 B			100 E	150 E	200 E	400 E
SB1		04:10.97				SM1		09:46.62		
SB2		03:55.97				SM2		09:16.62		
SB3		03:27.61				SM3		09:01.62		
SB4			06:12.40			SM4		07:38.16		
SB5			02:49.77			SM5			07:06.39	
SB6			02:37.50			SM6			05:43.62	
SB7			02:27.00			SM7			05:12.00	
SB8			02:16.50			SM8			04:25.50	
SB9			02:13.59			SM9			04:16.50	
SB10/110						SM10/110			04:07.50	
SB11			02:51.69			SM11			05:07.50	
SB12			02:42.69			SM12			04:45.00	
SB13/113			02:31.77			SM13/113			04:09.00	
SB14/114	00:29.22	01:03.96	02:24.15	05:14.70		SM14/114	02:10.26		05:34.53	07:10.50
SB15		00:50.08	01:48.53	04:01.48		SM15			03:51.29	07:05.74
SB16		01:03.96	02:24.15			SM16			05:34.53	
SB17	00:29.22	01:03.96	02:24.15	05:14.70		SM17	02:10.26		05:34.53	07:10.50
SB21	00:42.12	01:21.43	02:54.40	05:52.02		SM21	02:44.14		05:59.72	08:54.27

ESPERANÇAS MASCULINOS

	25 L	50 L	100 L	200 L	400 L	800 L	1500 L	25 C	50 C	100 C	200 C	25 M	50 M	100 M	200 M
S1		02:19.93	03:27.99	07:10.70					02:33.69	05:18.24			03:44.91		
S2		02:04.63	04:16.31	08:54.00					02:01.71	04:32.88			03:29.61		
S3		01:50.93	03:45.83	08:08.07					01:46.41				03:15.84		
S4		01:25.85	02:59.93	07:37.47					01:26.02				02:55.95		
S5		01:13.44	02:37.59	06:40.60					01:24.15				02:44.32		
S6		01:04.05	02:14.21		09:16.97					02:33.75			01:19.68		
S7		00:53.55	01:56.95		08:44.79					02:13.11			01:10.38		
S8		00:45.64	01:40.12		08:13.95					01:55.96				01:42.88	
S9		00:40.88	01:28.02		06:38.75					01:52.39				01:40.21	
S10/110		00:40.30	01:25.99		06:36.27					01:37.69				01:38.04	
S11		00:57.02	02:03.58		09:13.84					02:22.38				02:11.32	
S12		00:43.37	01:44.99		08:41.73					02:13.20				02:06.55	
S13/113		00:42.69	01:29.69		06:44.15					01:58.59				01:39.31	
S14/114	00:21.96	00:45.84	01:44.35	03:48.49	08:13.09	11:51.23	23:15.23	00:27.00	00:55.74	02:03.52	04:17.82	00:23.90	00:52.56	02:00.30	04:04.80
S15		00:33.17	01:11.41	02:38.92	05:57.76	10:10.73	20:27.17		00:43.43	01:20.48	02:52.74		00:33.25	01:15.73	03:01.35
S16		00:45.84	01:44.35	03:48.49	08:13.09				00:55.74	02:03.52			00:52.56	02:00.30	
S17	00:21.96	00:45.84	01:44.35	03:48.49	08:13.09	11:51.23	23:15.23	00:27.00	00:55.74	02:03.52	04:17.82	00:23.90	00:52.56	02:00.30	04:04.80
S21	00:21.65	00:48.84	01:58.70	04:26.88	09:17.13	14:02.62	27:01.86	00:28.73	01:08.87	02:29.63	05:19.30	00:24.31	00:52.25	02:05.70	04:58.78

	25 B	50 B	100 B	200 B			100 E	150 E	200 E	400 E
SB1		04:08.33				SM1		09:27.75		
SB2		03:53.03				SM2		08:57.15		
SB3		02:23.38				SM3		08:26.55		
SB4			08:18.00			SM4		07:28.35		
SB5			02:42.46			SM5			07:03.81	
SB6			02:28.41			SM6			05:35.19	
SB7			02:17.70			SM7			04:47.64	
SB8			02:07.72			SM8			04:01.50	
SB9			02:03.13			SM9			03:51.03	
SB10/110						SM10/110			03:41.93	
SB11			02:49.00			SM11			05:05.11	
SB12			02:39.82			SM12			04:39.99	
SB13/113			02:28.69			SM13/113			04:00.00	
SB14/114	00:29.61	01:00.34	02:14.40	04:56.36		SM14/114	02:06.16		04:30.79	06:43.54
SB15		00:44.23	01:35.25	03:28.37		SM15			02:57.81	05:41.70
SB16		01:00.34	02:14.40			SM16			04:30.79	
SB17	00:29.61	01:00.34	02:14.40	04:56.36		SM17	02:06.16		04:30.79	06:43.54
SB21	00:30.42	01:04.54	02:22.78	05:06.00		SM21	02:12.16		04:44.52	07:00.76

ESPERANÇAS FEMININOS

	25 L	50 L	100 L	200 L	400 L	800 L	1500 L	25 C	50 C	100 C	200 C	25 M	50 M	100 M	200 M
S1		03:46.96	03:38.52	10:56.40					02:48.99	05:33.54			03:52.56		
S2		02:19.93	04:31.61	09:32.25					02:17.01	04:55.83			03:37.26		
S3		02:06.22	04:08.78	08:31.02					01:54.06	04:07.86			03:23.49		
S4		01:56.28	03:15.23	08:08.07					01:33.67	03:21.96			03:03.60		
S5		01:50.16	02:54.14	07:39.00					01:31.14	02:01.97			02:53.50		
S6		01:42.51	02:44.47		09:41.45					01:57.81			01:27.33		
S7		01:25.59	02:37.35		09:00.09					01:54.75			01:18.03		
S8		01:00.94	01:47.77		08:36.90					02:30.03				02:05.46	
S9		00:53.38	01:47.10		08:26.43					02:17.19				02:02.40	
S10/110		00:52.10	01:45.57		08:18.11					01:54.75				01:59.16	
S11		01:12.32	02:11.23		09:29.14					02:30.03				02:18.97	
S12		00:57.02	01:52.64		08:57.03					02:17.79				02:14.20	
S13/113		00:50.34	01:37.34		06:51.80					02:03.18				01:46.96	
S14/114	00:27.37	00:50.95	01:56.45	04:21.71	09:13.68	14:05.24	28:28.43	00:30.94	01:05.12	02:15.79	05:58.75	00:40.62	01:06.40	02:43.22	04:35.40
S15		00:37.98	01:23.73	02:38.70	07:28.85	11:28.04	21:29.08		00:48.35	01:25.40	02:58.89		00:44.44	01:43.81	04:19.91
S16		00:50.95	01:56.45	04:21.71	09:13.68				01:05.12	02:15.79			01:06.40	02:43.22	
S17	00:27.37	00:50.95	01:56.45	04:21.71	09:13.68	14:05.24	28:28.43	00:30.94	01:05.12	02:15.79	05:58.75	00:40.62	01:06.40	02:43.22	04:35.40
S21	00:30.28	01:08.33	02:31.06	05:17.31	11:39.81	16:39.05	31:48.80	00:38.30	01:11.60	02:34.50	05:29.24	00:35.25	01:15.44	02:50.46	06:21.73

	25 B	50 B	100 B	200 B			100 E	150 E	200 E	400 E
SB1		04:15.98				SM1		09:58.35		
SB2		04:00.68				SM2		09:27.75		
SB3		03:31.77				SM3		09:12.45		
SB4			06:19.85			SM4		07:47.32		
SB5			02:53.17			SM5			07:14.92	
SB6			02:40.65			SM6			05:50.49	
SB7			02:29.94			SM7			05:18.24	
SB8			02:19.23			SM8			04:30.81	
SB9			02:16.26			SM9			04:21.63	
SB10/110						SM10/110			04:12.45	
SB11			02:55.12			SM11			05:13.65	
SB12			02:45.94			SM12			04:50.70	
SB13/113			02:34.81			SM13/113			04:13.98	
SB14/114	00:29.80	01:05.24	02:27.03	05:20.99		SM14/114	02:12.87		05:41.22	07:14.60
SB15		00:51.33	01:51.24	04:07.51		SM15			03:57.07	07:09.91
SB16		01:05.24	02:27.03			SM16			05:41.22	
SB17	00:29.80	01:05.24	02:27.03	05:20.99		SM17	02:12.87		05:41.22	07:14.60
SB21	00:42.96	01:23.06	02:57.89	05:59.06		SM21	02:47.43		06:06.91	08:59.36

TACs 2018/2019 – CNVNA

SENIORES MASCULINOS

	50 L	100 L	200 L	400 L	800 L	1500 L	50 C	100 C	200 C	50 M	100 M	200 M
S1	02:23.25	05:03.00	10:51.03				02:18.85	04:36.00		02:30.00		
S2	01:59.60	04:02.27	08:15.76				01:57.61	04:02.83		02:07.50		
S3	01:52.38	03:58.11	07:58.14				01:48.65			01:52.50		
S4	01:12.45	02:37.24	05:43.65				01:17.43			01:38.41		
S5	01:07.50	02:22.50	05:37.50				01:13.50			01:25.50		
S6	01:04.08	02:09.33		09:14.31				02:28.77		01:18.72		
S7	00:52.47	01:54.75		08:32.46				02:09.22		01:09.00		
S8	00:43.98	01:41.80		08:04.88				01:55.94			01:38.94	
S9	00:39.63	01:26.32		06:32.91				01:46.31			01:36.94	
S10/110	00:39.00	01:25.41		06:30.00				01:37.64			01:35.28	
S11	00:54.03	01:58.98		08:51.39				02:08.94			02:04.47	
S12	00:46.50	01:42.93		08:31.50				02:10.59			01:57.00	
S13/113	00:41.34	01:29.26		06:46.89				01:56.26			01:37.45	
S14/114	00:44.57	01:42.97	03:55.77	08:11.58			00:53.82	02:04.00	04:30.48	00:50.52	02:01.65	06:02.06
S15	00:30.40	01:08.28	02:37.04	05:35.00			00:36.91	01:20.95	02:59.21	00:32.09	01:14.06	02:51.70
S16	00:44.57	01:42.97	03:55.77	08:11.58			00:53.82	02:04.00		00:50.52	02:01.65	
S17	00:44.57	01:42.97	03:55.77	08:11.58			00:53.82	02:04.00	04:30.48	00:50.52	02:01.65	06:02.06
S21	00:49.71	02:00.00	04:24.12	09:24.95			01:04.34	02:28.44	05:18.69	00:49.02	02:00.03	04:53.71

	50 B	100 B	200 B			150 E	200 E	400 E
SB1	02:31.38				SM1	09:16.62		
SB2	02:15.00				SM2	08:46.62		
SB3	01:32.82				SM3	08:16.62		
SB4		04:34.29			SM4	07:19.56		
SB5		02:39.12			SM5		06:42.00	
SB6		02:25.50			SM6		06:37.50	
SB7		02:15.00			SM7		06:34.23	
SB8		02:08.28			SM8		04:03.75	
SB9		01:47.80			SM9		03:37.48	
SB10/110					SM10/110		03:35.54	
SB11		02:45.29			SM11		04:39.90	
SB12		02:36.69			SM12		04:34.50	
SB13/113		02:25.50			SM13/113		03:50.28	
SB14/114	01:02.05	02:11.76	05:07.02		SM14/114		04:41.25	
SB15	00:44.53	01:34.37	03:46.66		SM15		02:55.55	
SB16	01:02.05	02:11.76			SM16		04:41.25	
SB17	01:02.05	02:11.76	05:07.02		SM17		04:41.25	
SB21	01:05.03	02:19.19	05:03.85		SM21		04:45.57	

SENIORES FEMININOS

	50 L	100 L	200 L	400 L	800 L	1500 L	50 C	100 C	200 C	50 M	100 M	200 M
S1	02:55.50	05:10.50	11:06.00				02:45.68	04:51.00		04:22.50		
S2	02:48.31	04:09.77	09:21.03				02:14.32	04:23.83		03:48.00		
S3	01:37.62	03:27.30	07:41.03				01:36.70			03:30.00		
S4	01:26.82	02:54.33	06:11.46				01:33.75			01:45.00		
S5	01:06.26	02:25.95	05:17.84				01:24.57			01:36.00		
S6	01:04.50	02:18.00		10:43.50				04:15.37		01:25.62		
S7	01:03.00	02:09.75		09:01.50				02:24.22		01:16.50		
S8	00:52.50	01:49.30		08:13.50				02:10.50			01:58.44	
S9	00:49.50	01:46.35		07:45.45				02:06.31			01:56.46	
S10/110	00:49.43	01:34.41		07:42.00				02:04.27			01:53.58	
S11	01:01.53	02:07.50		09:00.00				02:27.09			02:16.24	
S12	00:52.50	01:50.43		08:46.50				02:15.09			02:01.50	
S13/113	00:44.34	01:35.43		06:58.50				02:00.77			01:44.87	
S14/114	00:50.42	01:52.96	04:13.48	09:37.65			00:58.26	02:15.36	04:51.90	01:06.14	02:34.26	06:15.00
S15	00:38.16	01:26.76	03:24.13	07:00.25			00:50.34	01:54.28	04:28.51	00:43.78	01:43.99	03:58.00
S16	00:50.42	01:52.96	04:13.48	09:37.65			00:58.26	02:15.36		01:06.14	02:34.26	
S17	00:50.42	01:52.96	04:13.48	09:37.65			00:58.26	02:15.36	04:51.90	01:06.14	02:34.26	06:15.00
S21	01:06.22	02:26.73	05:21.62	11:35.50			01:11.19	02:32.29	05:32.09	02:00.03	02:51.69	06:38.75

	50 B	100 B	200 B			150 E	200 E	400 E
SB1	02:40.50				SM1	09:46.62		
SB2	02:22.50				SM2	09:16.62		
SB3	01:31.77				SM3	09:01.62		
SB4		06:17.40			SM4	07:38.16		
SB5		03:29.22			SM5		06:39.12	
SB6		03:22.50			SM6		05:23.13	
SB7		02:57.00			SM7		05:10.50	
SB8		02:08.94			SM8		04:30.00	
SB9		02:04.50			SM9		04:18.78	
SB10/110					SM10/110		04:15.04	
SB11		02:51.69			SM11		04:52.50	
SB12		02:42.69			SM12		04:45.00	
SB13/113		02:31.77			SM13/113		04:09.00	
SB14/114	01:05.52	02:25.77	05:19.24		SM14/114		04:53.58	
SB15	00:48.89	01:49.13	03:58.44		SM15		03:48.50	
SB16	01:05.52	02:25.77			SM16		04:53.58	
SB17	01:05.52	02:25.77	05:19.24		SM17		04:53.58	
SB21	01:24.30	02:52.50	07:01.26		SM21		06:09.53	

ESPERANÇAS MASCULINOS

	50 L	100 L	200 L	400 L	800 L	1500 L	50 C	100 C	200 C	50 M	100 M	200 M
S1	02:26.12	05:09.06	11:04.05				02:21.63	04:41.52		02:33.00		
S2	02:01.99	04:07.11	08:25.68				01:59.97	04:07.69		02:10.05		
S3	01:54.63	04:02.87	08:07.70				01:50.82			01:54.75		
S4	01:13.90	02:40.39	05:50.52				01:18.98			01:40.38		
S5	01:08.85	02:25.35	05:44.25				01:14.97			01:27.21		
S6	01:05.36	02:11.92		09:25.40				02:31.75		01:20.29		
S7	00:53.52	01:57.04		08:42.71				02:11.81		01:10.38		
S8	00:44.86	01:43.84		08:14.57				01:58.25			01:40.92	
S9	00:40.42	01:28.05		06:40.77				01:48.43			01:38.88	
S10/110	00:39.78	01:27.12		06:37.80				01:39.59			01:37.19	
S11	00:55.11	02:01.36		09:02.02				02:11.52			02:06.96	
S12	00:47.43	01:44.99		08:41.73				02:13.20			01:59.34	
S13/113	00:42.17	01:31.05		06:55.03				01:58.59			01:39.40	
S14/114	00:45.46	01:45.03	04:00.49	08:21.41			00:54.90	02:06.49	04:35.89	00:51.53	02:04.08	06:09.30
S15	00:31.16	01:09.99	02:40.97	05:43.38			00:37.83	01:22.98	03:03.69	00:32.89	01:15.92	02:55.99
S16	00:45.46	01:45.03	04:00.49	08:21.41			00:54.90	02:06.49		00:51.53	02:04.08	
S17	00:45.46	01:45.03	04:00.49	08:21.41			00:54.90	02:06.49	04:35.89	00:51.53	02:04.08	06:09.30
S21	00:50.70	02:02.40	04:29.40	09:36.24			01:05.62	02:31.41	05:25.06	00:50.00	02:02.43	04:59.59

	50 B	100 B	200 B			150 E	200 E	400 E
SB1	02:34.41				SM1	09:27.75		
SB2	02:17.70				SM2	08:57.15		
SB3	01:34.68				SM3	08:26.55		
SB4		04:39.78			SM4	07:28.35		
SB5		02:42.30			SM5		06:50.04	
SB6		02:28.41			SM6		06:45.45	
SB7		02:17.70			SM7		06:42.11	
SB8		02:10.85			SM8		04:08.62	
SB9		01:49.96			SM9		03:41.83	
SB10/110					SM10/110		03:39.85	
SB11		02:48.59			SM11		04:45.50	
SB12		02:39.82			SM12		04:39.99	
SB13/113		02:28.41			SM13/113		03:54.89	
SB14/114	01:03.30	02:14.40	05:13.16		SM14/114		04:46.88	
SB15	00:45.65	01:36.73	03:52.32		SM15		02:59.94	
SB16	01:03.30	02:14.40			SM16		04:46.88	
SB17	01:03.30	02:14.40	05:13.16		SM17		04:46.88	
SB21	01:06.33	02:21.97	05:09.93		SM21		04:51.28	

ESPERANÇAS FEMININOS

	50 L	100 L	200 L	400 L	800 L	1500 L	50 C	100 C	200 C	50 M	100 M	200 M
S1	02:59.01	05:16.71	11:19.32				02:48.99	04:56.82		04:27.75		
S2	02:51.68	04:14.76	09:32.25				02:17.01	04:29.11		03:52.56		
S3	01:39.57	03:31.45	07:50.25				01:38.64	04:20.48		03:34.20		
S4	01:28.56	02:57.82	06:18.89				01:35.63	02:27.11		01:47.10		
S5	01:07.58	02:28.87	05:24.19				01:26.26			01:37.92		
S6	01:05.79	02:20.76		10:56.37						01:27.33		
S7	01:04.26	02:12.34		09:12.33						01:18.03		
S8	00:53.55	01:51.49		08:23.37							02:00.81	
S9	00:50.49	01:48.48		07:54.76				02:08.84			01:58.79	
S10/110	00:50.41	01:36.30		07:51.24				02:06.76			01:55.85	
S11	01:02.76	02:10.05		09:10.80				02:30.03			02:18.97	
S12	00:53.55	01:52.64		08:57.03				02:17.79			02:03.93	
S13/113	00:45.23	01:37.34		07:06.87				02:03.18			01:46.96	
S14/114	00:51.42	01:55.22	04:18.55	09:49.20			00:59.43	02:18.07	04:57.74	01:07.46	02:37.35	06:22.50
S15	00:39.11	01:28.93	03:29.24	07:10.76			00:51.60	01:57.13	04:35.22	00:44.87	01:46.59	04:03.95
S16	00:51.42	01:55.22	04:18.55	09:49.20			00:59.43	02:18.07		01:07.46	02:06.49	
S17	00:51.42	01:55.22	04:18.55	09:49.20			00:59.43	02:18.07	04:57.74	01:07.46	02:37.35	06:22.50
S21	01:07.55	02:29.66	05:28.05	11:49.42			01:12.61	02:35.34	05:38.73	02:02.43	02:55.12	06:46.72

	50 B	100 B	200 B			150 E	200 E	400 E
SB1	02:43.71				SM1	09:58.35		
SB2	02:25.35				SM2	09:27.75		
SB3	01:33.61				SM3	09:12.45		
SB4		06:24.95			SM4	07:47.32		
SB5		03:33.40			SM5		06:47.10	
SB6		03:26.55			SM6		05:29.59	
SB7		03:00.54			SM7		05:16.71	
SB8		02:11.52			SM8		04:35.40	
SB9		02:06.99			SM9		04:23.96	
SB10/110					SM10/110		04:20.15	
SB11		02:55.12			SM11		04:58.35	
SB12		02:45.94			SM12		04:50.70	
SB13/113		02:34.81			SM13/113		04:13.98	
SB14/114	01:06.83	02:28.69	05:25.63		SM14/114		04:59.45	
SB15	00:50.11	01:51.86	04:04.40		SM15		03:54.22	
SB16	01:06.83	02:28.69			SM16		04:59.45	
SB17	01:06.83	02:28.69	05:25.63		SM17		04:59.45	
SB21	01:25.99	02:55.95	07:09.69		SM21		06:16.92	



**REGULAMENTO DE
COMPETIÇÕES NACIONAIS**

2018/2019



NATAÇÃO ARTÍSTICA

ÍNDICE

DISPOSIÇÕES GERAIS	3
1. INTRODUÇÃO.....	3
2. QUADRO COMPETITIVO E DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO.....	3
3. PARTICIPAÇÃO.....	3
4. PARTICIPANTES.....	4
5. CATEGORIAS.....	4
6. FIGURAS.....	5
7. ELEMENTOS REQUERIDOS PARA OS ESQUEMAS TÉCNICOS.....	5
8. ESQUEMA COMBINADO.....	5
9. DURAÇÃO DA EXECUÇÃO DOS ESQUEMAS.....	6
10. ACOMPANHAMENTO MUSICAL.....	6
11. CONTROLO DE FATOS DE BANHO.....	7
12. RESULTADO FINAL.....	7
13. SORTEIO.....	8
14. TREINOS COM ACOMPANHAMENTO MUSICAL.....	8
15. PROGRAMAS E RESULTADOS.....	8
16. SUBSÍDIOS.....	9
17. CLASSIFICAÇÃO.....	9
18. JÚRI DA COMPETIÇÃO.....	11
19. PRAZOS.....	12
20. CASOS OMISSOS.....	12
COMPETIÇÕES	13
CAMPEONATO NACIONAL DE FIGURAS E PROVA DE SELEÇÃO NACIONAL – DUETOS JUNIORES E ABSOLUTOS.....	13
CAMPEONATO NACIONAL DE INVERNO.....	22
CAMPEONATO NACIONAL DE VERÃO – OPEN DE PORTUGAL.....	24
ANEXO I	29
ANEXO II	30

DISPOSIÇÕES GERAIS

1. INTRODUÇÃO

O presente documento regulamenta todas as Competições de âmbito Nacional a ter lugar na época de 2018/19, para todas as categorias.

2. QUADRO COMPETITIVO E DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO

Passamos a apresentar o quadro com o calendário das competições de natação sincronizada para a época 2018/19:

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAIS
Campeonato Nacional de Figuras e Prova de Seleção Nacional de Duetos Júnior e Absoluto	1 e 2 Dezembro	Mealhada
Campeonato Nacional de Inverno	30 e 31 de Março	Coruche
14º Festival de Estrelas do Mar	25 e 26 Maio	Castelo de Vide
Campeonato Nacional de Verão – Open de Portugal	5 a 7 Julho	Santo António dos Cavaleiros

3. PARTICIPAÇÃO

A participação em provas nacionais   reservada a nadadoras filiadas na Federação Portuguesa de Natação (FPN) como individuais, ou em representação dos Clubes, ou outras entidades filiadas, mediante o pagamento de uma taxa de inscrição.

As nadadoras não nacionais poderão participar em todas as provas, desde que tenham obtido o resultado de aptas   respetiva prova de nível, com a condicionante de que em todas as provas individuais (figuras e solo) competirão em regime de extracompetição. Serão oficializadas as pontuações das provas, mas não as classificações. No que diz respeito   participação nas provas coletivas (dueto, equipa e combinado), as pontuações das mesmas serão oficializadas, bem como as respetivas classificações.

Cada atleta apenas pode realizar um esquema por prova (solo, dueto, equipa combinado) na sua categoria de competição.

De acordo com a legislação em vigor, são poderão participar nadadoras com exame médico válido   data da competição, devidamente inserido e validado no programa *fpnsystem*. Em caso de incumprimento, as inscrições destas nadadoras serão rejeitadas.

4. PARTICIPANTES

A falta de comparência a uma prova, constitui infração disciplinar punível com pena de multa de 75,00 euros (figuras e solo) e 100,00 euros (dueto, equipa ou combinado) salvo causa justificativa, a apreciar pelo Conselho de Disciplina, designadamente doença, devidamente atestada, que impossibilite a sua participação na totalidade da sessão, jornada ou campeonato.

A lista de participantes em cada prova, estará disponível no site oficial da FPN até 4 (quatro) dias antes da data estipulada para o sorteio.

Os clubes ou nadadores individuais que detetem qualquer erro na lista de participantes ou que desejem realizar desistências, deverão contactar, por escrito a FPN (inscricoes.sincronizada@fpnatacao.pt).

Não serão permitidas substituições de participantes nem novas inscrições.

Estas correções ou desistências deverão ser comunicadas num prazo máximo de 2 (dois) dias após a divulgação da lista de participantes.

No decorrer dos Campeonatos Nacionais as alterações de substituições de nadadoras deverão ser realizadas em formulário próprio disponibilizado pela FPN antes do início da competição. As nadadoras nomeadas nos formulários entregues no Secretariado da prova devem respeitar o regulamento dos Campeonatos e estar inscritas na lista onomástica, sob pena do esquema ser desclassificado. A constituição de esquemas com alterações deverá ser entregue no Secretariado da Competição num prazo máximo de 1 hora antecedendo o início da sessão em que esse esquema compete.

5. CATEGORIAS

Para a época vigente, será permitida a participação de nadadores e nadadoras que são agrupados nas seguintes categorias e apresentam um número máximo limite de participação na prova de esquemas. O número limite de participação em esquemas é referente a cada Campeonato Nacional.

CATEGORIAS	ANO DE NASCIMENTO
Infantis (Inf)	2007 e posterior
Juvenis (Juv)	2004 – 2006
Juniores (Jun)	2001 – 2004
Absolutas (Abs)	2004 e anterior

6. FIGURAS

FIGURAS		INFANTIS		
		N.º	NOME DA FIGURA	C.D.
OBRIGATÓRIAS		1 – 106	Perna de ballet perna esticada	1.6
		2 – 301	Barracuda	1.9
OPCIONAIS	GRUPO 1	3 – 420	Passeio à retaguarda	1.9
		4 – 327	Bailarina	1.8
	GRUPO 2	3 – 311	Pontapé na lua	1.6
		4 – 401	Espadarte	2.0
	GRUPO 3	3 – 226	Cisne	2.1
		4 – 363	Gota de água	1.5

FIGURAS		JUVENIS		
		N.º	NOME DA FIGURA	C.D.
OBRIGATÓRIAS		1 - 423	Ariana	2.2
		2 - 143	Rio	3.1
OPCIONAIS	GRUPO 1	3 - 351	Júpiter	2.8
		4 - 437	Oceânea	2.1
	GRUPO 2	3 - 240a	Albatroz, meia volta	2.2
		4 - 403	Cauda de Espada	2.3
	GRUPO 3	3 – 355f	Marsopa, espira contínua 720º	2.1
		4 - 315	Gaivota	2.1

7. ELEMENTOS REQUERIDOS PARA OS ESQUEMAS TÉCNICOS

Os elementos requeridos para os Esquemas Técnicos das categorias Júnior e Absoluto são os definidos no Regulamento da FINA para 2017_2021.

8. ESQUEMA COMBINADO

De acordo com a regra **AS 13.2** do regulamento FINA, o Esquema Combinado tem o máximo de 10 nadadoras e o mínimo de 8, que realizam uma combinação de Esquemas (Solos, Duetos, Trios, Equipas).

Pelo menos duas partes deverão ter menos de 3 nadadoras e pelo menos duas partes deverão ter 8 a 10 nadadoras.

O início da primeira parte do esquema poderá ser fora ou dentro de água. Todas as outras partes deverão ter início na água. A nova parte inicia-se próximo de onde terminou a parte anterior.

Na presente época desportiva a competição de Esquemas Combinados será feita em 2 provas: Juvenil + Júnior e Absoluta.

Na presente época, categoria Juvenil e Júnior estará combinada na mesma coreografia. Desta forma, o mesmo esquema combinado poderá ter nadadoras das duas categorias sem número limite ou obrigatório de cada uma delas. Continua a aplicar-se a regra **AS 13.2** do Regulamento FINA. Os clubes que tiverem número de nadadoras suficiente poderão inscrever duas coreografias para a mesma prova desde que se apresentem com 10 nadadoras num dos esquemas combinados, sendo que uma delas compete em extra-competição.

No escalão Absoluto poderão competir as nadadoras com idade correspondente a este escalão, aplicando-se o Regulamento FINA.

9. DURAÇÃO DA EXECUÇÃO DOS ESQUEMAS

SESSÕES		SOLO	DUETO	EQUIPA
Esquema Técnico	Absoluta	2'00''	2'20''	2'50''
	Juniores	2'00''	2'20''	2'50''
Tempo de tolerância: 15''				
Esquema Livre	Infantis	2'00''	2'30''	3'00''
	Juvenis	2'15''	2'45''	3'30''
	Juniores	2'30''	3'00''	4'00''
	Absoluta	2'30''	3'00''	4'00''
Tempo de tolerância: 15''				
Livre Combinado	Juvenis + Juniores	4'00''		
	Absoluta	4'00''		
Tempo de tolerância: 15''				

10. ACOMPANHAMENTO MUSICAL

10.1. SUPORTE INFORMÁTICO MUSICAL

O acompanhamento musical tem de ser apresentado em ficheiro formato MP3 ou MP4 e enviado até 5 dias corridos antes do início da competição para os seguintes endereços de email: sincro.musicas@fpnatacao.pt e mariana.marques@fpnatacao.pt.

Cada ficheiro tem de conter apenas o registo do acompanhamento musical para um esquema.

Cada ficheiro MP3 ou MP4 tem de ser claramente nomeado, incluindo o nome da(s) nadadora(s), o clube, a categoria e a prova. (Exemplo1: AnaMaria_AnaManuel_dueto_infantil_FPN; Exemplo 2: Equipa_Junior_FPN)

Dado o volume ocupado pelo conjunto de ficheiros MP3 a enviar poderão utilizar sites dedicados ao envio de ficheiros de grande dimensão.

10.2. CARACTERÍSTICAS DAS GRAVAÇÕES

O intervalo entre o início do ficheiro e o início da música não poderá exceder 8 segundos. A gravação não poderá apresentar diferenças significativas de volume de registo entre os seus segmentos, já que durante a prova o volume de saída da mesa de mistura não será alterado entre o início e o termo do esquema.

Todo o acompanhamento musical deve ser gravado a um nível que garanta a sua reprodução sem qualquer distorção.

Se, durante o período de treino com acompanhamento musical, forem detetadas falhas nas características acima referidas, será solicitado ao delegado do clube que apresente um novo ficheiro MP3 para a competição.

11. CONTROLO DE FATOS DE BANHO

Antes do início de cada jornada do respetivo campeonato decorrerá, para as treinadoras que assim o entenderem, um período de tempo destinado ao controlo dos fatos de banho pelo juiz árbitro da prova.

Os fatos de banho não poderão conter transparências de “tecido nude” ou a utilização de materiais que permitam a visualização da pele na parte da frente do fato de banho. Todos os efeitos de transparências pretendidos deverão ser feitos através da utilização de materiais opacos (tecido cor da pele). Nas zonas das costas e da cava da virilha (crista ilíaca) será permitida a utilização de tecidos e materiais com transparências desde que respeitem a integridade das nadadoras. Na zona do decote, este não necessitará de ser opaco, desde que o seu feitiço seja em "V" e não revele o peito das nadadoras. No entanto, se o feitiço for com sobreposições de desenhos e transparências, estas já deverão ser opacas.

É permitida a utilização de “bodys nudes” por baixo dos fatos de banho que não cumpram o acima descrito.

12. RESULTADO FINAL

CATEGORIAS	FIGURAS	ESQUEMAS TÉCNICOS	ESQUEMAS LIVRES	ESQUEMAS LIVRES COMBINADOS
Infantis	50%	-	50%	-
Juvenis	50%	-	50%	100%
Juniores	-	50%	50%	
Absoluta	-	50%	50%	100%

13. SORTEIO

O sorteio dos grupos de Figuras tem assistência aberta a dirigentes, treinadoras e nadadoras dos clubes envolvidos e será realizado na 2ª feira imediatamente anterior ao campeonato, às 12h00, na sede da FPN. Até às 18h00 do mesmo dia será disponibilizado no site FPN os grupos de figuras sorteados para cada categoria.

No momento do sorteio dos grupos de Figuras serão também sorteados quatro clubes por categoria de competição que deverão disponibilizar uma *preswimmer* para a competição de Figuras (2 nadadoras para as figuras obrigatórias e 2 para as figuras opcionais) e comunicar o nome da mesma até 24 horas após a publicação dos grupos sorteados no site da FPN.

O sorteio da ordenação das nadadoras para os vários esquemas e provas de Figuras decorrerá no dia imediatamente anterior ao Campeonato, em hora e local a definir no programa da competição.

14. TREINOS COM ACOMPANHAMENTO MUSICAL

Os treinos com acompanhamento musical decorrem em data e horário a determinar pela organização.

A organização dos treinos com acompanhamento musical é atribuída de acordo com o número de esquemas inscritos por clube e a distância do mesmo ao local da competição.

Os clubes interessados em usufruir de treino com acompanhamento musical deverão informar no respetivo formulário de inscrição da sua intenção de participar no mesmo. Caso contrário, não será contemplado este período de treino para o clube.

15. PROGRAMAS E RESULTADOS

A **entrylist** da prova será publicada no site oficial da FPN até 8 (oito) dias antecedendo o início da competição. Os clubes que detetem qualquer erro na lista de participantes ou que desejem realizar desistências num prazo máximo de 3 (três) dias, deverão contactar, por escrito a FPN (inscricoes.sincronizada@fpnatacao.pt). Não serão permitidas novas inscrições de nadadoras após a publicação oficial da *entrylist*. Estas correções ou desistências deverão ser comunicadas num prazo máximo de 2 (dois) dias após a divulgação da lista de participantes.

O **programa** da prova será disponibilizado no site oficial da FPN após o sorteio da ordenação dos esquemas, pelo que todos os clubes interessados deverão proceder ao download e impressão do mesmo.

Os **resultados** da competição serão divulgados no site oficial da FPN até 2 (dois) dias após o termo da competição.

Mediante os resultados obtidos no Campeonato Nacional da época vigente, a FPN exige a repetição das provas de níveis (apenas parte dedicada às figuras) às nadadoras do Quadro Competitivo Nacional (QCN) que não atingirem a seguinte pontuação total na prova de figuras:

- Categoria Infantil: 40,000 pontos
- Categoria Juvenil: 45,000 pontos
- Categoria Júnior: 50,000 pontos (Aplicável apenas no Campeonato Nacional de Figuras em qualquer uma das provas de Elementos Técnicos prestada)

Após cada Campeonato Nacional, os clubes responsáveis pelas nadadoras que não cumpram o acima mencionado serão informados pela FPN de que as mesmas deverão repetir a prova de nível correspondente ao seu escalão de competição para voltarem a competir no Campeonato Nacional seguinte.

16. SUBSÍDIOS

Terão direito ao subsídio, de acordo com a tabela em vigor, os clubes que tiverem o seu esquema de solo, dueto, equipa ou combinado classificado num dos primeiros 6 (seis) lugares de cada prova, em cada categoria. Nas categorias Júnior e Absoluta apenas será contabilizado um subsídio para cada esquema técnico e livre, uma vez que a classificação final corresponde ao somatório de 50% da pontuação do esquema livre e 50% do esquema técnico, exceto os esquemas combinados da mesma categoria.

O mesmo clube poderá auferir vários subsídios, por preencher o requisito acima referido em diferentes provas, mas o valor é independente do número de elementos que compõem o esquema classificado.

17. CLASSIFICAÇÃO

Para a época vigente entrará em vigor um sistema de pontuação que definirá o Clube vencedor da Taça de Portugal. Este troféu visa premiar os clubes que apresentem maior consistência de resultados nas competições nacionais, bem como enquadrem nadadoras nas seleções nacionais.

Classificam para este troféu as seguintes competições:

A	Campeonato Nacional de Figuras
B	Campeonato Nacional de Inverno Campeonato Nacional de Verão
C	Seleções Nacionais

A classifica o final será encontrada através do somatório de pontos em cada prova (figuras, solo, dueto, equipa e combinado) de todas as categorias, nas competi es acima referidas, de acordo com os seguintes critérios:

A – CAMPEONATO NACIONAL DE FIGURAS			
1º Lugar	14 pontos	11º Lugar	5 pontos
2º Lugar	12	12º Lugar	5
3º Lugar	10	13º Lugar	4
4º Lugar	9	14º Lugar	4
5º Lugar	8	15º Lugar	3
6º Lugar	8	16º Lugar	3
7º Lugar	7	17º Lugar	2
8º Lugar	7	18º Lugar	2
9º Lugar	6	19º Lugar	1
10º Lugar	6	20º Lugar	1

Para a pontua o no Campeonato Nacional de Figuras será contabilizadas as melhores 4 classifica es em cada prova e categoria de cada clube (incluindo as provas de Elementos Técnicos).

Nos Campeonatos Nacionais de Inverno e de Verão será contabilizados apenas o melhor solo, dueto, equipa e combinado de cada categoria de competi o de cada clube.

B – CAMPEONATO NACIONAL DE INVERNO E CAMPEONATO NACIONAL DE VERÃO				
CLASSIFICA�O	SOLO	DUETO	EQUIPA	COMBINADO
1º	14 pontos	22 pontos	24 pontos	26 pontos
2º	12	20	22	24
3º	10	18	20	22
4º	9	16	18	21
5º	8	14	16	20
6º	7	12	14	19
7º	6	10	12	18
8º	5	8	10	17
9º	4	6	8	16
10º	3	4	6	15
11º	2	2	4	14
12º	1	1	2	13

Em caso de igualdade entre os clubes, recorrer-se-á à contabilização do somatório do resultado final (59.0101, p. ex.) obtido nas provas de Solo, Dueto, Equipa e Combinado, por cada clube, na respetiva categoria.

Será somada ainda uma pontuação aos clubes que integrem nadadoras nas Seleções Nacionais e/ou esquemas da autoria das respetivas treinadoras por categoria e época desportiva, independentemente do número de competições internacionais em que participem. Apenas serão consideradas as nadadoras que efetivamente participem em competições internacionais (nadadoras titulares e suplentes). No que diz respeito às coreografias, apenas será atribuída pontuação para as coreografias que sejam utilizadas na íntegra.

C – SELEÇÕES NACIONAIS					
CATEGORIA	PONTUAÇÃO POR NADADORA	PONTUAÇÃO POR COREOGRAFIA			
		SOLO	DUETO	EQUIPA	E. COMBINADO
Juvenil	5 pontos	6 pontos	8 pontos	10 pontos	10 pontos
Júnior	8 pontos	6 pontos	8 pontos	10 pontos	10 pontos
Absoluta	10 pontos	6 pontos	8 pontos	10 pontos	10 pontos

O troféu da Taça de Portugal será entregue no Campeonato Nacional de Verão ao clube que obtiver o maior número de pontos após a soma da pontuação obtida em cada competição e das seleções nacionais. Será ainda atribuído no Campeonato Nacional de Verão um troféu aos 3 primeiros clubes classificados em cada categoria (Infantil, Juvenil, Júnior e Absoluta). O troféu das categorias é calculado pela soma da pontuação referente aos resultados desportivos de cada clube no Campeonato Nacional de Figuras, no Campeonato Nacional de Inverno e no Campeonato Nacional de Verão.

18. JÚRI DA COMPETIÇÃO

As reclamações sobre situações inerentes à competição, que possam ser resolvidas durante a mesma, serão apresentadas pelo delegado e sujeitos à apreciação e deliberação pelo Júri da Competição, que será composto pelo Juiz Arbitro, pelo Diretor da Competição e por um membro do Departamento Técnico da FPN.

Os protestos deverão obedecer às regras estipuladas nos artigos 158º a 160º do Regulamento Geral.

Nos casos em que não seja possível apresentar a declaração de protesto prevista no artigo 159º do Regulamento Geral, em virtude de os resultados objeto do protesto só serem publicados após o prazo aí previsto, poderá ser apresentado apenas o protesto formal

escrito, conforme ao artigo 160º, no prazo de 5 (cinco) dias após a publicação desses resultados.

Os clubes que participem em qualquer competição nacional solicitarão ao Conselho Regional de arbitragem da sua associação territorial a nomeação de um árbitro para integrar a equipa de arbitragem, nas diferentes funções. Esta intenção será referida aquando do momento da inscrição, onde deverão identificar o respetivo  rbitro.

A arbitragem desta competição está a cargo do Conselho Nacional de Arbitragem.

19. PRAZOS

Todos os prazos previstos no presente regulamento são contínuos, porém, terminando o prazo para a prática de qualquer ato em dia que não possa ser praticado, o seu termo transfere-se para o primeiro dia útil seguinte.

Considera-se dentro do prazo a data da remessa de documento por correio registado, telecópia ou correio eletr nico, devidamente comprovada, até às 24:00 horas do dia em que o mesmo termina.

20. CASOS OMISSOS

Os casos que o presente regulamento não preveja serão regulados segundo norma aplicável aos casos análogos, constantes dos Estatutos, de outro regulamento federativo, qualquer que seja a sua natureza, ou da lei geral.

A resolução dos casos omissos   da competência da Direção da FPN.

COMPETIÇÕES

CAMPEONATO NACIONAL DE FIGURAS E PROVA DE SELEÇÃO NACIONAL – DUETOS JUNIORES E ABSOLUTOS

1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. CAMPEONATO NACIONAL DE FIGURAS

A participação neste Campeonato Nacional não está condicionada à aprovação na prova de nível da respetiva categoria de competição. Será permitida a participação de nadadoras sem prova de nível, contudo a participação é de carácter obrigatório (para todas as categorias) caso as nadadoras queiram participar no Campeonato Nacional de Inverno.

As nadadoras da categoria Juvenil e Júnior que tenham intenção de participar em esquemas Absolutos no Campeonato Nacional de Inverno não terão obrigatoriamente que participar na prova de Elementos Técnicos, desde que compitam nas suas respetivas categorias. As nadadoras Seniores (categoria Absoluta) devem participar na prova de Elementos Técnicos de Duetos e/ou de Equipa, mesmo que não participem nestes Esquemas Técnicos no Campeonato Nacional de Inverno. Assim, a participação no Campeonato Nacional de Figuras revela-se de carácter obrigatório para todas as nadadoras da categoria Sénior que tenham intenção de participar em esquemas Absolutos no Campeonato Nacional de Inverno.

As nadadoras que por razões de saúde forem impedidas de participar no Campeonato Nacional de Figuras deverão inscrever-se nesse mesmo Campeonato Nacional e apresentar o relatório/atestado médico que justifique a sua ausência num prazo máximo de 3 dias úteis após a realização dessa competição. Caso contrário, ficarão impedidas de participar no Campeonato Nacional de Inverno.

1.2. PROVA DE SELEÇÃO NACIONAL – DUETOS JUNIORES E ABSOLUTOS

A prova de seleção destina-se a todas as nadadoras de Natação Sincronizada filiadas na Federação Portuguesa de Natação que cumpram os requisitos mínimos obrigatórios para a sua participação. Pretende-se seleccionar as 4 melhores nadadoras Júnior para formar o dueto nacional a competir no Campeonato da Europa de Juniores e 3 duetos da categoria Absoluta com 2 nadadoras suplentes (possibilidade de serem escolhidas apenas pela realização dos elementos técnicos de dueto caso não executem o Dueto na prova de seleção) com o objetivo de representar a seleção nacional no escalão de Absolutas nas competições internacionais definidas para a presente época. Nota que as 3 nadadoras Absolutas que representarão Portugal nas competições e nos estágios internacionais serão definidas com



base na Prova de Seleção Nacional e no estágio de avaliação e capacitação técnica, a decorrer em Dezembro, com a treinadora FPN.

As provas serão dirigidas pela Diretora Técnica Nacional (Mariana Marques) e pela Treinadora FPN (Sylvia Hernandez). Contaremos também com a avaliação dos nossos juizes internacionais e das treinadoras convidadas para as seleções nacionais.

Esta prova destina-se às nadadoras das categorias Juvenil e Júnior (nascidas entre os anos 2001 e 2004) e Absoluta (nascidas até ao ano 2004).

A participação é reservada a nadadoras portuguesas filiadas na FPN como individuais, ou em representação dos Clubes, ou outras entidades filiadas.

De acordo com a legislação em vigor e com o regulamento geral da F.P.N. só poderão participar nadadoras com exame médico válido à data da prova, devidamente inserido e validado no programa fpnsystem.

A prova de Seleção Nacional de Duetos decorrerá em simultâneo com o Campeonato Nacional de Figuras. **As nadadoras que pretendam realizar esta prova de seleção deverão participar obrigatoriamente na Prova de Elementos Técnicos de Dueto, independentemente do escalão.**

A) PROVA DE SELEÇÃO NACIONAL DE EQUIPA ABSOLUTA

As nadadoras que pretendam integrar os esquemas da Seleção Nacional de Equipa e Combinado do escalão Absoluto deverão participar obrigatoriamente na Prova de Elementos Técnicos de Equipa Absoluta assim como na prova de seleção de Esquema no Campeonato Nacional de Inverno.

As provas de seleção decorrerão à porta fechada, não sendo permitida assistência nas bancadas da piscina com exceção das respetivas treinadoras. Estas poderão dirigir os aquecimentos às suas nadadoras, no entanto, deverão assistir às provas de seleção apenas da bancada. Não serão permitidas gravações de todo o procedimento de seleção que não sejam oficiais (FPN).

Todas as nadadoras receberão um diploma de participação.

2. INSCRIÇÕES

2.1. FORMA DE INSCRIÇÃO

2.1.1. CAMPEONATO NACIONAL DE FIGURAS

As inscrições deverão ser entregues sob a forma de Lista Onomástica, modelo FPN, sendo validadas apenas após o correto preenchimento de todos os campos, bem como do respetivo pagamento da Taxa de Inscrição.

Deverão também preencher e enviar um formulário em formato Excel para o sistema informático da competição. O segundo ficheiro será enviado diretamente para os clubes e estará atempadamente no *site* da FPN na página da competição para download.

As nadadoras de categoria Absoluta deverão indicar qual(ais) a(s) prova(s) de Elementos Técnicos que irá(ão) realizar assinalando no campo do Esquema Técnico correspondente (Dueto ou Equipa).

No preenchimento da lista onomástica deverão constar os nomes das nadadoras de acordo com o constante no *fpnsystem*, número de licença, ano de nascimento e a prova devidamente assinalada para a competição em questão.

2.1.2. PROVA DE SELEÇÃO NACIONAL – DUETOS JUNIORES E ABSOLUTOS

As inscrições deverão ser entregues sob a forma de Lista Onomástica, modelo FPN em anexo (ANEXO II), sendo validadas apenas após o correto preenchimento de todos os campos, bem como do respetivo pagamento da Taxa de Inscrição.

A inscrição e o pagamento devem ser validados até ao dia xx de Novembro. Serão ainda aceites todas as inscrições rececionadas nos serviços da FPN até às 24:00 do 3º dia posterior ao final do prazo limite estipulado, desde que, acompanhadas do comprovativo de pagamento de uma taxa fixa de penalização no valor de 200,00 euros, adicionalmente ao valor estipulado para a taxa de inscrição da prova. Este prazo é contado em dias corridos.

As suplentes de cada esquema deverão ser indicadas pela letra R (Reserva). Os duetos deverão ser indicados pelas letras A e B, sendo que a letra A corresponde a um esquema e a letra B a outro. As suplentes devem também ser indicadas de acordo com a letra correspondente ao esquema (ex: A (R)). Cada dueto pode apresentar até duas suplentes.

No preenchimento da lista onomástica deverão constar os nomes das nadadoras de acordo com o constante no *fpnsystem*, número de licença, ano de nascimento e a categoria devidamente assinalada.

3. SORTEIO

O sorteio dos grupos de Figuras e da ordena o das nadadoras decorrerá de acordo com o ponto 13 das *Disposi es Gerais* deste regulamento.


4. ELEMENTOS TÉCNICOS REQUERIDOS

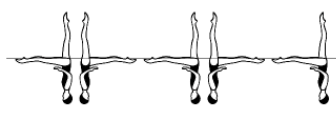
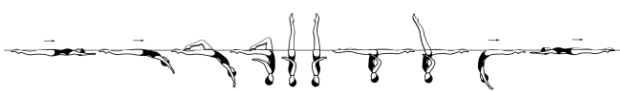
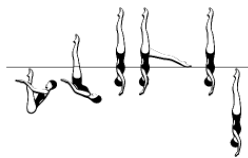
As provas de Elementos técnicos são referentes aos escalões Júnior (dueto) e Absoluto (dueto e equipa). A avalia o das nadadoras será individual em todos os elementos.


Para a avalia o dos Elementos Técnicos não será considerada a velocidade de execu o, mas sim a execu o técnica dos respetivos elementos. A velocidade de execu o   individual e deverá corresponder   velocidade de execu o das coreografias dos Esquemas Técnicos de cada clube.

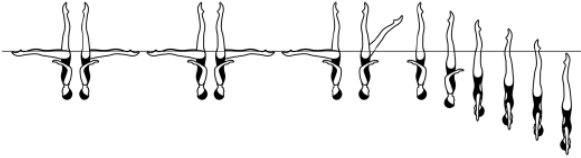
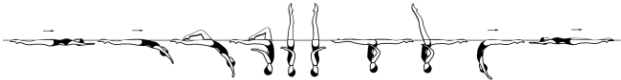
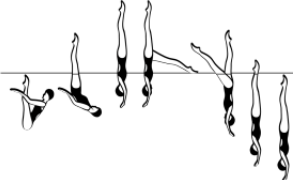
Os elementos requeridos definidos para a competi o serão avaliados de acordo com os critérios definidos para os elementos requeridos nos Esquemas Técnicos no Regulamento FINA 2017_21. Se o elemento não for executado de acordo com o descrito neste Regulamento, será atribuída pontua o de 0 (zero) pontos, de acordo com a decisão final do Juiz  rbitro   prova.

As nadadoras deverão executar os seguintes elementos técnicos de forma isolada sem qualquer coreografia:

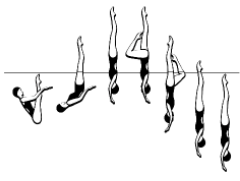
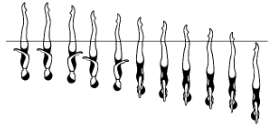


ELEMENTOS TÉCNICOS DUETO JÚNIOR	AVALIA�O
<p>1. A partir da Posi�o básica dorsal uma perna estendida � elevada até � posi�o de Perna de Ballet. A perna que se encontra na horizontal � fletida com a canela pela linha da água até � posi�o de Flamingo � Superfície. A perna de joelho fletido � estendida assumindo a posi�o de Perna de Ballet Dupla � Superfície. Mantendo as pernas na vertical, o corpo submerge até � posi�o de Perna de Ballet Dupla Submarina enquanto que os p�s ficam submersos a pouca distância da linha da �gua. Executando uma rota�o de 360�, o corpo submerge simultaneamente baixando uma perna com o p� � superfície para assumir novamente a posi�o de Flamingo � Superfície. A perna fletida � estendida na horizontal até � posi�o de Perna de Ballet. A perna elevada desce diretamente estendida para a Posi�o Básica Dorsal. � permitido o deslocamento no sentido da cabeça durante a sequência de Pernas de Ballet [CD. 2.9]</p> 	<p>A nadadora deve iniciar o elemento em Posi�o básica dorsal antes do primeiro juiz e deslocar-se até ao meio do painel assumindo a Posi�o de Perna de Ballet Dupla e realizando a descida, subida com rota�o de 360�. A última parte da figura deverá conter deslocamento no sentido da cabeça até a nadadora terminar fora do painel (�ltimo juiz).</p>

<p>2. Iniciando e mantendo a posição de cauda de peixe, a perna horizontal executa 2 voltas rápidas (720º de rotação) [CD 1.8].</p> 	<p>A nadadora deve apresentar-se em retro pedalagem e executar um <i>kick</i> lateral com passagem de um braço para assumir a posição de carpa. É elevada uma perna em extensão até à posição de cauda de peixe e executado o elemento requerido. A avaliação do elemento termina na posição de cauda de peixe.</p>
<p>3. É executada a Figura 436 – Ciclone até à posição de vertical. Adicionalmente, é executada meia volta à mesma altura. Mantendo-se na mesma direção, uma rotação adicional de 180º é executada enquanto ambas as pernas descem simetricamente até assumir a posição de espargata. É executada uma saída de passeio à frente [CD 3.0.].</p> 	<p>O elemento é avaliado a partir da posição básica dorsal até ao final da saída de passeio à frente.</p>
<p>4. Partindo da posição de encarpado à retaguarda submerso com as pernas perpendiculares à linha da água, é executada a Figura 307 – Peixe Voador [CD. 2.5].</p> 	<p>A nadadora deve iniciar o elemento a partir da posição básica dorsal e realizar a descida até à posição de encarpado à retaguarda submerso. O elemento é avaliado a partir da posição de encarpado à retaguarda submerso e termina após a imersão total dos pés.</p>

ELEMENTOS TÉCNICOS DUETO ABSOLUTO	AVALIAÇÃO
<p>1. A partir da Posição básica dorsal uma perna estendida é elevada até à posição de Perna de Ballet. A perna que se encontra na horizontal é fletida com a canela pela linha da água até à posição de Flamingo à Superfície. A perna de joelho fletido é estendida assumindo a posição de Perna de Ballet Dupla à Superfície. Mantendo as pernas na vertical, o corpo submerge até à posição de Perna de Ballet Dupla Submarina enquanto que os pés ficam submersos a pouca distância da linha da água. Executando uma rotação de 360º, o corpo submerge simultaneamente baixando uma perna com o pé à superfície para assumir novamente a posição de Flamingo à Superfície. A perna fletida é estendida na horizontal até à posição de Perna de Ballet. A perna elevada desce diretamente estendida para a Posição Básica Dorsal. É permitido o deslocamento no sentido da cabeça durante a sequência de Pernas de Ballet [CD. 2.9].</p> 	<p>A nadadora deve iniciar o elemento em Posição básica dorsal antes do primeiro juiz e deslocar-se até ao meio do painel assumindo a Posição de Perna de Ballet Dupla e realizando a descida, subida com rotação de 360º. A última parte da figura deverá conter deslocamento no sentido da cabeça até a nadadora terminar fora do painel (último juiz).</p>

<p>2. Iniciando e mantendo a posição de cauda de peixe, a perna horizontal executa 2 voltas rápidas (720º de rotação). Continuando na mesma direção, <i>uma volta rápida</i> é executada enquanto a perna horizontal é elevada para a posição vertical. É executada uma <i>espira contínua 720º</i> (2 rotações) [CD 2.8].</p> 	<p>A nadadora deve apresentar-se em retro pedalagem e executar um <i>kick lateral</i> com passagem de um braço para assumir a posição de carpa. É elevada uma perna em extensão até à posição de grua e executado o elemento requerido até à imersão dos pés.</p>
<p>3. É executada a Figura 436 – Ciclone até à posição de vertical. Adicionalmente, é executada <i>meia volta à mesma altura</i>. Mantendo-se na mesma direção, uma rotação adicional de 180º é executada enquanto ambas as pernas descem simetricamente até assumir a posição de espargata. É executada uma <i>saída de passeio à frente</i> [CD 3.0.].</p> 	<p>O elemento é avaliado a partir da posição básica dorsal até ao final da saída de passeio à frente.</p>
<p>4. Partindo da posição de encarpado à retaguarda submerso com as pernas perpendiculares à linha da água, um <i>Thrust</i> é executado até à posição de vertical e, sem perda de altura, uma perna é rapidamente descida até à posição de Cauda de Peixe. A perna na horizontal é elevada até à posição de Vertical ao mesmo tempo que executa uma <i>Espira de 360º</i> [CD. 2.5].</p> 	<p>A nadadora deve iniciar o elemento a partir da posição básica dorsal e realizar a descida até à posição de encarpado à retaguarda submerso. O elemento é avaliado a partir da posição de encarpado à retaguarda submerso e termina após a imersão total dos pés.</p>

ELEMENTOS TÉCNICOS EQUIPA ABSOLUTA	AVALIAÇÃO
<p>1. Partindo da posição de encarpado à retaguarda submerso com as pernas perpendiculares à linha da água, é executado um <i>Thrust</i> até à posição de vertical e, sem perdas de altura, um joelho é fletido até à posição de Vertical Joelho Fletido. Uma <i>espira rápida de 360º</i> é executada enquanto o joelho é estendido até à posição de Vertical [CD 2.5].</p>	<p>A nadadora deve iniciar o elemento a partir da posição básica dorsal e realizar a descida até à posição de encarpado à retaguarda submerso. O elemento é avaliado a partir da posição de encarpado à retaguarda submerso e termina após a imersão total dos pés.</p>

	
<p>2. Partindo da Posição de Vertical, é executada <i>uma volta completa à mesma altura</i>, seguida de uma <i>espira contínua de 1440º</i> (4 rotações) [CD 2.2].</p> 	<p>A nadadora deve colocar-se no meio do painel de juízes em retropedalagem e, após indicação do árbitro, deve assumir a posição de “mesa” e elevar rapidamente as pernas até à posição de vertical permanecendo com 10 remadas. De seguida, deve executar o elemento requerido. A avaliação do elemento inicia quando a nadadora assume a posição de vertical e termina após a total imersão dos pés.</p>
<p>3. É executada a Figura 436 – Ciclone até à posição de vertical. Mantendo-se na mesma direção, ambas as pernas descem simetricamente até assumir a posição de espargata. É executada uma <i>saída de passeio à frente</i> [CD 2.6].</p> 	<p>O elemento é avaliado a partir da posição básica dorsal até ao final da saída de passeio à frente.</p>
<p>4. Manta Raia Híbrida: é executada a Figura 130 – Flamingo até à Posição de Flamingo à Superfície com deslocamento no sentido da cabeça. Com a perna de ballet mantendo o alinhamento vertical, a anca é elevada assim como o tronco desenrola enquanto a perna fletida se move com o joelho à superfície para assumir a posição de Cauda de Peixe. A perna na horizontal é elevada rapidamente até à posição de Vertical, com a perna na horizontal a elevar-se para a posição de vertical à medida que executa uma rotação de 180º. Ambas as pernas são descidas rapidamente e em simultâneo até à posição de arqueada à superfície com joelho fletido. A perna fletida é estendida até à posição de arqueada à superfície e, com um movimento contínuo, é executada uma <i>saída de arqueada até à posição básica dorsal</i> [CD. 3.1].</p> 	<p>O elemento é avaliado a partir da posição básica dorsal até ao final da saída de arqueada – posição básica dorsal.</p>

Para a classificação final, será calculada a pontuação média de todos os elementos técnicos de cada prova (dueto e equipa) considerando o coeficiente de dificuldade.

5. ACOMPANHAMENTO MUSICAL – PROVA DE SELEÇÃO NACIONAL

As músicas dos duetos têm de ser apresentados em ficheiro formato MP3 ou MP4 e enviados até ao dia 26 de Novembro 2018 para os seguintes emails: sincro.musicas@fpnatacao.pt e mariana.marques@fpnatacao.pt.

Cada ficheiro tem de conter apenas o registo do acompanhamento musical para um esquema.

Cada ficheiro MP3 ou MP4 tem de ser claramente nomeado, incluindo o nome da(s) nadadora(s), o clube, a categoria e a prova. (Exemplo: AnaMaria_AnaManuel_dueto_junior_FPN)

Dado o volume ocupado pelo conjunto de ficheiros MP3 a enviar poderão utilizar sites dedicados ao envio de ficheiros de grande dimensão.

6. AVALIAÇÃO PROVA DE SELEÇÃO NACIONAL

A prova de seleção será composta por três momentos de avaliação: avaliação das coreografias de Duetos Livres nas categorias Júnior e Absoluta, avaliação individual Antropométrica e avaliação de Elementos Técnicos requeridos de Dueto.

6.1. COREOGRAFIA

No escalão Júnior todas as nadadoras deverão executar a coreografia do dueto Júnior nacional apresentado no Campeonato da Europa de Juniores de 2018. O vídeo e música da coreografia serão enviados diretamente para os clubes no sentido de as nadadoras aprenderem todos os movimentos e as contagens corretas.

No escalão Absoluto as nadadoras devem executar as coreografias dos seus clubes.

Em ambos os escalões as nadadoras deverão iniciar as coreografias dentro de água e deverão usar as toucas dos respetivos clubes devidamente identificados. A utilização dos fatos de banho é opcional: fatos de banho de treino ou dos clubes. Sempre que um dueto apresenta uma ou duas nadadoras suplentes, estas deverão realizar a coreografia ao lado do par em forma de trio ou quarteto. As nadadoras Juniores que também pretendam prestar provas para o escalão Absoluto deverão realizar a prova de coreografia nos dois escalões.

As coreografias serão avaliadas em três domínios principais: Coreografia, Dificuldade e Impressão Artística. Já as nadadoras durante a prova de coreografia serão avaliadas em Altura (retropedalagem e vertical), Resistência e Expressão Artística.

7. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas às três primeiras classificadas na prova de figuras em todas as categorias de competição. Nos escalões Júnior e Absoluto serão atribuídos diplomas às três primeiras classificadas nas provas de elementos técnicos de dueto e equipa.

8. PROGRAMA GERAL PROVISÓRIO

DIA/ JORNADA	AQUECIMENTO	HORÁRIOS	PROVAS/ ORGANIZAÇÃO
	14h30/	15h30/	Dueto Livre Júnior
1ª Jornada	15h15	18h30	Avaliação Antropométrica
1ª Sessão		19h00	Reunião Técnica de Clubes – Sorteio
		21h00	Reunião Comissão Técnica Nacional
2ª Jornada			Elementos técnicos de Dueto Júnior
1ª Sessão	8h00/	9h00/	Figuras Infantil
	8h45	12h30	Intervalo
			Elementos técnicos de Equipa Absoluta
			Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas
2ª Jornada	15h00/	16h00/	Figuras Juvenil
2ª Sessão	15h45	19h00	Intervalo
			Elementos técnicos de Dueto Absoluto
			Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas

CAMPEONATO NACIONAL DE INVERNO

1. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão seguir até ao dia 15 de Março 2019 completando o formulário anexo a este regulamento, assim como um formulário em formato Excel para o sistema informático da competição. O segundo ficheiro será enviado diretamente para os clubes e estará atempadamente no *site* da FPN na página da competição para download.

O processo de inscrição neste Campeonato Nacional deverá estar de acordo com o definido no ponto 4 do Regulamento de Competições Nacionais.

2. PARTICIPANTES

As condições de participação estão descritas nos pontos 3 e 4 das Disposições Gerais deste regulamento.

Apenas será permitida a participação no Campeonato Nacional de Inverno às nadadoras que tenham competido no Campeonato Nacional de Figuras e que tenham a classificação de aptas na prova de nível da sua respetiva categoria de competição.

As nadadoras que por razões de saúde forem impedidas de participar no Campeonato Nacional de Figuras deverão inscrever-se nesse mesmo Campeonato Nacional e apresentar o relatório/atestado médico que justifique a sua ausência num prazo máximo de 3 dias úteis após a realização dessa competição. Caso contrário, ficarão impedidas de participar no Campeonato Nacional de Inverno.

A competição de esquemas no Campeonato Nacional de Inverno está limitada às seguintes provas e ao número limite de esquemas por nadadora:

ESCALÃO	SOLO TÉCNICO	SOLO LIVRE	DUETO TÉCNICO	DUETO LIVRE	EQUIPA TÉCNICA	EQUIPA LIVRE	Nº MÁX ESQUEMAS
INFANTIL				X		X	2
JUVENIL				X		X	7
JÚNIOR	X	X	X	X			7
ABSOLUTO			X	X	X	X	7

Nota que em todos os escalões só poderá ser inscrito **um esquema por clube** com exceção dos esquemas de equipa que poderão ser no máximo dois, apenas quando a primeira equipa apresentar 8 nadadoras. A segunda equipa compete como extracompetição.

3. CLASSIFICAÇÃO E PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados nas provas de Solo, Dueto e Equipa em todas as categorias em competição.

4. PROGRAMA GERAL PROVISÓRIO

DIA/ JORNADA	AQUECIMENTO	HORÁRIOS	PROVAS/ ORGANIZAÇÃO			
Véspera competição	A definir		Treino com acompanhamento musical			
		18h30	Reunião Técnica de Clubes – Sorteio Dueto Técnico Absoluto Intervalo Figuras Infantis Intervalo Solo Técnico Júnior Desfile dos participantes Dueto Livre Absoluto Equipa Infantil Dueto Juvenil Intervalo Solo Livre Júnior Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas Reunião Comissão Técnica Nacional			
1ª Jornada 1ª Sessão	8h00/ 8h50	9h00/ 12h00				
1ª Jornada 1ª Sessão	15h00/ 15h50	16h00/ 19h00	Equipa Técnica Absoluta Intervalo Figuras Juvenis Intervalo Dueto Técnico Júnior Equipa Livre Absoluta Dueto Infantil Equipa Juvenil Intervalo Dueto Livre Júnior Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas Prova de Seleção Nacional Juvenil e Absoluta			
			21h00			
			2ª Jornada 1ª Sessão	8h00/ 8h50	9h00/ 12h00	
			2ª Jornada 2ª Sessão	14h00/ 14h50	15h00/ 18h00	18h30

CAMPEONATO NACIONAL DE VERÃO – OPEN DE PORTUGAL

1. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão seguir até ao dia 21 de Junho 2019 completando o formulário anexo a este regulamento, assim como um formulário em formato Excel para o sistema informático da competição. O segundo ficheiro será enviado diretamente para os clubes e estará atempadamente no *site* da FPN na página da competição para download.

As inscrições deverão ser enviadas para o seguinte correio eletrónico: inscricoes.sincronizada@fpnatacao.pt.

Todas as inscrições ficarão condicionadas até à receção do respetivo pagamento.

2. CATEGORIAS DE COMPETIÇÃO

Para a época vigente, será permitida a participação de nadadores e nadadoras que são agrupados nas seguintes:

CATEGORIAS	ANO NASCIMENTO
Infantis (Inf)	2007 e posterior
Juvenis (Juv)	2004 – 2006
Juniores (Jun)	2001 -2004
Absolutas (Abs)	2004 e anterior

3. ELEMENTOS REQUERIDOS PARA OS ESQUEMAS TÉCNICOS

Os elementos requeridos para os Esquemas Técnicos são os definidos no Regulamento da FINA para 2017_2021.

4. PARTICIPAÇÃO

A participação em provas nacionais é reservada a nadadoras filiadas na Federação Portuguesa de Natação (FPN) como individuais, ou em representação dos Clubes, ou outras entidades filiadas, mediante o pagamento de uma taxa de inscrição. No Open de Verão podem participar nadadoras filiadas em outras Federações e de várias nacionalidades.

A atleta não pode estar inscrita duas vezes na mesma prova da mesma categoria.

De acordo com a legislação em vigor, só poderão participar nadadoras com exame médico válido à data da competição, devidamente inserido e validado no programa fpnsystem. Em caso de incumprimento, as inscrições destas nadadoras serão rejeitadas.

A competição de esquemas no Campeonato Nacional de Verão – Open de Portugal está limitada às seguintes provas e ao número limite de esquemas por nadadora:

ESCALÃO	SOLO TÉCNICO	SOLO LIVRE	DUETO TÉCNICO	DUETO LIVRE	EQUIPA TÉCNICA	EQUIPA LIVRE	COMBINADO	Nº MÁX ESQUEMAS
INFANTIL		X		X		X	-	5
JUVENIL		X		X		X		8
JÚNIOR			X	X	X	X	X	8
ABSOLUTO	X	X	X	X	X	X	X	8

Nota que em todos os escalões só poderá ser inscrito um esquema por clube com exceção dos esquemas de equipa e de combinado que poderão ser no máximo dois, apenas quando a primeira equipa apresentar 8 nadadoras e o primeiro combinado apresentar 10. A segunda equipa e/ou combinado compete como extracompetição.

5. PARTICIPANTES

A falta de comparência a uma prova, constitui infração disciplinar punível com pena de multa de 75,00 euros (figuras e solo) e 100,00 euros (dueto, equipa ou combinado) salvo causa justificativa, a apreciar pelo Conselho de Disciplina, designadamente doença, devidamente atestada, que impossibilite a sua participação na totalidade da sessão, jornada ou campeonato.

A **entrylist** da prova será publicada no site oficial da FPN até 8 (oito) dias antecedendo o início da competição. Os clubes que detetem qualquer erro na lista de participantes ou que desejem realizar desistências num prazo máximo de 3 (três) dias, deverão contactar, por escrito a FPN (inscricoes.sincronizada@fpnatacao.pt). Não serão permitidas novas inscrições de nadadoras após a publicação oficial da **entrylist**. Estas correções ou desistências deverão ser comunicadas num prazo máximo de 2 (dois) dias após a divulgação da lista de participantes.

No decorrer dos Campeonatos Nacionais as alterações de substituições de nadadoras deverão ser realizadas em formulário próprio disponibilizado pela FPN antes do início da competição. As nadadoras nomeadas nos formulários entregues no Secretariado da prova devem respeitar o regulamento dos Campeonatos e estar inscritas na lista onomástica, sob pena do esquema ser desclassificado. A constituição de esquemas com alterações deverá ser entregue no Secretariado da Competição num prazo máximo de 1 hora antecedendo o início da sessão em que esse esquema compete.

6. DURAÇÃO DA EXECUÇÃO DOS ESQUEMAS

SESSÕES		SOLO	DUETO	EQUIPA
Esquema Técnico	Absoluta	2'00''	2'20''	2'50''
	Juniores	2'00''	2'20''	2'50''
Tempo de tolerância: 15''				
Esquema Livre	Infantis	2'00''	2'30''	3'00''
	Juvenis	2'15''	2'45''	3'30''
	Juniores	2'30''	3'00''	4'00''
	Absoluta	2'30''	3'00''	4'00''
Tempo de tolerância: 15''				
Livre Combinado	Juvenis + Juniores	4'00''		
	Absoluta	4'00''		
	Tempo de tolerância: 15''			

7. SORTEIO

O sorteio dos grupos de Figuras decorrerá de acordo com o Regulamento de Competi es Nacionais de Nata o Sincronizada 2018/19.

8. RESULTADO FINAL

Os resultados finais no Open de Verão decorrerão de acordo com seguinte quadro:

CATEGORIAS	FIGURAS	ESQUEMAS TÉCNICOS	ESQUEMAS LIVRES	ESQUEMAS LIVRES COMBINADOS
Infantis	50%	-	50%	-
Juvenis	50%	-	50%	100%
Juniores	-	50%	50%	100%
Absoluta	-	50%	50%	100%

9. CLASSIFICA O E PRÉMIOS

9.1. ATRIBUI O DE MEDALHAS  S TRÊS PRIMEIRAS CLASSIFICADAS EM CADA PROVA DE CADA CATEGORIA

Haverá separa o dos resultados referentes ao Open de Portugal e ao Campeonato Nacional de Verão. As três primeiras classificadas no Open de Portugal e no Campeonato Nacional de Verão receberão medalhadas, em todas as categorias e em todos os esquemas, com exce o dos esquemas técnicos.

9.2. DESEMPATES

Em caso de igualdade entre os clubes, recorrer-se-á à contabilização do somatório do resultado final (59.0101, p. ex.) obtido nas provas de Solo, Dueto, Equipas e Combinado, por cada equipa, na respetiva categoria.

10. PROGRAMA GERAL PROVISÓRIO

DIA/ JORNADA	AQUECIMENTO	HORÁRIOS	PROVAS/ ORGANIZAÇÃO			
Véspera competição	A definir		Treino com acompanhamento Musical			
		18h45	Reunião Técnica de Clubes - Sorteio Dueto Técnico Absoluto Intervalo Figuras Juvenis Intervalo Solo Técnico Absoluto			
1ª Jornada	7h45/	9h00/				
1ª Sessão	8h45	12h30				
1ª Jornada 2ª Sessão	14h45/ 15h45	16h00/ 19h30	Equipa Juvenil			
			Intervalo			
			Figuras Infantis			
			Intervalo			
			Esquema Livre Combinado Júnior			
			Solo Livre Absoluto			
			Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas Dueto Livre Absoluto Solo Juvenil Intervalo Equipa Infantil Equipa Técnica Júnior Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas			
2ª Jornada	7h45/	9h00/				
1ª Sessão	8h45	12h30				
2ª Jornada 2ª Sessão	14h45/ 15h45	16h00/ 19h30	Desfile dos participantes Equipa Técnica Absoluta Dueto Infantil Intervalo Dueto Técnico Júnior Esquema Livre Combinado Juvenil Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas			
			21h00 Reunião Comissão Técnica Nacional Equipa Livre Absoluta Solo Infantil Intervalo Equipa Livre Júnior Dueto Juvenil Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas			
			3ª Jornada	7h45/	9h00/	
			1ª Sessão	8h45	12h00	
			3ª Jornada 2ª Sessão	14h30/ 15h30	15h45/ 18h30	Dueto Livre Júnior Esquema Livre Combinado Infantil Intervalo

			Esquema Livre Combinado Absoluto
			<i>Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas</i>

11. ACOMPANHAMENTO MUSICAL

11.1. SUPORTE INFORMÁTICO MUSICAL

O acompanhamento musical tem de ser apresentado em ficheiro formato MP3 ou MP4 e enviado até 5 dias corridos antes do início da competição para os seguintes endereços de email: sincro.musicas@fpnatacao.pt e mariana.marques@fpnatcao.pt.

Cada ficheiro tem de conter apenas o registo do acompanhamento musical para um esquema.

Cada ficheiro MP3 ou MP4 tem de ser claramente nomeado, incluindo o nome da(s) nadadora(s), o clube, a categoria e a prova. (*Exemplo1: AnaMaria_AnaManuel_dueto_infantil_FPN; Exemplo 2: Equipa_FPN_Junior*)

Dado o volume ocupado pelo conjunto de ficheiros MP3 a enviar poderão utilizar sites dedicados ao envio de ficheiros de grande dimensão.

11.2. CARACTERÍSTICAS DAS GRAVAÇÕES

O intervalo entre o início do ficheiro e o início da música não poderá exceder 8 segundos.

A gravação não poderá apresentar diferenças significativas de volume de registo entre os seus segmentos, já que durante a prova o volume de saída da mesa de mistura não será alterado entre o início e o termo do esquema.

Todo o acompanhamento musical deve ser gravado a um nível que garanta a sua reprodução sem qualquer distorção.

Se, durante o período de treino com acompanhamento musical, forem detetadas falhas nas características acima referidas, será solicitado ao delegado do clube que apresente um novo ficheiro MP3 para a competição.

12. JURI DA COMPETIÇÃO

Os clubes que participem no Open de Portugal solicitarão ao Conselho Regional de arbitragem da sua associação territorial a nomeação de um árbitro para integrar a equipa de arbitragem, nas diferentes funções. Esta intenção será referida aquando do momento da inscrição, onde deverão identificar o respetivo árbitro.

A arbitragem desta competição está a cargo do Conselho Nacional de Arbitragem.



**REGULAMENTO DE
COMPETIÇÕES NACIONAIS**

2018/2019



NATAÇÃO PURA

ÍNDICE

DISPOSI�ES GERAIS	5
1. INTRODU�O	5
2. QUADRO COMPETITIVO	5
3. PARTICIPA�O	6
4. INSCRI�OES	6
4.1. PROCESSO DE INSCRI�O	6
4.2. PAGAMENTO	7
4.3. TEMPO DE INSCRI�O	7
4.4. CONVERSÃO DE TEMPOS.....	8
4.5. DATAS LIMITE	8
5. LISTA DE PARTICIPANTES	8
6. CATEGORIAS.....	9
7. EQUIPAMENTOS.....	9
8. PROGRAMAS E RESULTADOS.....	9
9. SUBSÍDIOS	9
10. HORÁRIOS DOS CAMPEONATOS.....	10
11. JÚRI DA COMPETI�O.....	10
12. MODELO DE ACESSO AOS CAMPEONATOS NACIONAIS	10
13. REUNIÕES COMISSÃO TÉCNICA	11
14. CASOS OMISSOS.....	11
COMPETI�OES.....	12
TAÇA DE PORTUGAL.....	12
TORNEIO DO NADADOR COMPLETO DE INFANTIS E JUVENIS PISCINA CURTA	15
1. INTRODU�O	15
2. DATAS.....	15
3. PARTICIPA�O	15
4. ORGANIZA�O DA COMPETI�O	15
5. INSCRI�OES	16
6. CLASSIFICA�OES.....	16
7. PRÉMIOS	16
TORNEIO DE FUNDO INFANTIS E JUVENIS PISCINA CURTA	17
1. INTRODU�O	17
2. DATAS.....	17
3. PARTICIPA�O	17

4.	ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO	17
5.	INSCRIÇÕES	18
6.	CLASSIFICAÇÕES	18
7.	PRÉMIOS	18
CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES – 3ª DIVISÃO FASE DE QUALIFICAÇÃO (MASCULINOS E FEMININOS).....		19
1.	INTRODUÇÃO	19
2.	LOCAL	19
3.	DATA	19
4.	PROGRAMA – HORÁRIOS	19
5.	INSCRIÇÕES	19
6.	REGRAS ESPECÍFICAS.....	20
7.	SUBSTITUIÇÕES	20
8.	CLASSIFICAÇÕES / PONTUAÇÃO	20
9.	ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES.....	21
10.	APURAMENTO.....	21
CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES 3ª DIVISÃO – MASCULINOS E FEMININOS.....		22
1.	LOCAL	22
2.	DATA	22
3.	PROGRAMA – HORÁRIOS.....	22
4.	PARTICIPAÇÃO	22
5.	INSCRIÇÕES	22
6.	REGRAS ESPECÍFICAS.....	23
7.	SUBSTITUIÇÕES	24
8.	ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES.....	24
9.	CLASSIFICAÇÕES.....	24
10.	PRÉMIOS	24
11.	MUDANÇA DE DIVISÃO	24
12.	SUBSÍDIOS	25
CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES 2ª DIVISÃO – MASCULINOS E FEMININOS.....		26
1.	LOCAL	26
2.	DATAS	26
3.	PROGRAMA – HORÁRIO	26
4.	PARTICIPAÇÃO	26
5.	INSCRIÇÕES	27
6.	REGRAS ESPECÍFICAS.....	27
7.	SUBSTITUIÇÕES	28
8.	ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES.....	28

9.	CLASSIFICAÇÕES.....	28
10.	PRÉMIOS.....	29
11.	MUDANÇA DE DIVISÃO.....	29
12.	SUBSÍDIOS.....	29
TORNEIOS ZONAIS DE JUVENIS - PISCINA CURTA.....		30
1.	LOCAIS	30
2.	DATAS.....	30
3.	ORGANIZAÇÃO.....	30
4.	PROGRAMA – HORÁRIOS.....	30
5.	PARTICIPAÇÃO.....	31
6.	INSCRIÇÕES.....	31
7.	ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES.....	31
8.	CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS.....	31
9.	TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO.....	31
CAMPEONATOS NACIONAIS JUNIORES E SENIORES – PISCINA CURTA.....		32
1.	LOCAL.....	32
2.	DATAS	32
3.	PROGRAMA – HORÁRIOS.....	32
4.	PARTICIPAÇÃO.....	33
5.	INSCRIÇÕES.....	33
6.	CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL E PRÉMIOS.....	33
7.	TABELA DE TEMPOS DE ADMISSÃO.....	34
TORNEIOS ZONAIS DE INFANTIS - PISCINA CURTA.....		35
1.	LOCAIS	35
2.	DATAS.....	35
3.	ORGANIZAÇÃO.....	35
4.	PROGRAMA – HORÁRIOS.....	35
5.	PARTICIPAÇÃO.....	36
6.	INSCRIÇÕES.....	36
7.	ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES.....	36
8.	CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS.....	36
9.	TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO.....	36
CAMPEONATOS NACIONAIS DE JUVENIS, JUNIORES E ABSOLUTOS - PISCINA LONGA.....		37
1.	LOCAL	37
2.	DATAS	37
4.	PARTICIPAÇÃO.....	38
5.	INSCRIÇÕES.....	38

6.	ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES.....	38
7.	ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO	39
8.	CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS.....	39
9.	TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO	40
CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES 1ª DIVISÃO - MASCULINOS E FEMININOS		41
1.	LOCAL.....	41
2.	DATAS	41
3.	PROGRAMA – HORÁRIOS.....	41
4.	PARTICIPAÇÃO	41
5.	INSCRIÇÕES	42
6.	REGRAS ESPECÍFICAS.....	42
7.	SUBSTITUIÇÕES.....	43
8.	ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES.....	43
9.	CLASSIFICAÇÕES.....	43
10.	MUDANÇAS DE DIVISÃO	44
11.	PRÉMIOS	44
12.	SUBSÍDIOS	44
CAMPEONATOS NACIONAIS DE INFANTIS.....		45
1.	LOCAL.....	45
2.	DATAS	45
3.	PROGRAMA – HORÁRIOS.....	45
4.	PARTICIPAÇÃO	45
5.	INSCRIÇÕES	46
6.	ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES.....	46
7.	CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS.....	47
8.	TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO	47
OPEN DE PORTUGAL, CAMPEONATOS ABSOLUTOS DE PORTUGAL, CAMPEONATOS NACIONAIS DE JUVENIS		48
1.	LOCAL.....	48
2.	DATAS	48
3.	PARTICIPAÇÃO	48
4.	INSCRIÇÕES	49
5.	PROGRAMA – HORÁRIOS.....	48
6.	ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO	49
7.	CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL.....	49
8.	PRÉMIOS	49
9.	TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO	50
ANEXOS.....		51

MÍNIMOS COMPETIÇÕES NACIONAIS – JUNIORES E SENIORES	52
MÍNIMOS COMPETIÇÕES NACIONAIS – JUVENIS	53
MÍNIMOS CAMPEONATOS NACIONAIS DE INFANTIS	54
MÍNIMOS COMPETIÇÕES NACIONAIS - PROVAS DE ESTAFETAS	55
MÍNIMOS TORNEIOS ZONAIS DE INFANTIS E JUVENIS	56
EQUIPAMENTOS	57

DISPOSIÇÕES GERAIS

1. INTRODUÇÃO

O presente documento regulamenta todas as competições de âmbito nacional a ter lugar na época de 2018/2019.

2. QUADRO COMPETITIVO

Passamos a apresentar o quadro com o calendário de todas as competições e respetivas Associações responsáveis pela sua coorganização, locais de realização e datas limite para entrega das inscrições.

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAIS	DATA LIMITE de INSCRIÇÕES
Fase de Qualificação Campeonato de Clubes 3ª Divisão	27 de outubro	Fase Continental ANMIN – Ponte da barca ----- Fase Insular ANMAD – Penteada ANRA – Ponta Delgada	19 de outubro
Torneios Regionais Nadador Completo Infantis e Torneios Regionais Fundo Juvenis	Data limite 24 e 25 de novembro	Por Associação	A definir por Associação
Campeonato Nacional de Clubes 3ª Divisão	1 de dezembro	ANDS – Abrantes	21 de novembro Pré inscrição 19 de outubro
Campeonato Nacional de Clubes 2ª Divisão	8 e 9 de dezembro	ANL – S. António dos Cavaleiros	27 de novembro Pré inscrição 19 de outubro
Torneios Zonais de Juvenis	15 a 17 dezembro	<u>Zona Norte</u> ANMIN – Braga <u>Zona Sul</u> ANDS – Tomar	A definir por Zona
Campeonatos Nacionais Juniores e Seniores Piscina Curta	21 a 23 dezembro	ANNP - Felgueiras	11 de dezembro
Torneios Zonais de Infantis	29 a 31 de março	<u>Zona Norte</u> ANC – Condeixa <u>Zona Sul</u> ANL – Pinhal Novo	A definir por Zona
Campeonatos Nacionais Juvenis, Juniores e Absolutos	4 a 7 de Abril	ANC – COP Coimbra	26 de março

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAIS	DATA LIMITE de INSCRIÇÕES
Campeonato Nacional de Clubes 1ª Divisão	13 e 14 de Abril	ANNP – Campanhã	2 de abril Pré inscrição 19 de outubro
Torneios Regionais de Fundo Infantis Torneios Regionais Nadador Completo Juvenis	Data limite 12 de maio	Por Associação	A definir por Associação
Campeonatos Nacionais de Infantis	26 a 28 de julho	ANALG – Loulé	16 de julho
Campeonatos Nacionais de Juvenis, Campeonatos Absolutos de Portugal e Open de Portugal	1 a 4 de agosto	ANMAD – Penteada	23 de julho

3. PARTICIPAÇÃO

A participação em provas nacionais é reservada a nadadores filiados em natação pura na Federação Portuguesa de Natação (FPN) como individuais ou em representação dos Clubes ou outras entidades filiadas e mediante o pagamento de uma taxa de inscrição.

De acordo com a legislação em vigor e com o Regulamento Geral FPN, só poderão participar nadadores com exame médico válido à data da competição, devidamente inserido e validado no programa *fpnsystem*. Em caso de incumprimento, as inscrições destes nadadores serão rejeitadas, e ao nadador individual ou clube será aplicada uma multa de **50€**.

Nos Campeonatos Nacionais cada clube poderá apenas apresentar nas provas de estafetas uma equipa por categoria/grupo de idade e género.

Nadadores participantes exclusivamente na prova de estafetas têm de constar da lista onomástica geral, sob pena de não serem admitidos.

Aos nadadores não nacionais é permitida a participação nas competições, em regime de extra competição, sendo oficializados os tempos mas não as classificações. Tal condição também se verificará nas provas de estafetas caso sejam compostas por um ou mais nadadores não nacionais.

O Open de Portugal constitui exceção ao articulado no parágrafo anterior, sendo os tempos e as classificações obtidos de acordo com o regulamento específico da prova.

(Em caso de inscrição de um nadador como português que se venha a verificar não ter nacionalidade portuguesa, não serão oficializadas as marcas e será aplicada uma multa de 50€).

4. INSCRIÇÕES

4.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO

As inscrições em todas as competições nacionais, serão efetuadas através do ficheiro-convite específico para cada competição na área de documentos do site da FPN e no seguinte *link*:

<https://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=CURRENT&nationId=0&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 Splash Software Ltd, e enviadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt.

Poderão também ser efetuadas na plataforma de inscri es online <https://www.swimrankings.net/manager/> (para mais esclarecimentos deverá ser contactada a FPN)
O ficheiro-convite deverá vir devidamente identificado com a sigla do clube e da competi o a disputar.

(ex: Sigla do Clube - Nome da Competi o.lxf)

Do processo de inscri o terá de constar:

- Dos Nadadores: Nome, ano de nascimento, género, número de licença, provas e respetivos tempos de inscri o;
- Dos outros agentes: Nome(s) do(s) Treinador(es) e do(s) Delegado(s) com o(s) respetivo(s) n (s) de Licença. Estas nomea es deverão ser anexadas aquando do envio dos originais das inscri es. De acordo com o Regulamento Geral da FPN, a participa o em qualquer competi o, na qualidade de técnico, s    permitida a elementos devidamente filiados na FPN e graduados de acordo com as normas estabelecidas no Regulamento de Forma o da FPN.

Se um clube apresentar um Delegado diferente do(s) apresentado(s) no ato de inscri o, o mesmo deverá estar filiado na FPN e apresentar-se com uma credencial devidamente autenticada.

4.2. PAGAMENTO

Todas as inscri es ficarão condicionadas   rece o do respetivo pagamento, e **comprovativo do mesmo**, que poderá ser efetuado por transferência bancária para o NIB 0018.0003.13330170020.88 ou IBAN PT50.0018.0003.13330170020.88, ou ainda por depósito em conta n  0003.13330170020 do Banco Santander. **As inscri es serão definitivamente anuladas, se o pagamento não for efetuado até   divulga o da lista final de participantes, excetuando inscri es de valor inferior a 5 .**

Nota: Como forma de evitar situa es de anula o de inscri es solicita-se aos clubes o envio do comprovativo de pagamento em simultâneo com as inscri es para a competi o.

4.3. TEMPO DE INSCRI O

S  terão direito a participar os nadadores e as equipas de estafeta que tenham obtido os tempos mínimos de participa o estipulados para cada uma das provas e constantes do respetivo regulamento específico, obtidos em provas oficiais, em Portugal ou no estrangeiro.

Os nadadores integrados no Regime de Alto Rendimento, em Nata o Pura, estão dispensados do cumprimento do TAC nas provas que pretendam inscrever-se, considerando o seu estatuto privilegiado e o carácter obrigatório da sua presença em Campeonatos Nacionais, salvo condi es excecionais admitidas pela dire o da FPN.

Será permitida a inscri o de uma estafeta, sempre que o somatório dos tempos de cada um dos elementos seja inferior ao tempo de admissão aos campeonatos. Sempre que tal se verificar o tempo de inscri o será o TAC respetivo.

A inscri o de uma equipa ao abrigo do parágrafo anterior obriga a que os referidos nadadores participem efetivamente na prova, não sendo pois, permitida a sua substitui o. Se for detetada uma infra o a esta regra, o clube incorre na pena de desclassifica o e ao pagamento de uma multa de 200  .

Para efeitos de inscrição em provas, os resultados de todos os nadadores realizados até à data de inscrição na respetiva prova terão que estar já tratados informaticamente pela respetiva Associação Territorial. Caso contrário, o nadador poderá vir a ser inscrito com tempos que não correspondem à sua melhor marca, ou poderá mesmo ver a sua inscrição recusada, se não for encontrado nenhum tempo (TAC) realizado no período correspondente.

4.4. CONVERSÃO DE TEMPOS

Será considerada a melhor marca realizada por cada nadador. **O tempo de inscrição deverá ser acompanhado da indicação da dimensão da piscina em que foi obtido, não sendo permitido conversões de tempos entre tipologias de piscina para acesso aos Campeonatos.**

Os tempos obtidos em provas disputadas em jardas serão convertidos para tempos correspondentes a provas disputadas em metros, de acordo com a tabela oficial da NCAA (*National Collegiate Athletic Association*).

4.5. DATAS LIMITE

As datas limite para as inscrições em cada uma das competições são as constantes do respetivo regulamento específico.

Serão ainda aceites todas as inscrições rececionadas nos serviços da FPN até às 24:00 do 3º dia posterior ao final do prazo limite estipulado no regulamento específico de cada um deles, acompanhado do comprovativo de pagamento de uma penalização no valor de **300€**, no caso de ser a totalidade dos atletas do clube em falta e de **50€** no caso de inscrição adicional individual das provas a nadar. Este prazo é contado em dias corridos, porém se terminar em dia não útil transfere-se para o dia útil seguinte. **Quando não respeitados, implicam a sua não aceitação. Em caso de dúvida ou dificuldade técnica para a sua receção, deverão os interessados confirmar e registar a ocorrência junto dos serviços da FPN, impreterivelmente, até às 18:00 do próprio dia. Após essa data e hora, sem justificação prévia não serão aceites mais inscrições sob qualquer pretexto.**

A constituição das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscrições. Contudo, é permitido alterar a constituição da equipa de estafetas até 1 (uma) hora antes do início da sessão, no secretariado da Competição. Os nadadores constituintes da estafeta deverão constar da lista onomástica de participantes do respetivo clube.

5. LISTA DE PARTICIPANTES

A lista de participantes em cada prova, bem como o respetivo tempo de inscrição, estarão disponíveis na página da FPN – www.fpnatacao.pt – 3 dias antes do início da competição.

Os clubes ou nadadores individuais que detetem qualquer erro na lista de participantes, **ou que desejem realizar desistências**, deverão contactar, por escrito (correio eletrónico: inscricoes@fpnatacao.pt), a FPN.

Estas correções ou desistências deverão ser comunicadas **até 48 horas antes do início da competição.** Terminado este prazo, não serão realizadas quaisquer alterações ao programa de provas.

Não serão permitidas substitui es nem novas inscri es, após a saída da lista de participantes.

A FPN reserva o direito de após a saída da lista de participantes, e em caso de necessidade absoluta, poder retificar a mesma, comunicando em reunião de delegados dos clubes antes do início da competi o.

A não comparência a uma prova de um nadador ou uma estafeta implicará o pagamento de uma multa de 100 ; exceto se for apresentado um atestado médico nas 48h seguintes   hora da prova em questão que justifique a impossibilidade da sua participa o na totalidade da sessão, jornada ou campeonato.

6. CATEGORIAS

Para a época vigente, os nadadores são agrupados, em ambos os géneros, nas seguintes categorias:

CATEGORIAS	MASCULINOS	FEMININOS
INFANTIS B	2006	2007
INFANTIS A	2005	2006
JUVENIS B	2004	2005
JUVENIS A	2003	2004
JUNIORES	2001-2002	2002-2003
SENIORES	2000 e + velhos	2001 e + velhas

7. EQUIPAMENTOS

Para a época vigente, os nadadores infantis B não poderão utilizar fatos de competi o e na época de 2019-2020 a proibi o estende-se a todo o escalão de Infantis.

8. PROGRAMAS E RESULTADOS

Os programas e resultados de provas estarão disponíveis *online* para *download* na área de documentos do site da FPN, e no seguinte *link*:

<https://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=CURRENT&nationId=0&Nation=POR>

9. SUBSÍDIOS

Os clubes terão direito a um subsídio de desloca o e estadia por nadador sempre que se cumpram os seguintes requisitos:

- No decorrer das provas dos campeonatos nacionais, um nadador de nacionalidade portuguesa, se classifique:
 - o nos três primeiros lugares, em pelo menos uma prova individual, nos Campeonatos Nacionais de Juniores e Seniores de Piscina Curta; nos Campeonatos Absolutos de Portugal e Campeonatos Nacionais de Juvenis; e nos Campeonatos Nacionais de Juvenis (Juvenis A e Juvenis B), Juniores e Absolutos;

- o nos dez primeiros lugares na classificação geral individual nos Campeonatos Nacionais de Infantis (Infantis A e Infantis B), no somatório da pontuação FINA nas provas do programa;

No decorrer do campeonato, esse nadador, não realize um tempo superior ao Mínimo, em nenhuma das outras provas individuais.

Nos Campeonatos Nacionais de Clubes, a FPN subsidiará 1 treinador e até 5 (cinco) nadadores por equipa participante na 2ª e 3ª divisão e 1 treinador e até 10 (dez) nadadores por equipa participante na 1ª divisão, desde que os mesmos tenham participado em pelo menos uma das provas do programa, no montante individual referido na tabela de referência para subsídios disponível na página da FPN – www.fpnatacao.pt.

10. HORÁRIOS DOS CAMPEONATOS

Os horários de cada campeonato poderão, por motivos vários, sofrer alterações. A FPN informará antecipadamente todas as Associações relativamente aos horários definitivos.

11. JÚRI DA COMPETIÇÃO

Protestos e outras situações inerentes à competição serão sujeitos à avaliação e deliberação do júri da competição que será composto por: Juiz Árbitro da Competição, o Diretor da Competição e por 1 Membro do Departamento Técnico.

12. MODELO DE ACESSO AOS CAMPEONATOS NACIONAIS

Para cada uma das categorias será definido um mínimo de participação nas competições nacionais que garante a quem o obtiver a presença nas mesmas (Cf. Tabelas em anexo).

Os mínimos serão definidos separadamente para piscina curta e piscina longa, não sendo admitidas conversões de tempos entre tipologias de piscinas.

Mínimos:

Seniores – tempo correspondente ao 30º Lugar do ranking Absoluto com base na média dos últimos 3 anos;

Juniores – tempo correspondente ao 60º Lugar do ranking Absoluto com base na média dos últimos 3 anos;

Juvenis A – tempo correspondente ao valor médio de tempos entre o 10º e 40º do Ranking Juvenis A com base na média dos últimos 3 anos;

Juvenis B – tempo correspondente ao valor médio de tempos entre o 10º e 40º do Ranking Juvenis B com base na média dos últimos 3 anos.

Nota: Sempre que o mínimo obtido para Juvenis A seja superior ao dos Juvenis B assume-se o mínimo do escalão inferior para ambos.

Infantis – tempo correspondente de acordo com a quota definida por prova nos últimos campeonatos Nacionais de Infantis, sendo que no limite será igual ao mínimo do Torneio Zonal. Assim, foi tido como referência nas provas de 1500m e 800m Livres, o tempo correspondente ao 16º de cada escalão A e B; nas provas de 400m, o tempo correspondente ao 20º; nas provas de 200m, o tempo correspondente ao 24º e

nas provas de 100m o tempo correspondente ao mínimo do Torneio Zonal, sendo considerado para o efeito a *entry list* dos campeonatos nacionais de Infantis 2017.

Nota: Em fun o da *entry list* dos referidos campeonatos, foi efetuado um ajuste nos tempos correspondentes   defini o dos Mínimos de Acesso, tendo em considera o o Mínimo do Torneio Zonal de Infantis.

13. REUNIÕES COMISSÃO TÉCNICA

As mesmas irão ser realizadas aquando da realiza o dos Campeonatos Nacionais Juniores e Seniores de Piscina Curta; Campeonato Nacional Juvenis, Juniores e Absolutos e Open de Portugal.

14. CASOS OMISSOS

Serão julgados pela FPN.

COMPETIÇÕES

TAÇA DE PORTUGAL

1. INTRODUÇÃO

Esta competição visa premiar os clubes que apresentem maior consistência de resultados nas principais competições nacionais, sendo disputada em dois níveis: Formação e Rendimento.

2. TAÇA DE PORTUGAL FORMAÇÃO

2.1. COMPETIÇÕES

Classificam para este troféu as seguintes competições:

A	Torneio Nadador Completo
	Torneio de Fundo
	Campeonato Nacional Infantis – Verão
B	Campeonato Nacional Juvenis – Inverno
	Campeonato Nacional Juvenis – Verão
C	Torneios Zonais de Infantis
	Torneios Zonais de Juvenis
D	Outros

2.2. PONTUAÇÕES

A classificação final será encontrada através do somatório de pontos, em cada prova, nas competições referidas, de acordo com os seguintes critérios:

A		B		C		D	
1º Lugar	40	1º Lugar	20	1º Lugar	10	R.N. Categoria Individual	15
2º Lugar	35	2º Lugar	16	2º Lugar	8	R.N. Categoria Estafeta	20
3º Lugar	30	3º Lugar	12	3º Lugar	6	Presença Seleção	15
4º Lugar	27	4º Lugar	10	4º Lugar	5		
5º Lugar	23	5º Lugar	8	5º Lugar	4		
6º Lugar	20	6º Lugar	6	6º Lugar	3		
7º Lugar	18	7º Lugar	4	7º Lugar	2		
8º Lugar	16	8º Lugar	2	8º Lugar	1		
9º Lugar	14						
10º Lugar	12						
11º Lugar	11						
12º Lugar	10						
13º Lugar	9						
14º Lugar	8						
15º Lugar	7						
16º Lugar	6						
17º Lugar	5						
18º Lugar	4						
19º Lugar	3						
20º Lugar	2						

No Torneio Nadador Completo, Torneio Nacional de Fundo e Campeonato Nacional de Infantis, as pontuações são atribuídas em função das classificações finais nacionais.

2.3. PRÉMIOS

Serão atribuídos prémios aos clubes classificados nos 8 primeiros lugares.

2.4. DIVERSOS

Nos casos em que um nadador esteja impedido de participar numa das competições pontuáveis por se encontrar em representação nacional, este receberá a pontuação máxima (correspondente ao 1º lugar) por cada uma das provas que nadar nessa mesma representação.

A classificação final será anunciada até ao último dia da época decorrente (30 de Setembro) de forma a contemplar os resultados Internacionais.

3. TAÇA DE PORTUGAL RENDIMENTO

3.1. COMPETIÇÕES

Classificam para este troféu as seguintes competições:

A	Campeonato Nacional Absoluto Inverno PL Open de Portugal – Verão
B	Campeonato Nacional Juniores e Seniores PC
C	Outros

3.2. PONTUAÇÕES

A classificação final será encontrada através do somatório de pontos, em cada prova, nas competições referidas, de acordo com os seguintes critérios:

A		B		C	
1º Lugar	20	1º Lugar	10	R.N. Categoria Individual	20
2º Lugar	18	2º Lugar	8	R.N. Categoria Estafeta	25
3º Lugar	16	3º Lugar	6	Presença Seleção Júnior	20
4º Lugar	14	4º Lugar	5	R.N. Absoluto Individual	30
5º Lugar	13	5º Lugar	4	R.N. Absoluto Estafeta	35
7º Lugar	11	7º Lugar	2	Presença Seleção Sénior / Absoluta	25
8º Lugar	10	8º Lugar	1		
9º Lugar	9				
10º Lugar	7				
11º Lugar	6				
12º Lugar	5				
13º Lugar	4				
14º Lugar	3				
15º Lugar	2				
16º Lugar	1				

3.3. PRÉMIOS

Serão atribuídos prémios aos clubes classificados nos 8 primeiros lugares.

3.4. DIVERSOS

Nos casos em que um nadador esteja impedido de participar numa das competições pontuáveis por se encontrar em representação nacional, este receberá a pontuação máxima (correspondente ao 1º lugar) por cada uma das provas que nadar nessa mesma representação.

A classificação final será anunciada até ao último dia da época decorrente (30 de Setembro) de forma a contemplar os resultados Internacionais.

TORNEIO DO NADADOR COMPLETO DE INFANTIS E JUVENIS PISCINA CURTA

1. INTRODUÇÃO

Este Torneio será organizado pelas Associa es Territoriais.

2. DATAS

Este Torneio terá de ser disputado até aos dias 24 e 25 de Novembro de 2018 para os infantis e 11 e 12 de Maio de 2019 para os nadadores juvenis, em piscina de 25 metros.

3. PARTICIPAÇÃO

Têm direito a participar neste Torneio os nadadores das categorias de Infantis A e B de ambos os géneros e Juvenis A e B de ambos os géneros, que tenham obtido o TAC nas respetivas provas, definidos em cada Associa o. Os nadadores **infantis B não poderão utilizar fatos de competi o**.

As provas a disputar serão as seguintes:

200m Estilos
100m de cada Técnica

4. ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO

SÁBADO	DOMINGO
100 Mariposa Femininos	100 Mariposa Masculinos
200 Estilos Masculinos	200 Estilos Femininos
100 Bruos Femininos	100 Bruos Masculinos
100 Costas Masculinos	100 Costas Femininos
100 Livres Femininos	100 Livres Masculinos

- Os programas de cada Torneio devem incluir obrigatoriamente todas estas provas.
- A sua organiza o deverá corresponder da melhor maneira às necessidades de cada Associa o Territorial; contudo, este torneio deve ser organizada em duas sessões, com a realiza o de três provas numa sessão e duas provas na outra sessão.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições serão organizadas pelas Associações Territoriais.

6. CLASSIFICAÇÕES

Em termos nacionais, proceder-se- a   elabora o de uma classifica o final individual e coletiva.

A classifica o final individual será dividida por categoria e género, através do somatório (200E + 100M + 100C + 100B + 100L) das pontua es da **tabela FINA e Rudolph mais recente para os juvenis e infantis respetivamente, em vigor   data da competi o**, de cada nadador(a) que possibilitará definir um **ranking nacional deste Torneio**.

Para a classifica o final coletiva pontuam os três primeiros nadadores de cada clube, por escalão etário e género, que permitirão elaborar um **ranking nacional de clubes deste Torneio**.

7. PRÉMIOS

Este ranking permitirá atribuir um pr mio aos três primeiros classificados individuais a nível nacional de cada escalão e género, sendo atribuídos diplomas aos 10 primeiros classificados.

Será atribuído, a nível coletivo, para cada Categoria (Infantis e Juvenis), prémios para os três clubes primeiros classificados, atribuindo-se um diploma aos clubes classificados até ao 10  lugar de cada escalão e género.

TORNEIO DE FUNDO INFANTIS E JUVENIS PISCINA CURTA

1. INTRODUÇÃO

Este Torneio será organizado pelas Associa es Territoriais.

2. DATAS

Este Torneio terá de ser disputado até aos dias 24 e 25 de Novembro de 2018 para os juvenis e 11 e 12 de Maio de 2019 para os nadadores infantis, em piscina de 25 metros.

3. PARTICIPAÇÃO

Têm direito a participar neste Torneio os nadadores das categorias de Infantis A e B de ambos os géneros, e Juvenis A e B de ambos os géneros, que tenham obtido o TAC nas respetivas provas, definidos, em cada Associa o. Os nadadores **infantis B não poderão utilizar fatos de competi o**.

As provas a disputar serão as seguintes:

400m Estilos
800m Livres/1500m Livres

4. ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO

SÁBADO	DOMINGO
400 Estilos Femininos (INF-B)	400 Estilos Masculinos (INF-B)
400 Estilos Femininos (INF-A)	400 Estilos Masculinos (INF-A)
400 Estilos Femininos (JUV)	400 Estilos Masculinos (JUV)
1500 Livres Masculinos (INF-B)	800 Livres Femininos (INF-B)
1500 Livres Masculinos (INF-A)	800 Livres Femininos (INF-A)
1500 Livres Masculinos (JUV)	800 Livres Femininos (JUV)

- Na prova de 800m e 1500m Livres as partidas serão dadas com os atletas na água e com uma das mãos em contacto com a parede, podendo optar-se pela realiza o da prova com dois nadadores por pista, em fun o das necessidades de cada Associa o Territorial.

- Os programas de cada Torneio devem incluir obrigatoriamente todas estas provas. Contudo, a sua organiza o deverá corresponder da melhor maneira às necessidades de cada Associa o Territorial.

- Nas provas de 800m e 1500m Livres, a organiza o das séries será efetuada colocando os nadadores com os melhores tempos de inscri o nas primeiras séries.

5. INSCRI ES

As inscri es serão organizadas pelas Associa es Territoriais.

6. CLASSIFICA ES

Em termos nacionais, proceder-se-    elabora o de uma classifica o final individual e coletiva.

A classifica o final individual será dividida por categoria e género, através do somatório (800L/1500L+400E) das pontua es da **tabela FINA e Rudolph mais recente para os juvenis e infantis respetivamente, em vigor   data da competi o**, de cada nadador(a) que possibilitará definir um **ranking nacional deste Torneio**.

Para a classifica o final coletiva pontuam os três primeiros nadadores de cada clube, por escalão etário e género, que permitirão elaborar um **ranking nacional de clubes deste Torneio**.

7. PRÉMIOS

Este ranking permitirá atribuir um pr mio aos três primeiros classificados individuais a nível nacional de cada escalão e género, sendo atribuídos diplomas aos 10 primeiros classificados.

Será atribuído, a nível coletivo, para cada Categoria (Infantis e Juvenis), prémios para os três clubes primeiros classificados, atribuindo-se um diploma aos clubes classificados até ao 10  lugar de cada escalão e género.

CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES – 3ª DIVISÃO FASE DE QUALIFICAÇÃO (MASCULINOS E FEMININOS)

1. INTRODUÇÃO

Nesta fase de qualificação participarão todos os clubes inscritos que não se encontrem automaticamente apurados. A competição realizar-se-á em simultâneo no continente e nas ilhas. Todos os clubes terão de realizar a pré-inscrição até ao dia 19 de Outubro de 2018.

Estão isentos desta fase de qualificação os clubes que:

- Em 2017/18 tenham disputado o Campeonato Nacional da 1ª Divisão;
- Em 2017/18 tenham disputado o Campeonato Nacional da 2ª Divisão;
- Em 2017/18 se tenham classificado até ao 28º lugar do Campeonato Nacional da 3ª Divisão;

Nota: Nesta competição só poderão participar nadadores filiados pelo clube, na Federação Portuguesa de Natacao até 19 de Outubro de 2018.

2. LOCAL

Fase Insular: ANMAD – Penteada; ANRA – a definir (25m x 8 pistas)

Fase Continental: ANMIN – Ponte da Barca (25m x 8 pistas)

3. DATA

27 de Outubro de 2018

4. PROGRAMA – HORÁRIOS

1ª SESSÃO – 27 OUT 18 – 09:00		2ª SESSÃO – 27 OUT 18 – 16:30	
1	800m Livres Femininos	14	800m Livres Masculinos
2	100m Mariposa Masculinos	15	100m Mariposa Femininos
3	200m Mariposa Femininos	16	200m Mariposa Masculinos
4	100m Bruços Masculinos	17	100m Bruços Femininos
5	200m Bruços Femininos	18	200m Bruços Masculinos
6	50m Livres Masculinos	19	50m Livres Femininos
7	100m Livres Femininos	20	100m Livres Masculinos
8	100m Costas Masculinos	21	100m Costas Femininos
9	200m Costas Femininos	22	200m Costas Masculinos
10	400m Livres Masculinos	23	400m Livres Femininos
11	200m Estilos Femininos	24	200m Estilos Masculinos
12	4x100m Livres Masculinos	25	4x100m Livres Femininos
13	4x100m Estilos Femininos	26	4x100m Estilos Masculinos

5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar

as inscri es através da plataforma de inscri es online em www.swimrankings.net/manager/ até ao **dia 19 de Outubro de 2018**. Serão aceites um máximo de 12 (doze) nadadores por equipa.

A constitui o das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscri es. Contudo,   permitido alterar a constitui o da equipa de estafetas até 1 (uma) hora antes do início da sessão, no secretariado da Competi o. Os nadadores constituintes da estafeta deverão constar da lista onomástica de participantes do respetivo clube.

São válidos como tempos de inscri o, as marcas registadas entre 1 de Outubro 2017 e 16 de Outubro de 2018.

6. REGRAS ESPECÍFICAS

Cada Clube terá de se fazer representar por 1 (um) nadador e 1 (uma) equipa de estafeta por prova.

Os nadadores da categoria Juvenil, Júnior e Sénior podem ser inscritos num máximo de **3 (três) provas individuais e nas 2 (duas) estafetas**.

Os nadadores da categoria Infantil podem participar em **3 (três) provas**, sendo-lhes permitido nadar um máximo de 2 provas por sessão incluindo estafetas. Os nadadores **infantis B não poderão utilizar fatos de competi o**.

Um Clube termina a sua participa o a partir do momento em que deixa de se fazer representar devidamente numa prova. Numa situac o excecional, em que um nadador não possa participar numa prova, por motivo de acidente ou outro de comprovada gravidade, poderá o clube, **desde que previamente autorizado pelo Júri da Competi o**,

- Proceder   sua substitui o imediata por outro nadador da equipa.
- Não se fazer representar na prova em questão, conseqüentemente não pontuando, mas mantendo-se o clube em competi o.

7. SUBSTITUI ES

Serão permitidas **2 (duas)** substitui es por sessão, desde que comunicadas   organiza o, por escrito, em ficha própria para o efeito, até **1 (uma) hora** antes do início da respetiva sessão.

O (A) nadador(a) substituto(a) terá obrigatoriamente de figurar na lista onomástica.

8. CLASSIFICA ES / PONTUA O

Atendendo a que haverá uma disputa em simultâneo das fases continental e insular, a classifica o será definida por ordena o dos tempos obtidos em cada prova nas duas fases.

Os Clubes serão ordenados pelo somatório dos pontos obtidos em cada prova pelos seus nadadores e equipas de estafeta.

Funcionará como fator de desempate o número de 1^{os} lugares obtidos por cada Clube nas provas do campeonato.

Se tal se revelar insuficiente, recorrer-se-á aos 2^{os}, 3^{os} e assim sucessivamente até se conseguir o desempate. Se ainda subsistir o empate, recorrer-se-á ao tempo mais pontuado, segundo a **tabela FINA mais recente, em vigor à data da competição.**

Os pontos atribuídos aos Clubes em cada prova serão em função da classificação obtida pelo seu nadador(a) ou equipa de estafeta, de acordo com o seguinte critério:

- 1^o Classificado – Nº Clubes + 1
- 2^o Classificado – Nº Clubes - 1
- 3^o Classificado – Nº Clubes - 2
- e assim sucessivamente até ao último classificado que terá 1 ponto.
- Desclassificado – 0 pontos
- Desistência – 0 pontos

9. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES

Os Clubes serão agrupados por séries de acordo com o tempo de inscrição dos seus nadadores.

No caso de não existir tempo ou do mesmo ser igual para mais do que um clube, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

10. APURAMENTO

Ficarão apurados para o Campeonato Nacional de Clubes – 3^a Divisão, os clubes classificados nos quatro primeiros lugares, em masculinos e em femininos.

CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES 3ª DIVISÃO – MASCULINOS E FEMININOS

1. LOCAL

ANDS – Abrantes (25m x 8 pistas)

2. DATA

1 de Dezembro de 2018

3. PROGRAMA – HORÁRIOS

1ª JORNADA – 1 DEZ 18 – 09:00		2ª JORNADA – 1 DEZ 18 - 16:00	
1	800m Livres Femininos	14	800m Livres Masculinos
2	100m Mariposa Masculinos	15	100m Mariposa Femininos
3	200m Mariposa Femininos	16	200m Mariposa Masculinos
4	100m Bruços Masculinos	17	100m Bruços Femininos
5	200m Bruços Femininos	18	200m Bruços Masculinos
6	50m Livres Masculinos	19	50m Livres Femininos
7	100m Livres Femininos	20	100m Livres Masculinos
8	100m Costas Masculinos	21	100m Costas Femininos
9	200m Costas Femininos	22	200m Costas Masculinos
10	400m Livres Masculinos	23	400m Livres Femininos
11	200m Estilos Femininos	24	200m Estilos Masculinos
12	4x100m Livres Masculinos	25	4x100m Livres Femininos
13	4x100m Estilos Femininos	26	4x100m Estilos Masculinos

4. PARTICIPAÇÃO

Participam nos Campeonatos Masculino e Feminino da 3ª Divisão, os 32 clubes apurados para o efeito.

Assim, terão garantido a sua participação (caso realizem a pré-inscrição) os seguintes clubes:

Masculinos –

Femininos –

- **Nota: nesta competição só poderão participar nadadores filiados pelo clube, na Federação Portuguesa de Natação até 19 de outubro de 2018 e que tenham participado em duas competições pelo respetivo clube em território nacional.**

5. INSCRIÇÕES

Para estes campeonatos realizar-se-á uma pré-inscrição para definição atempada dos reais clubes participantes. A pré-inscrição deverá ser realizada, em ficha destinada para o efeito, até ao dia 19 de Outubro de 2018.

Um clube que realize a pré-inscrição, e que não concretize a inscrição nos campeonatos ou não participe nos mesmos, fica sujeito a uma multa de **500€**, salvo por motivo excecionalmente grave, devidamente comprovado pela FPN.

A não realização desta pré-inscrição implicará a não participação no respetivo campeonato.

Se um ou mais clubes, não se inscrever(em) o ajustamento dos clubes participantes realizar-se-á através da repescagem do(s) clube(s) que na Fase de Qualificação, melhor(es) classificação(ões) tenha(m) obtido.

As inscrições deverão ser realizadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em www.swimrankings.net/manager/ até ao **dia 21 de Novembro de 2018**. Serão aceites um máximo de 12 (doze) nadadores por equipa.

A constituição das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscrições. Contudo, é permitido alterar a constituição da equipa de estafetas até 1 (uma) hora antes do início da sessão, no secretariado da Competição. Os nadadores constituintes da estafeta deverão constar da lista onomástica de participantes do respetivo clube.

São válidos como tempos de inscrição, as marcas registadas entre 1 de Outubro de 2017 e 21 de Novembro de 2018.

6. REGRAS ESPECÍFICAS

Cada Clube terá de se fazer representar por **1 nadador(a) e 1 equipa de estafetas por prova**.

Os nadadores da categoria Juvenil, Júnior e Sénior podem ser inscritos num máximo de **3 (três) provas individuais e nas 2 (duas) estafetas**.

Os nadadores da categoria Infantil podem participar em **3 (três) provas**, sendo-lhes permitido nadar máximo de 2 provas por sessão incluindo estafetas. Os nadadores **infantis B não poderão utilizar fatos de competição**.

Um Clube termina a sua participação a partir do momento em que deixa de se fazer representar devidamente numa prova, sendo tal facto considerado como não comparência aos Campeonatos.

Numa **situação excecional**, em que um nadador não possa participar numa prova, por motivo de acidente ou outro de comprovada gravidade, poderá o clube, **desde que previamente autorizado pelo Júri da Competição,**

- Proceder à sua substituição imediata por outro nadador da equipa.
- Não se fazer representar na prova em questão, conseqüentemente não pontuando, mas mantendo-se o clube em competição.

7. SUBSTITUIÇÕES

Serão permitidas **2 (duas)** substituições por sessão, desde que comunicadas   organização, por escrito, em ficha própria para o efeito, até **1 (uma) hora** antes do início da respetiva sessão.

O (A) nadador(a) substituto(a) terá obrigatoriamente de figurar na lista onomástica

8. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES

Os Clubes concorrentes a cada um dos campeonatos em disputa, 3  Divisão Masculina e 3  Divisão Feminina, serão agrupados por séries de acordo com o tempo de inscrição dos seus nadadores.

No caso de não existir tempo ou do mesmo ser igual para mais do que um clube, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

9. CLASSIFICAÇÕES

Os Clubes concorrentes a cada um dos campeonatos serão ordenados pelo somatório dos pontos obtidos em cada prova pelos seus nadadores e equipas de estafetas.

Funcionará como fator de desempate o número de 1 s lugares obtidos por cada Clube nas provas do campeonato. Se tal se revelar insuficiente, recorrer-se-  aos 2 s, 3 s e assim sucessivamente, até se conseguir o desempate. Se ainda subsistir o empate, recorrer-se-  ao melhor tempo, segundo **tabela FINA mais recente, em vigor   data da competição** obtido por cada Clube nas provas do Campeonato.

O sistema de pontuação será o seguinte:

- 1  Classificado – N  Clubes + 1
- 2  Classificado – N  Clubes - 1
- 3  Classificado – N  Clubes - 2
- e assim sucessivamente até ao último classificado que terá 1 ponto.
- Desclassificado – 0 pontos
- Desistência – 0 pontos

Em caso de empate entre dois ou mais nadadores, ou entre duas ou mais equipas de estafetas, será atribuída a pontuação referente   sua classificação, mantendo-se para os restantes o sistema de pontuação vigente.

10. PRÉMIOS

Os clubes vencedores, masculino e femininos, da 3  divisão receberão a Taça FPN e os seus nadadores (num máximo de 12) uma medalha.

Aos restantes clubes participantes será entregue um troféu.

11. MUDANÇ  DE DIVISÃO

Transitarão para a 2  Divisão Nacional os 1 , 2 , 3  e 4  Classificados dos Campeonatos Masculino e Feminino da 3  Divisão.

Os quatro últimos classificados neste campeonato, terão de disputar a Fase de Qualificação na época seguinte.

Sempre que um clube inscrito não comparecer ao respetivo campeonato, verificar-se-á a descida de menos um clube para a Fase de Qualificação da época subsequente.

12. SUBSÍDIOS

A FPN subsidiará 1 treinador e até 5 (cinco) nadadores por equipa participante, desde que os mesmos tenham participado em pelo menos uma das provas do programa, no montante individual referido na tabela de referência para subsídios disponível na página da FPN – www.fpnatacao.pt.

CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES 2ª DIVISÃO – MASCULINOS E FEMININOS

1. LOCAL

ANL – S. Ant nio dos Cavaleiros (25m x 8 pistas)

2. DATAS

8 e 9 de Dezembro de 2018

3. PROGRAMA – HORÁRIO

8 DEZ 2018 – 09:30		9 DEZ 2018 – 09:00	
1ª JORNADA – 1ª SESSÃO		2ª JORNADA – 1ª SESSÃO	
1	400m Livres Femininos	19	800m Livres Femininos
2	400m Livres Masculinos	20	1500m Livres Masculinos
3	50m Mariposa Femininos	21	50m Livres Femininos
4	50m Mariposa Masculinos	22	50m Livres Masculinos
5	100m Costas Femininos	23	200m Bruços Femininos
6	100m Costas Masculinos	24	200m Bruços Masculinos
7	200m Estilos Femininos	25	50m Costas Femininos
8	200m Estilos Masculinos	26	50m Costas Masculinos
INTERVALO – 10'		27	100m Mariposa Femininos
9	4x100m Livres Femininos	28	100m Mariposa Masculinos
10	4x100m Livres Masculinos		
8 DEZ 2018 – 16:30		9 DEZ 2018 – 16:00	
1ª JORNADA – 2ª SESSÃO		2ª JORNADA – 2ª SESSÃO	
11	200m Mariposa Femininos	29	400m Estilos Femininos
12	200m Mariposa Masculinos	30	400m Estilos Masculinos
13	100m Bruços Femininos	31	100m Livres Femininos
14	100m Bruços Masculinos	32	100m Livres Masculinos
15	200m Livres Femininos	33	200m Costas Femininos
16	200m Livres Masculinos	34	200m Costas Masculinos
INTERVALO – 10'		35	50m Bruços Femininos
17	4x100m Estilos Femininos	36	50m Bruços Masculinos
18	4x100m Estilos Masculinos	INTERVALO – 10'	
		37	4x200m Livres Femininos
		38	4x200m Livres Masculinos

4. PARTICIPAÇÃO

Participam nos Campeonatos Masculino e Feminino da 2ª Divisão, os 24 clubes apurados para o efeito.

Assim, terão garantido a sua participa o (caso realizem a pr -inscri o) os seguintes clubes:

Masculinos –

Femininos –

- **Nota:** nesta competição são poderão participar nadadores filiados pelo clube, na Federação Portuguesa de Natação até 19 de outubro de 2018 e que tenham participado em duas competições pelo respetivo clube em território nacional.

5. INSCRIÇÕES

Para estes campeonatos realizar-se-  uma pr -inscrição para definição atempada dos reais clubes participantes. A pr -inscrição deverá ser realizada, em ficha destinada para o efeito, até ao dia **19 de Outubro de 2018**.

Um clube que realize a pr -inscrição, e que não concretize a inscrição nos campeonatos ou não participe nos mesmos, fica sujeito a uma multa de **500 **; salvo por motivo excecionalmente grave, devidamente comprovado pela FPN.

A não realização desta pr -inscrição implicará a não participação no respetivo campeonato.

O Clube que, pertencendo por direito próprio a esta divisão, não compareça, ou não se inscreva, no respetivo Campeonato, disputará a Fase de Qualificação.

Se um ou mais clubes não se inscrever(em), o ajustamento dos clubes participantes realizar-se-  através da repescagem do(s) clube(s) que na época anterior, melhor(es) classificação( es) tenha(m) obtido na 3  Divisão.

As inscrições deverão ser realizadas por correio eletr nico para inscricoes@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em www.swimrankings.net/manager/, até ao **dia 27 de Novembro de 2018**. Serão aceites um máximo de 12 (doze) nadadores por equipa.

A constituição das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscrições. Contudo,   permitido alterar a constituição da equipa de estafetas até 1 (uma) hora antes do início da sessão, no secretariado da Competição. Os nadadores constituintes da estafeta deverão constar da lista onomástica de participantes do respetivo clube.

São válidos como tempos de inscrição, as marcas registadas entre 1 de Outubro de 2017 e 26 de Novembro de 2018.

6. REGRAS ESPECÍFICAS

Cada Clube terá de se fazer representar por **1 nadador(a) e 1 equipa de estafetas por prova**.

Os nadadores da categoria Juvenil, Júnior e Sénior podem ser inscritos num máximo de **3 (três) provas individuais mais as estafetas**.

Os nadadores da categoria Infantil podem participar em **3 (três) provas**, sendo-lhes permitido nadar um máximo de 2 provas por sessão incluindo estafetas. Os nadadores **infantis B não poderão utilizar fatos de competição**.

Um Clube termina a sua participação a partir do momento em que deixa de se fazer representar devidamente numa prova, o que implicará a imediata transição para a divisão imediatamente inferior.

Numa **situação excecional**, em que um nadador não possa participar numa prova, por motivo de acidente ou outro de comprovada gravidade, poderá o clube, **desde que previamente autorizado pelo Júri da Competição**,

- Proceder à sua substituição imediata por outro nadador da equipa.
- Não se fazer representar na prova em questão, conseqüentemente não pontuando, mas mantendo-se o clube em competição.

7. SUBSTITUIÇÕES

Serão permitidas **3 (três) substituições por jornada**, de nadadores inscritos nas provas, desde que:

- Os nadadores substitutos constem da lista onomástica.
- As alterações sejam comunicadas à organização, por escrito, em ficha própria para o efeito, até **1 (uma) hora** antes do início de cada jornada.

8. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES

Os Clubes concorrentes a cada um dos campeonatos em disputa, 2ª Divisão Masculina e 2ª Divisão Feminina, serão agrupados por séries de acordo com o tempo de inscrição dos seus nadadores.

No caso de não existir tempo ou do mesmo ser igual para mais do que um clube, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

9. CLASSIFICAÇÕES

Os Clubes concorrentes a cada um dos campeonatos serão ordenados pelo somatório dos pontos obtidos em cada prova pelos seus nadadores e equipas de estafetas.

Funcionará como fator de desempate o número de 1ºs lugares obtidos por cada Clube nas provas do campeonato. Se tal se revelar insuficiente, recorrer-se-á aos 2ºs, 3ºs e assim sucessivamente, até se conseguir o desempate. Se ainda subsistir o empate, recorrer-se-á ao melhor tempo, segundo **tabela FINA mais recente, em vigor à data da competição** obtido por cada Clube nas provas do Campeonato.

O sistema de pontuação será o seguinte:

- 1º Classificado – Nº Clubes + 1
- 2º Classificado – Nº Clubes - 1
- 3º Classificado – Nº Clubes - 2
- e assim sucessivamente até ao último classificado que terá 1 ponto.
- Desclassificado – 0 pontos
- Desistência – 0 pontos

Em caso de empate entre dois ou mais nadadores, ou entre duas ou mais equipas de estafetas, será atribuída a pontuação referente à sua classificação, mantendo-se para os restantes, o sistema de pontuação vigente.

10. PRÉMIOS

Os clubes vencedores, masculino e feminino, da 2ª divisão receberão a Taça FPN e os seus nadadores (num máximo de 12) uma medalha.

Aos restantes clubes participantes será entregue um troféu.

11. MUDANÇA DE DIVISÃO

Transitarão para a 3ª Divisão, os 21º, 22º, 23º e 24º classificados destes Campeonatos por troca com os 1º, 2º, 3º e 4º classificados dos Campeonatos Masculino e Feminino da 3ª Divisão.

Ascenderão à 1ª Divisão, os 1º, 2º e 3º classificados dos Campeonatos Masculino e Feminino.

Sempre que um clube inscrito não comparecer ao respetivo campeonato, verificar-se-á a descida de menos um clube à 3ª Divisão.

12. SUBSÍDIOS

A FPN subsidiará 1 treinador e até 5 (cinco) nadadores por equipa participante, desde que os mesmos tenham participado em pelo menos uma das provas do programa, no montante individual referido na tabela de referência para subsídios disponível na página da FPN – www.fpnatacao.pt.

TORNEIOS ZONAIS DE JUVENIS - PISCINA CURTA

1. LOCAIS

- Zona Norte: ANMIN – Braga (25m x 8 pistas)
- Zona Sul: ANDS – Tomar (25m x 8 pistas)

2. DATAS

14 a 16 de Dezembro de 2018

3. ORGANIZAÇÃO

A organização destes Torneios ficará sob a responsabilidade de duas das Associações Territoriais, que irão acolher as restantes, distribuídas por duas zonas:

ORGANIZAÇÃO	ZONAS	ASSOCIAÇÕES
ARNN	Norte	ANCNP, ANC, ANMIN, ANNP, ARNN
ANALG	Sul	ANALG, ANARA, ANDL, ANDS, ANIC, ANL, ANM, ANALEN

4. PROGRAMA – HORÁRIOS

15 DEZ 2018 – 09:30		16 DEZ 2018 – 09:00			
2ª JORNADA – 1ª SESSÃO		3ª JORNADA – 1ª SESSÃO			
7	800m Livres Fem.	19	1500m Livres Masc.		
8	400m Livres Masc.	20	400m Livres Fem.		
9	200m Bruços Fem.	21	200m Bruços Masc.		
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS			
10	200m Costas Masc.	22	200m Costas Fem.		
11	200m Estilos Fem.	23	200m Estilos Masc.		
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS			
14 DEZ 2018 – 16:00		15 DEZ 2018 – 16:30		16 DEZ 2018 – 16:00	
1ª JORNADA		2ª JORNADA – 2ª SESSÃO		3ª JORNADA – 2ª SESSÃO	
1	400m Estilos Fem.	12	200m Livres Masc.	24	200m Livres Fem.
2	400m Estilos Masc.	13	100m Livres Fem.	25	100m Livres Masc.
3	100m Costas Fem.	14	100m Bruços Masc.	26	100m Bruços Fem.
4	100m Costas Masc.	ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	
ENTREGA DE MEDALHAS		15	200m Mariposa Fem.	27	200m Mariposa Masc.
5	4x200m Livres Fem.	16	100m Mariposa Masc.	28	100m Mariposa Fem.
6	4x200m Livres Masc.	ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	
ENTREGA DE MEDALHAS		17	4x100m Estilos Fem.	29	4x100m Estilos Masc.
ENTREGA DE MEDALHAS		18	4x100m Livres Masc.	30	4x100m Livres Fem.
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	

5. PARTICIPAÇÃO

Os nadadores competirão nas zonas definidas para cada Associa o Territorial.

Têm direito a participar nestes Torneios os nadadores e as equipas de estafeta, 1 (uma) por clube, escalão etário e género, da categoria de Juvenis, que tenham obtido o TAC nas respetivas distâncias e técnicas, entre 1 de Dezembro de 2017 e 3 de Dezembro de 2018.

Cada nadador s  poderá ser inscrito, ao longo das 3 jornadas/5 sessões dos Campeonatos, em 5 provas individuais mais as estafetas, não existindo limite por sessão.

O nadador Juvenil que tenha obtido Mínimo de acesso na prova de 200m de uma técnica poderá participar na prova de 100m da mesma técnica (sem ter obtido Mínimo para esta prova), sendo obrigatório a participa o deste na prova de 200m.

6. INSCRI ES

As inscri es deverão ser entregues na Associa o Territorial responsável pela sua organiza o, em data e local a definir pela mesma.

A constitui o das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscri es, indicando o respetivo tempo de inscri o. Contudo,   permitido alterar a constitui o da equipa de estafetas até 1 (uma) hora antes do início da sessão, no secretariado da Competi o. Os nadadores constituintes da estafeta deverão constar da lista onomástica de participantes do respetivo clube.

7. ORGANIZA O DAS SÉRIES

Os nadadores serão agrupados por séries, segundo os tempos de inscri o, independentemente do escalão etário a que pertencem. Caso haja mais do que 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscri o, a atribui o de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

8. CLASSIFICA ES E PRÉMIOS

Haverá classifica es separadas por prova e escalão etário.

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

9. TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO

Publicada em Anexo a estes Regulamentos.

CAMPEONATOS NACIONAIS JUNIORES E SENIORES – PISCINA CURTA

1. LOCAL

ANNP - Felgueiras (25m x 8 pistas)

2. DATAS

21 a 23 de Dezembro de 2018

3. PROGRAMA – HORÁRIOS

21 DEZ 2018 – 09:00 1ª JORNADA – ELIMINATÓRIAS		22 DEZ 2018 – 09:00 2ª JORNADA - ELIMINATÓRIAS		23 DEZ 2018 – 09:00 3ª JORNADA - ELIMINATÓRIAS	
1	800m Livres Masc. (SL)	29	4x50m Estilos Masc. (SL)	33	800m Livres Fem. (SL)
13	4x50m Livres Fem. (SL)	30	4x50m Estilos Fem. (SL)	34	50m Bruços Masc.
14	4x50m Livres Masc.(SL)	17	400m Livres Masc. (SL)	35	50m Bruços Fem.
2	100m Bruços Fem.	18	400m Livres Fem. (SL)	36	100m Costas Masc.
3	100m Bruços Masc.	19	50m Costas Masc.	37	100m Costas Fem.
4	100m Livres Fem.	20	50m Costas Fem.	38	200m Mariposa Masc.
5	100m Livres Masc.	21	200m Bruços Masc.	39	200m Mariposa Fem.
6	200m Costas Fem.	22	200m Bruços Fem.	INTERVALO – 10'	
7	200m Costas Masc.	23	100m Mariposa Masc.	40	200m Livres Masc.
INTERVALO – 10'		24	100m Mariposa Fem.	41	200m Livres Fem.
8	50m Mariposa Fem.	INTERVALO – 10'		42	100m Estilos Masc.
9	50m Mariposa Masc.	25	50m Livres Masc.	43	100m Estilos Fem.
10	400m Estilos Fem. (SL)	26	50m Livres Fem.	44	1500m Livres Masc. (SL)
11	400m Estilos Masc. (SL)	27	200m Estilos Masc.	45	4x100m Livres Fem. (SL)
12	1500m Livres Fem. (SL)	28	200m Estilos Fem.	46	4x100m Livres Masc.(SL)
15	4x100m Estilos Masc. (SL)	31	4x200m Livres Masc. (SL)		
16	4x100m Estilos Fem. (SL)	32	4x200m Livres Fem. (SL)		

21 DEZ 2018 – 17:00 1ª JORNADA – FINAIS		22 DEZ 2018 – 16:00 2ª JORNADA – FINAIS		23 DEZ 2018 – 16:00 3ª JORNADA – FINAIS	
12	1500m Livres Fem. (SR)	29	4x50m Estilos Masc. (SR)	44	1500m Livres Masc. (SR)
1	800m Livres Masc. (SR)	30	4x50m Estilos Fem. (SR)	33	800m Livres Fem.. (SR)
13	4x50m Livres Fem. (SR)	17	400m Livres Masc. (SR)	34	50m Bruços Masc.
14	4x50m Livres Masc. (SR)	18	400m Livres Fem. (SR)	35	50m Bruços Fem.
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	
2	100m Bruços Fem.	19	50m Costas Masc.	36	100m Costas Masc.
3	100m Bruços Masc.	20	50m Costas Fem.	37	100m Costas Fem.
4	100m Livres Fem.	21	200m Bruços Masc.	38	200m Mariposa Masc.
5	100m Livres Masc.	22	200m Bruços Fem.	39	200m Mariposa Fem.
6	200m Costas Fem.	23	100m Mariposa Fem.	40	200m Livres Masc.
7	200m Costas Masc.	24	100m Mariposa Masc.	41	200m Livres Fem.
8	50m Mariposa Fem.	25	50m Livres Masc.	42	100m Estilos Masc.
9	50m Mariposa Masc.	26	50m Livres Fem.	43	100m Estilos Fem.
ENTREGA DE MEDALHAS		27	200m Estilos Masc.	ENTREGA DE MEDALHAS	
10	400m Estilos Fem. (SR)	28	200m Estilos Fem.	46	4x100m Livres Masc. (SR)
11	400m Estilos Masc. (SR)	ENTREGA DE MEDALHAS		45	4x100m Livres Fem. (SR)
16	4x100m Estilos Fem. (SR)	31	4x200m Livres Masc. (SR)	ENTREGA DE MEDALHAS	
15	4x100m Estilos Masc. (SR)	32	4x200m Livres Fem. (SR)		
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS			

4. PARTICIPAÇÃO

Estes campeonatos destinam-se às categorias de Juniores e Seniores, tendo direito a participar nos mesmos todos os nadadores que tenham cumprido o critério de admissão (Ver 7. Tabela de Tempos de Admissão), entre 8 de dezembro de 2017 e 11 de Dezembro 2018.

O nadador(a) apurado(a) que não compareça à respetiva final e não comunique esse facto à organização, até 30 minutos após a conclusão da última série da respetiva eliminatória – no caso das equipas de estafetas essa informação deverá ser prestada durante a sessão das eliminatórias – verá o seu Clube ser penalizado em **100€**. No caso dos nadadores individuais, serão os próprios a estar sujeitos à mesma penalização.

Cada prova individual terá apenas uma final por categoria (Júnior e Sénior), com exceção das provas de 400m Estilos, 400, 800 e 1500m Livres, que serão disputadas pelo sistema de séries, nas quais as mais lentas serão realizadas durante as eliminatórias e as mais rápidas nas finais. Caso haja mais do que um nadador com o 10º tempo de inscrição o nadador mais velho será colocado na série mais rápida.

As estafetas serão realizadas no sistema de séries, nas quais as mais lentas serão realizadas durante as eliminatórias e as mais rápidas nas finais.

Terão acesso à final os nadadores classificados nos 8 primeiros lugares das eliminatórias, sendo suplentes os 9º e 10º classificados, de cada categoria (Júnior e Sénior).

Nota: As eliminatórias, as finais e as séries rápidas serão disputadas em 8 (oito) pistas.

A ordem de realização das finais é a seguinte: 1º Final Júnior e 2º Final Sénior.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em www.swimrankings.net/manager/, até ao **dia 11 de Dezembro de 2018**.

A constituição das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscrições, indicando o respetivo tempo de inscrição. Contudo, é permitido alterar a constituição da equipa de estafetas até 1 (uma) hora antes do início da sessão, no secretariado da Competição. Os nadadores constituintes da estafeta deverão constar da lista onomástica de participantes do respetivo clube.

6. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL E PRÉMIOS

As Finais classificarão os nadadores do 1º ao 8º ou 10º.

No caso das provas disputadas por sistema de séries, a classificação será ordenada de acordo com os tempos realizados durante as mesmas.

Haverá classifica es por prova, categoria e género.

Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados das categorias Juniores e Seniores de cada prova.

7. TABELA DE TEMPOS DE ADMISSÃO

Publicada em Anexo a estes Regulamentos.

TORNEIOS ZONAIS DE INFANTIS - PISCINA CURTA

1. LOCAIS

- Zona Norte: ANC - Condeixa (25 x 8 pistas)
- Zona Sul: ANL – Pinhal Novo (25 x 8 pistas)

2. DATAS

29 a 31 de Março de 2019

3. ORGANIZAÇÃO

A organização destes Torneios ficará sob a responsabilidade de duas das Associações Territoriais, que irão acolher as restantes, distribuídas por duas zonas:

ORGANIZAÇÃO	ZONAS	ASSOCIAÇÕES
ANCNP	Norte	ANCNP, ANC, ANMIN, ANNP, ARNN
ANALEN	Sul	ANALG, ANARA, ANDL, ANDS, ANIC, ANL, ANM, ANALEN

4. PROGRAMA – HORÁRIOS

30 MAR 2019 – 09:00 2ª JORNADA – 1ª SESSÃO		31 MAR 2019 – 09:00 3ª JORNADA – 1ª SESSÃO	
7	800m Livres Fem.	19	1500m Livres Masc.
8	400m Livres Masc.	20	400m Livres Fem.
9	200m Bruços Fem.	21	200m Bruços Masc.
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	
10	200m Costas Masc.	22	200m Costas Fem.
11	200m Estilos Fem.	23	200m Estilos Masc.
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	

29 MAR 2019 – 15:30 1ª JORNADA		30 MAR 2019 – 16:00 2ª JORNADA – 2ª SESSÃO		31 MAR 2019 – 16:00 3ª JORNADA – 2ª SESSÃO	
1	400m Estilos Fem.	12	200m Livres Masc.	24	200m Livres Fem.
2	400m Estilos Masc.	13	100m Livres Fem.	25	100m Livres Masc.
3	100m Costas Fem.	14	100m Bruços Masc.	26	100m Bruços Fem.
4	100m Costas Masc.	ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	
ENTREGA DE MEDALHAS		15	200m Mariposa Fem.	27	200m Mariposa Masc.
5	4x200m Livres Fem.	16	100m Mariposa Masc.	28	100m Mariposa Fem.
6	4x200m Livres Masc.	ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	
ENTREGA DE MEDALHAS		17	4x100m Estilos Fem.	29	4x100m Estilos Masc.
		18	4x100m Livres Masc.	30	4x100m Livres Fem.
		ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	

5. PARTICIPAÇÃO

Os nadadores competirão nas zonas definidas para cada Associa o Territorial.

Têm direito a participar nestes Torneios os nadadores e as equipas de estafeta, 1 (uma) por clube, escalão etário e género, da categoria de infantis A e B, que tenham obtido o TAC nas respetivas distâncias e técnicas, entre 9 de março de 2018 e 18 de março de 2019.

O nadador que tenha obtido TAC na prova de 200m de uma técnica poderá participar na prova de 100m da mesma técnica (sem ter obtido TAC para esta), sendo obrigatório a participa o deste na prova de 200m.

Cada nadador s  poderá ser inscrito, ao longo das 3 jornadas/5 sessões dos Campeonatos, em 5 provas individuais mais as estafetas, não existindo limite por sessão.

Os nadadores **infantis B não poderão utilizar fatos de competi o**.

6. INSCRIÇÕES

As inscri es deverão ser entregues na Associa o Territorial responsável pela sua organiza o, em data e local a definir pela mesma.

A constitui o das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscri es, indicando o respetivo tempo de inscri o. Contudo,   permitido alterar a constitui o da equipa de estafetas até 1 (uma) hora antes do início da sessão, no secretariado da Competi o. Os nadadores constituintes da estafeta deverão constar da lista onomástica de participantes do respetivo clube.

7. ORGANIZA O DAS SÉRIES

Os nadadores serão agrupados por séries, segundo os tempos de inscri o, independentemente do escalão etário a que pertencem. Caso haja mais do que 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscri o, a atribui o de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

8. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Haverá classifica es separadas por prova, escalão etário e género.

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

9. TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO

Publicada em Anexo a estes Regulamentos.

CAMPEONATOS NACIONAIS DE JUVENIS, JUNIORES E ABSOLUTOS - PISCINA LONGA

1. LOCAL

ANC – COP Coimbra (50m x 10 pistas)

2. DATAS

04 a 07 de Abril 2019

3. PROGRAMA – HORÁRIOS

04 ABRIL 1ª JORNADA – 1ª SESSÃO – 9H30			05 DE ABRIL 2ª JORNADA – 1ª SESSÃO - 9H30			06 DE ABRIL 3ª JORNADA – 1ª SESSÃO – 9H30			07 DE ABRIL 4ª JORNADA – 1ª SESSÃO – 9H00		
Nº	PROVA	GÉNERO	Nº	PROVA	GÉNERO	Nº	PROVA	GÉNERO	Nº	PROVA	GÉNERO
1	50 Costas	F	10	100 Costas	M	19	100 Mariposa	M	27	200 Costas	F
2	50 Costas	M	11	100 Costas	F	20	100 Mariposa	F	28	200 Costas	M
3	200 Mariposa	F	12	50 Livres	M	21	50 Bruços	M	29	50 Mariposa	F
4	200 Mariposa	M	13	50 Livres	F	22	50 Bruços	F	30	50 Mariposa	M
5	100 Livres	F	14	100 Bruços	M	23	200 Estilos	M	31	200 Bruços	F
6	100 Livres	M	15	100 Bruços	F	24	400 Estilos	F	32	200 Bruços	M
7	200 Estilos	F	16	400 Estilos	M	INTERVALO 10 MINUTOS – MEDALHAS JUVENIS					
INTERVALO 10 MINUTOS – MEDALHAS JUVENIS						25	200 Livres	M	33	200 Livres	F
8	1500 Livres (SL)	M	17	800 Livres (SL)	F	26	400 Livres	F	34	400 Livres	M
9	1500 Livres (SL)	F	18	800 Livres (SL)	M	MEDALHAS JUVENIS					
1ª JORNADA – FINAIS – 17H			2ª JORNADA – FINAIS – 17H			3ª JORNADA- FINAIS 17H			4ª JORNADA – FINAIS 16H00		
Nº	PROVA	GÉNERO	Nº	PROVA	GÉNERO	Nº	PROVA	GÉNERO	Nº	PROVA	GÉNERO
8	1500 Livres (SR)	M	17	800 Livres (SR)	F	19	100 Mariposa	M	27	200 Costas	F
9	1500 Livres (SR)	F	18	800 Livres (SR)	M	20	100 Mariposa	F	28	200 Costas	M
1	50 Costas	F	10	100 Costas	M	21	50 Bruços	M	29	50 Mariposa	F
2	50 Costas	M	11	100 Costas	F	22	50 Bruços	F	30	50 Mariposa	M
3	200 Mariposa	F	12	50 Livres	M	23	200 Estilos	M	31	200 Bruços	F
4	200 Mariposa	M	13	50 Livres	F	24	400 Estilos	F	32	200 Bruços	M
CERIMÓNIA PROTOCOLAR											
5	100 Livres	F	14	100 Bruços	M	25	200 Livres	M	33	200 Livres	F
6	100 Livres	M	15	100 Bruços	F	26	400 Livres	F	34	400 Livres	M
7	200 Estilos	F	16	400 Estilos	M	CERIMÓNIA PROTOCOLAR					

4. PARTICIPAÇÃO

Estes campeonatos destinam-se às categorias **Juvenil, Júnior e Sénior**, podendo nelas participar os nadadores que tenham cumprido os critérios de admissão nas distâncias e técnicas da respetiva categoria, entre 17 de Março de 2018 e 25 de Março de 2019.

Poderão participar todos os nadadores que cumprirem os mínimos correspondentes ao seu escalão etário/categoria.

Os **nadadores juvenis** poderão participar nas provas de 50m, na categoria Júnior e Absoluta, caso obtenham mínimo de participação Júnior; contudo, é necessário que os nadadores tenham obtido o mínimo do respetivo escalão etário (juvenil A/juvenil B) nas distâncias de 100 e 200m da mesma técnica, mesmo que não participem nessas provas.

Os **nadadores juvenis** poderão participar nas provas de 800m Livres Masculinos e 1500m Livres Femininos, na categoria Júnior e Absoluta, caso obtenham mínimo de participação Júnior.

O nadador Juvenil que tenha obtido Mínimo de acesso na prova de 200m de uma técnica poderá participar na prova de 100m da mesma técnica (sem ter obtido Mínimo para esta prova), sendo obrigatório a participação deste na prova de 200m.

Cada **nadador Juvenil** só poderá ser inscrito, ao longo das quatro (4) jornadas, em cinco (5) provas individuais.

Cada **nadador Júnior e Sénior** só poderá ser inscrito, ao longo das quatro (4) jornadas, em sete (7) provas individuais.

Nas provas de 50m haverá apenas Finais A e B.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em www.swimrankings.net/manager/ até ao dia **26 de Março de 2019**.

6. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES

Os nadadores serão agrupados por séries, segundo os tempos de inscrição, independentemente da categoria a que pertencem. Caso haja mais do que 1 nadador com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

As três últimas séries das sessões da manhã (eliminatórias) serão nadadas no sistema de cabeças de série, sempre que se realizem mais do que três séries em cada uma das provas, com exceção das provas de 800L e 1500L, que se disputará no sistema de séries, disputando-se as mais lentas durante as eliminatórias, e a mais rápida durante as finais (conforme o programa).

7. ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO

Na parte da manhã decorrem as eliminatórias e a competição juvenil A e B e na parte da tarde disputam-se as finais A, B e C.

As finais A serão formadas por nadadores classificados do 1º ao 10º lugar das eliminatórias, sendo suplentes o 11º e 12º classificado.

As finais B são formadas pelos nadadores classificados do 11º ao 20º lugar das eliminatórias, sendo suplentes o 21º e 22º classificado. Esta final **só poderá ser constituída por dois nadadores da categoria sénior, no máximo.**

As finais C são formadas pelos nadadores classificados do 21º ao 30º lugar das eliminatórias, sendo suplentes o 31º e 32º classificado. Esta final **só poderá ser constituída por nadadores da categoria júnior e juvenil, com um máximo de 3 nadadores juniores.**

As finais A serão nadadas em primeiro lugar, seguidas das finais B e C.

Um nadador(a) que não compareça à respetiva final e não comunique, por escrito em ficha própria para o efeito, este facto à Organização até 30 minutos após a conclusão da última série da respetiva eliminatória, fará o seu Clube ser penalizado em **100€**. No caso dos nadadores individuais, serão os próprios a estar sujeitos à mesma penalização.

8. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Haverá classificações separadas por prova e categoria (nos Juvenis separada por escalão etário, Juvenis A e Juvenis B), apurando-se os campeões nacionais de cada um dos escalões etários Juvenis nas sessões da manhã e premiando os três primeiros classificados de cada prova, com exceção das provas de 800L Femininos e 1500L Masculinos, que se disputará no sistema de séries, disputando-se as mais lentas durante as eliminatórias, e a mais rápida durante as finais (conforme o programa).

Da parte da tarde (finais) serão atribuídos os títulos absolutos e de juniores.

Relativamente ao título de Absoluto, as finais A classificarão os nadadores do 1º ao 10º lugar, as finais B classificarão os nadadores do 11º ao 20º lugar e as finais C classificarão os nadadores do 21º ao 30º lugar.

Relativamente ao título de Juniores, serão considerados os tempos dos nadadores dos escalões juvenis e juniores presentes numa das finais, com a ressalva de que um nadador presente na final A ficará sempre à frente de um nadador da final B e os presentes nesta ficarão sempre à frente dos da final C.

Nas provas de 50m, 800m Livres Masculinos e 1500m Livres Femininos haverá apenas classificação Júnior e Absoluta.



9. TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO

Publicada em Anexo a estes Regulamentos.

CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES 1ª DIVISÃO - MASCULINOS E FEMININOS

1. LOCAL

ANNP – Campanhã (50m x 8 pistas)

2. DATAS

13 e 14 de Abril 2019

3. PROGRAMA – HORÁRIOS

13 ABRIL 19 – 09:30		14 ABRIL 19 – 09:00	
1ª JORNADA – 1ª SESSÃO		2ª JORNADA – 1ª SESSÃO	
1	400m Livres Femininos	19	800m Livres Femininos
2	400m Livres Masculinos	20	1500m Livres Masculinos
3	50m Mariposa Femininos	21	50m Livres Femininos
4	50m Mariposa Masculinos	22	50m Livres Masculinos
5	100m Costas Femininos	23	200m Bruços Femininos
6	100m Costas Masculinos	24	200m Bruços Masculinos
7	200m Estilos Femininos	25	50m Costas Femininos
8	200m Estilos Masculinos	26	50m Costas Masculinos
INTERVALO – 10'		27	100m Mariposa Femininos
9	4x100m Livres Femininos	28	100m Mariposa Masculinos
10	4x100m Livres Masculinos		
13 ABRIL 19 – 16:30		14 ABRIL 19 – 16:00	
1ª JORNADA – 2ª SESSÃO		2ª JORNADA – 2ª SESSÃO	
11	200m Mariposa Femininos	29	400m Estilos Femininos
12	200m Mariposa Masculinos	30	400m Estilos Masculinos
13	100m Bruços Femininos	31	100m Livres Femininos
14	100m Bruços Masculinos	32	100m Livres Masculinos
15	200m Livres Femininos	33	200m Costas Femininos
16	200m Livres Masculinos	34	200m Costas Masculinos
INTERVALO – 10'		35	50m Bruços Femininos
17	4x100m Estilos Femininos	36	50m Bruços Masculinos
18	4x100m Estilos Masculinos	INTERVALO – 10'	
		37	4x200m Livres Femininos
		38	4x200m Livres Masculinos

4. PARTICIPAÇÃO

Participam nos Campeonatos Masculino e Feminino da 1ª Divisão, os 12 clubes apurados para o efeito.

Assim, terão garantido a sua participação (caso realizem a pré-inscrição) os clubes classificados entre o 1º e o 9º lugares do campeonato nacional da 1ª divisão época 2017-2018 e os clubes classificados entre o 1º e o 3º lugares do campeonato Nacional de Clubes 2ª divisão época 2017-2018.

Assim, terão garantido a sua participação (caso realizem a pré-inscrição) os seguintes clubes:

Masculinos –

Femininos –

- **Nota:** nesta competição só poderão participar nadadores filiados pelo clube, na Federação Portuguesa de Natação até 19 de outubro de 2018 e que tenham participado em três competições pelo respetivo clube em território nacional.

5. INSCRIÇÕES

Para estes campeonatos realizar-se-á uma pré-inscrição para definição atempada dos reais clubes participantes. A pré-inscrição deverá ser realizada, em ficha destinada para o efeito, até ao dia 19 de Outubro de 2018

Um clube que realize a pré-inscrição, e que não concretize a inscrição nos campeonatos ou não participe nos mesmos, fica sujeito a uma multa de **500€**; salvo por motivo excecionalmente grave, devidamente comprovado pela FPN. Em qualquer dos casos passará a disputar a Fase de Qualificação.

A não realização desta pré-inscrição implicará a não participação no respetivo campeonato.

Se um ou mais clubes, não realizar (em) a pré-inscrição na divisão a que tem direito, o ajustamento dos clubes participantes realizar-se-á através da reescapagem do(s) clube(s) que na época anterior, melhor(es) classificação(ões) tenha(m) obtido na divisão imediatamente inferior.

As inscrições devem ser realizadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em www.swimrankings.net/manager/, até ao dia **2 de Abril de 2019**. Serão aceites um máximo de 20 (vinte) nadadores por equipa.

A constituição das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscrições. Contudo, é permitido alterar a constituição da equipa de estafetas até 1 (uma) hora antes do início da sessão, no secretariado da Competição. Os nadadores constituintes da estafeta deverão constar da lista onomástica de participantes do respetivo clube.

São válidos como tempos de inscrição, as marcas registadas entre 17 de Março de 2018 e 1 de Abril de 2019.

6. REGRAS ESPECÍFICAS

Cada clube terá de se fazer representar em todas as provas do programa. A representação deverá de incluir **2 nadadores(as) e 1 equipa de estafetas por prova**.

Cada nadador(a) pode ser inscrito(a) num máximo de **4 (quatro) provas individuais mais as estafetas**. Os nadadores da categoria Infantil podem participar em **4 (quatro) provas**, sendo-lhes permitido nadar um máximo de 2 provas por sessão incluindo estafetas.

Um Clube termina a sua participação a partir do momento em que deixa de se fazer representar devidamente numa prova, sendo tal facto considerado como não comparência aos Campeonatos.

Numa **situação excepcional**, em que um nadador não possa participar numa prova, por motivo de acidente ou outro de comprovada gravidade, poderá o clube, **desde que previamente autorizado pelo Júri da Competição**,

- Proceder à sua substituição imediata por outro nadador da equipa.
- Não se fazer representar na prova em questão, consequentemente não pontuando, mas mantendo-se o clube em competição.

7. SUBSTITUIÇÕES

Serão permitidas **5 (cinco) substituições por jornada**, de nadadores inscritos nas provas, desde que:

- Os nadadores substitutos constem da lista onomástica.
- As alterações sejam comunicadas à organização, por escrito, em ficha própria para o efeito, até **1 (uma) hora** antes do início de cada sessão.

8. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES

Os Clubes concorrentes a cada um dos campeonatos em disputa, 1ª Divisão Masculina e 1ª Divisão Feminina, serão agrupados por séries de acordo com o tempo de inscrição dos seus nadadores.

No caso de não existir tempo ou do mesmo ser igual para mais do que um clube, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

9. CLASSIFICAÇÕES

Os clubes concorrentes serão ordenados pelo somatório dos pontos obtidos pelos nadadores em cada prova.

Funcionará como fator de desempate a soma do número de primeiros lugares obtidos por cada clube nas provas do campeonato. Se tal se revelar insuficiente recorrer-se-á aos 2º, 3º lugares obtidos e assim sucessivamente até se encontrar o vencedor. Porém, se a situação de igualdade ainda se mantiver, sairá vencedora a equipa que tiver a prova mais pontuada pela tabela FINA em vigor.

O sistema de pontuação será o seguinte:

Provas individuais	Provas de Estafetas
<ul style="list-style-type: none">• 1º Classificado – 25 pontos• 2º Classificado – 23 pontos• 3º Classificado – 22 pontos• e assim sucessivamente até ao 24º classificado que terá 1 ponto.<ul style="list-style-type: none">○ Desclassificado – 0 pontos○ Desistência – 0 pontos	<ul style="list-style-type: none">• 1º Classificado – 25 pontos• 2º Classificado – 21 pontos• 3º Classificado – 19 pontos• 4º Classificado – 17 pontos• 5º Classificado – 15 pontos• 6º Classificado – 13 pontos• e assim sucessivamente até ao 12º classificado que terá 1 ponto.<ul style="list-style-type: none">○ Desclassificado – 0 pontos○ Desistência – 0 pontos

Em caso de empate entre dois ou mais nadadores, ou entre duas ou mais equipas de estafetas, será atribuída a pontuação referente à sua classificação, mantendo-se para os restantes o sistema de pontuação vigente.

10.MUDANÇAS DE DIVISÃO

As equipas classificadas em 10º; 11º e 12º lugares nos campeonatos nacionais da 1ª Divisão masculina e feminina transitarão para a 2ª Divisão na época seguinte.

Sempre que um clube inscrito não compareça ao respetivo campeonato, verificar-se-á a descida de menos um clube à divisão imediatamente inferior.

11.PRÉMIOS

Os Clubes vencedores em masculinos e femininos da 1ª Divisão receberão a TAÇA FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO e os seus nadadores, num máximo de 20 (vinte), uma medalha. Aos restantes Clubes participantes será entregue um troféu correspondente à sua classificação.

12.SUBSÍDIOS

A FPN subsidiará 1 treinador e até (10) nadadores por equipa participante, desde que os mesmos tenham participado em pelo menos uma das provas do programa, no montante individual referido na tabela de referência para subsídios disponível na página da FPN – www.fpnatacao.pt.

CAMPEONATOS NACIONAIS DE INFANTIS

1. LOCAL

ANALG – Loulé (50m x 8 pistas)

2. DATAS

26 a 28 de Julho de 2019

3. PROGRAMA – HORÁRIOS

27 JUL 2019 – 09:00 2ª JORNADA – 1ª SESSÃO		28 JUL 2019 – 09:00 3ª JORNADA – 1ª SESSÃO	
5	100 Mariposa femininos	23	400 Estilos masculinos
6	200 Mariposa masculinos	24	400 Estilos femininos
7	100 Costas femininos	25	200 Estilos masculinos
8	200 Costas masculinos	26	200 Estilos femininos
9	100 Bruços femininos	27	4x200 Livres Misto
10	200 Bruços masculinos	ENTREGA DE PRÉMIOS	
11	100 Livres femininos		
12	200 Livres masculinos		
13	4x100 Livres Misto		

26 JUL 2019 – 15:30 1ª JORNADA		27 JUL 2019 – 16:00 2ª JORNADA – 2ª SESSÃO	
1	1500 Livres masculinos	14	200 Mariposa femininos
2	800 Livres femininos	15	100 Mariposa masculinos
3	400 Livres masculinos	16	200 Costas femininos
4	400 Livres femininos	17	100 Costas masculinos
		18	200 Bruços femininos
		19	100 Bruços masculinos
		20	200 Livres femininos
		21	100 Livres masculinos
		22	4x100 Estilos Misto

4. PARTICIPAÇÃO

Têm direito a participar neste Campeonato os nadadores que tenham cumprido o Mínimo de acesso nas distâncias e técnicas dos respetivos escalões, entre 20 de Julho de 2018 e 15 de Julho de 2019.

Os nadadores **infantis B não poderão utilizar fatos de competição**.

Aquando da inscrição, tendo em consideração a classificação final do Campeonato Nacional de Infantis, cada nadador terá que ser inscrito num máximo de quatro (4) provas (em que tenha obtido Mínimo de acesso), respeitando os seguintes pressupostos:

- Apenas uma (1) prova de 200m (200M, 200C, 200B, 200L; sendo que esta deverá ser diferente da técnica da prova de 100m);
- Apenas uma (1) prova de 100m (100M, 100C, 100B, 100L; sendo que esta deverá ser diferente da técnica da prova de 200m);
- Apenas uma (1) prova de Fundo/Meio-Fundo (1500L/800L e 400L);

- Apenas uma (1) prova de Estilos (400Est, 200Est).

Cada nadador, desde que cumpra os mínimos de acesso, pode participar nos campeonatos mesmo que não o faça nas quatro provas; neste caso, a inscrição deverá respeitar os critérios acima indicados:

- nos casos em que o nadador não tenha mínimos de acesso para nadar as quatro (4) provas (uma prova de 200 metros, uma de 100 metros, uma de Fundo/Meio-fundo, uma de Estilos), poderá inscrever-se naquelas em que tenha mínimo, sendo que só poderá ser inscrito numa prova de 200 metros, numa prova de 100 metros (diferente da técnica da prova dos 200 metros), numa prova de Fundo/Meio-fundo e numa prova de Estilos.

Em regime de extracompetição, é permitido que cada nadador seja inscrito numa (1) prova adicional ao indicado acima, desde que tenha obtido o respetivo Mínimo de acesso nessa prova; contudo, só é válido para as provas de 200 metros e no momento da inscrição, essa prova deverá ser indicada como sendo “Extracompetição”, sendo-lhe permitido nadar um máximo de duas (2) provas nessa sessão, incluindo neste pressuposto a prova em regime de extracompetição e a prova de estafetas.

Provas de estafetas:

- as estafetas são mistas, compostas por dois nadadores masculinos e dois femininos, organizadas por escalão etário (Infantis A, Infantis B);
- cada nadador poderá participar nas três (3) provas de estafetas;
- nas provas de estafetas não há mínimos de acesso, sendo esta participação aberta a todos os nadadores da categoria de Infantis, independentemente de participarem ou não nas provas individuais do programa;
- cada equipa poderá apenas inscrever-se numa (1) prova de estafetas em cada escalão etário, nas respetivas distâncias e técnicas.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser realizadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em www.swimrankings.net/manager/, até ao dia **16 de julho de 2019**.

A constituição das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscrições, indicando o respetivo tempo de inscrição. Contudo, é permitido alterar a constituição da equipa de estafetas até 1 (uma) hora antes do início da sessão, no secretariado da Competição. Os nadadores constituintes da estafeta deverão constar da lista onomástica de participantes do respetivo clube.

6. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES

Os nadadores serão agrupados por séries, segundo os tempos de inscrição, independentemente do escalão etário a que pertencem. Caso haja mais do que 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de

inscrição, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas. Nas provas de estafetas o tempo de inscrição deverá corresponder ao somatório dos melhores tempos dos nadadores que constituem a estafeta, obtidos entre 20 de Julho de 2018 e 15 de Julho de 2019.

7. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

- a classificação final é atribuída em função do somatório da pontuação FINA (**tabela Rudolph mais recente, em vigor à data da competição**) nas provas selecionadas por cada nadador, por escalão etário (Infantis A e B) e sexo, e serão entregues prémios aos 10 primeiros classificados de cada escalão/sexo;
 - independentemente do número de provas em que cada nadador participe (quatro, três, duas ou apenas numa prova), o nadador será considerado para a classificação final do Campeonato Nacional de Infantis, com a pontuação FINA correspondente às provas nadadas;
 - não são atribuídos pontos nas provas nadadas em regime de extracompetição.
-
- Nas estafetas haverá uma classificação por prova com a atribuição de prémios aos três primeiros classificados em cada escalão etário;
 - Será também efetuada uma classificação por clubes, em função da pontuação obtida em cada uma das estafetas. Esta pontuação será definida da seguinte forma: 1º lugar - 17 pontos; 2º lugar – 15 pontos; 3º lugar – 14 pontos; e assim sucessivamente até ao 16º lugar com a atribuição de 1 ponto; haverá prémios para os três primeiros clubes classificados com base no conjunto das provas de estafetas e ao vencedor será atribuído o título de campeão nacional de clubes na categoria de infantis; funcionará como fator de desempate o número de primeiros lugares obtidos por cada clube nas provas de estafetas. Se tal se revelar insuficiente, recorrer-se-á aos segundos e terceiros lugares, e assim sucessivamente, até se conseguir o desempate.

8. TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO

Publicada em Anexo a estes Regulamentos.

OPEN DE PORTUGAL, CAMPEONATOS ABSOLUTOS DE PORTUGAL, CAMPEONATOS NACIONAIS DE JUVENIS

1. LOCAL

ANMAD – Penteada (50m x 10 pistas)

2. DATAS

1 a 4 de Agosto 2019

3. PARTICIPAÇÃO

Estes campeonatos destinam-se às categorias **Juvenil, Júnior e Sénior**, podendo nelas participar os nadadores que tenham cumprido os critérios de admissão nas distâncias e técnicas da respetiva categoria, entre 26 de Julho de 2018 e 21 de Julho de 2019.

O número de estrangeiros nas provas de 1500 e 800 Livres será limitado a um máximo de 6 inscrições e o número de nadadores estrangeiros na série mais rápida não poderá ser superior ao definido para a participação nas finais.

Nas provas de estafeta da categoria Juvenil, **as equipas serão compostas sem distinção de ano de nascimento, sendo considerado apenas o Mínimo de Juvenil A.**

Os **nadadores juvenis** poderão participar nas provas de 50m, caso obtenham mínimo de participação Júnior; contudo, é necessário que os nadadores tenham obtido o mínimo do respetivo escalão etário (juvenil A/juvenil B) nas distâncias de 100 e 200m da mesma técnica, mesmo que não participem nessas provas.

Os **nadadores juvenis** poderão participar nas provas de 800m Livres Masculinos e 1500m Livres Femininos, caso obtenham mínimo de participação Júnior.

Cada nadador das categorias Júnior e Sénior não poderá ser inscrito em mais do que 7 (sete) provas individuais, mais as estafetas.

Para os nadadores da categoria de Juvenis, o limite máximo de inscrições em provas individuais será de 5 (cinco), mais as estafetas (Juvenis e/ou Absolutas).

Nadador ou equipa de estafeta apurado(a) que não compareça à respetiva final e não comunique, por escrito em ficha própria para o efeito, este facto à Organização até 30 minutos após a conclusão da última série da respetiva eliminatória, fará o seu Clube ser penalizado em **100€**. No caso dos nadadores individuais, serão os próprios a estar sujeitos à mesma penalização.

No **Open de Portugal** o limite máximo de participação de nadadores estrangeiros por final será entre 2 (dois) e 4 (quatro), a ser definido após a conclusão das inscrições e anunciado aquando da publicação da lista de participantes.

4. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser realizadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em www.swimrankings.net/manager/, até ao dia **22 de Julho de 2019**.

A constituição das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscrições, indicando o respetivo tempo de inscrição. Contudo, é permitido alterar a constituição da equipa de estafetas até 1 (uma) hora antes do início da sessão, no secretariado da Competição. Os nadadores constituintes da estafeta deverão constar da lista onomástica de participantes do respetivo clube.

5. PROGRAMA – HORÁRIOS

1 DE AGOSTO – 09:00 1ª JORNADA – ELIMINATÓRIAS		2 DE AGOSTO – 09:00 2ª JORNADA – ELIMINATÓRIAS		3 DE AGOSTO – 09:00 3ª JORNADA – ELIMINATÓRIAS		4 DE AGOSTO – 09:00 4ª JORNADA – ELIMINATÓRIAS	
1	1500m Livres Masc. (SL)	15	400m Estilos Masc.	27	100m Mariposa Fem.	39	200m Mariposa Fem.
2	800m Livres Fem. (SL)	16	400m Estilos Fem.	28	100m Mariposa Masc.	40	200m Mariposa Masc.
3	50m Mariposa Masc. (Abs.)	17	200m Livres Masc.	29	200m Bruços Fem.	41	100m Livres Fem.
4	50m Mariposa Fem. (Abs.)	18	200m Livres Fem.	30	200m Bruços Masc.	42	100m Livres Masc.
5	100m Bruços Masc.	19	50m Bruços Masc. (Abs.)	31	50m Livres Fem. (Abs.)	43	200m Estilos Fem.
6	100m Bruços Fem.	20	50m Bruços Fem. (Abs.)	32	50m Livres Masc. (Abs.)	44	200m Estilos Masc
7	50m Costas Masc. (Abs.)	21	200m Costas Masc.	33	100m Costas Fem.	45	1500m Livres Fem (SL - Abs.)
8	50m Costas Fem. (Abs.)	22	200m Costas Fem.	34	100m Costas Masc.	46	800m Livres Masc. (SL - Abs.)
9	4x200m Livres Masc. (Juv.)	23	4x100m Livres Masc. (Juv.)	35	400m Livres Fem.	47	4x100m Estilos Fem. (Juv.)
10	4x200m Livres Fem. (Juv.)	24	4x100m Livres Fem. (Juv.)	36	400m Livres Masc.	48	4x100m Estilos Masc. (Juv.)
1 DE AGOSTO – 17:00 1ª JORNADA – FINAIS		2 DE AGOSTO – 17:00 2ª JORNADA – FINAIS		3 DE AGOSTO – 17:00 3ª JORNADA – FINAIS		4 DE AGOSTO – 16:00 4ª JORNADA – FINAIS	
11	4x50m Livres Masc. (Abs.)	15	400m Estilos Masc.	27	100m Mariposa Fem.	45	1500m Livres Fem (SR - Abs.)
12	4x50m Livres Fem. (Abs.)	16	400m Estilos Fem.	28	100m Mariposa Masc.	46	800m Livres Masc. (SR - Abs.)
1	1500m Livres Masc. (SR)	17	200m Livres Masc.	29	200m Bruços Fem.	39	200m Mariposa Fem.
2	800m Livres Fem. (SR)	18	200m Livres Fem.	30	200m Bruços Masc.	40	200m Mariposa Masc.
3	50m Mariposa Masc. (Abs.)	ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	
4	50m Mariposa Fem. (Abs.)	19	50m Bruços Masc.	31	50m Livres Fem.	41	100m Livres Fem.
ENTREGA DE MEDALHAS		20	50m Bruços Fem.	32	50m Livres Masc.	42	100m Livres Masc.
5	100m Bruços Masc.	21	200m Costas Masc.	33	100m Costas Fem.	43	200m Estilos Fem.
6	100m Bruços Fem.	22	200m Costas Fem.	34	100m Costas Masc.	44	200m Estilos Masc.
7	50m Costas Masc. (Abs.)	ENTREGA DE MEDALHAS		35	400m Livres Fem.	ENTREGA DE MEDALHAS	
8	50m Costas Fem. (Abs.)	25	4x100m Livres Masc. (Abs.)	36	400m Livres Masc.	49	4x100m Estilos Fem. (Abs.)
ENTREGA DE MEDALHAS		26	4x100m Livres Fem. (Abs.)	ENTREGA DE MEDALHAS		50	4x100m Estilos Masc. (Abs.)
13	4x200m Livres Masc. (Abs.)	ENTREGA DE MEDALHAS		37	4x50m Estilos Fem. (Abs.)	ENTREGA DE MEDALHAS	
14	4x200m Livres Fem. (Abs.)	ENTREGA DE MEDALHAS		38	4x50m Estilos Masc. (Abs.)	ENTREGA DE MEDALHAS	
ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	

6. ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO

Nos **Campeonatos Nacionais de Juvenis**, cada prova individual compreenderá eliminatórias e Final (Final Juvenil) em função dos tempos realizados nas séries.

Se numa dada prova se verificarem 10 ou menos inscrições, haverá apenas lugar a “final direta”, sendo os nadadores ordenados pelos tempos de inscrição.

As finais serão formadas por nadadores classificados do 1º ao 10º lugar das eliminatórias, sendo suplentes os 11º e 12º classificado.

No **Open de Portugal / Campeonatos Absolutos de Portugal**, cada prova individual compreenderá eliminatórias e finais A e B (esta apenas quando se verificar um mínimo de 20 participantes), com exceção dos 800m e 1500m Livres, que se disputará no sistema de séries, disputando-se as mais lentas durante as eliminatórias, e a mais rápida durante as finais (conforme o programa).

As provas de estafetas absolutas disputar-se-ão por séries, nas sessões das finais.

Nas eliminatórias a atribuição de pistas será efetuada utilizando o sistema de *cabeças de série*.

Se numa dada prova se verificarem 10 ou menos inscrições, haverá apenas lugar a “final direta”, sendo os nadadores ordenados pelos tempos de inscrição.

As finais A serão formadas por nadadores classificados do 1º ao 10º lugar das eliminatórias, sendo suplentes o 11º e 12º classificado.

As finais B são formadas pelos nadadores classificados do 11º ao 20º lugar das eliminatórias, sendo suplentes o 21º e 22º classificado.

As finais B serão nadadas em primeiro lugar, seguidas das finais A.

7. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

As finais A classificarão os nadadores do 1º ao 10º lugar.

As finais B, quando for caso disso, apurarão os nadadores do 11º ao 20º lugar.

8. PRÉMIOS

Nos **Campeonatos Nacionais de Juvenis**, as classificações serão separadas por prova e género sendo apenas considerados os nadadores de nacionalidade portuguesa.

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

Nos **Campeonatos Absolutos de Portugal**, as classificações serão absolutas em cada prova e género, sendo atribuídos prémios aos 3 (três) primeiros classificados.

No **Open de Portugal**, as classificações serão absolutas em cada prova e género sendo atribuído um prémio ao vencedor.

De acordo com o número de nadadores estrangeiros presentes no Open de Portugal, a organização poderá decidir atribuir prémios aos 3 (três) primeiros classificados de cada prova e género. Esta situação será definida após a conclusão das inscrições e anunciada aquando da publicação da lista de participantes.

9. TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO

Publicada em Anexo a estes Regulamentos.

ANEXOS

MÍNIMOS COMPETIÇÕES NACIONAIS – JUNIORES E SENIORES

FEMININOS				PROVAS	MASCULINOS			
JÚNIOR		SÉNIOR			JÚNIOR		SÉNIOR	
02-03		01 E ANTES			01-02		00 E ANTES	
P25M	P50M	P25M	P50M		P25M	P50M	P25M	P50M
00:28.21	00:28.76	00:27.69	00:28.19	50 Livres	00:24.57	00:25.23	00:24.04	00:24.92
01:00.78	01:01.97	00:59.57	01:00.66	100 Livres	00:53.39	00:54.83	00:52.29	00:53.63
02:11.68	02:13.74	02:08.60	02:10.94	200 Livres	01:57.21	02:00.10	01:54.59	01:56.94
04:37.84	04:44.93	04:31.22	04:36.53	400 Livres	04:09.77	04:17.70	04:03.96	04:10.88
09:40.82	09:51.26	09:24.06	09:31.77	800 Livres	08:27.89	08:40.65	08:15.49	08:30.68
17:53.53	18:25.21	17:31.92	17:54.48	1500 Livres	16:50.32	17:22.98	16:24.57	16:51.20
00:32.24	00:33.22	00:31.30	00:32.25	50 Costas	00:28.17	00:29.25	00:27.32	00:28.32
01:08.41	01:10.89	01:06.79	01:09.09	100 Costas	01:00.21	01:02.81	00:58.48	01:00.89
02:28.28	02:34.42	02:25.10	02:29.34	200 Costas	02:12.27	02:18.48	02:08.46	02:13.96
00:36.21	00:36.95	00:35.01	00:35.66	50 Bruços	00:31.24	00:32.01	00:30.31	00:30.95
01:17.66	01:20.38	01:15.69	01:17.77	100 Bruços	01:07.63	01:10.62	01:05.83	01:08.06
02:49.14	02:54.20	02:43.74	02:46.66	200 Bruços	02:29.56	02:36.01	02:24.40	02:29.76
00:30.68	00:30.68	00:29.85	00:29.93	50 Mariposa	00:26.59	00:26.81	00:25.81	00:26.08
01:07.38	01:08.40	01:05.67	01:06.44	100 Mariposa	00:58.57	00:59.76	00:57.23	00:58.20
02:32.27	02:36.86	02:26.50	02:28.80	200 Mariposa	02:11.96	02:15.37	02:08.57	02:11.02
01:10.69	_____	01:08.67	_____	100 Estilos	01:01.70	_____	01:00.00	_____
02:29.01	02:33.45	02:25.51	02:29.09	200 Estilos	02:12.46	02:17.44	02:09.37	02:13.65
05:19.73	05:30.09	05:09.44	05:18.97	400 Estilos	04:45.97	04:55.96	04:39.69	04:46.31

MÍNIMOS COMPETIÇÕES NACIONAIS – JUVENIS

FEMININOS				PROVAS	MASCULINOS			
JUVENIL B		JUVENIL A			JUVENIL B		JUVENIL A	
2005		2004			2004		2003	
P25M	P50M	P25M	P50M		P25M	P50M	P25M	P50M
01:03.44	01:04.61	01:02.49	01:03.52	100 Livres	00:57.12	00:58.28	00:55.71	00:56.97
02:18.64	02:20.29	02:15.89	02:17.65	200 Livres	02:05.62	02:07.76	02:02.03	02:04.66
04:50.56	04:56.05	04:45.86	04:51.86	400 Livres	04:27.10	04:31.87	04:20.30	04:27.75
10:05.21	10:19.83	09:54.10	10:07.20	800 / 1500 Livres	17:43.31	18:14.02	17:21.59	17:59.71
01:11.34	01:13.94	01:10.30	01:13.34	100 Costas	01:04.45	01:06.92	01:02.76	01:05.57
02:34.71	02:39.58	02:33.30	02:38.93	200 Costas	02:21.24	02:25.37	02:17.86	02:24.02
01:21.86	01:24.70	01:20.58	01:23.71	100 Bruços	01:13.52	01:16.66	01:11.41	01:14.51
02:58.29	03:03.36	02:55.04	03:01.12	200 Bruços	02:42.64	02:48.39	02:37.97	02:44.24
01:10.71	01:11.98	01:09.53	01:11.32	100 Mariposa	01:03.30	01:04.49	01:01.43	01:02.58
02:43.00	02:46.38	02:38.26	02:41.81	200 Mariposa	02:26.42	02:29.53	02:20.71	02:25.43
02:34.78	02:38.83	02:32.34	02:37.34	200 Estilos	02:20.89	02:25.36	02:17.22	02:22.00
05:32.00	05:44.75	05:26.20	05:40.41	400 Estilos	05:03.73	05:14.55	04:56.53	05:06.23

MÍNIMOS CAMPEONATOS NACIONAIS DE INFANTIS

Em atualização

FEMININOS	INFANTIS B		INFANTIS A	
	2007		2006	
PROVAS	P25M	P50M	P25M	P50M
100 Livres				
200 Livres				
400 Livres				
800 Livres				
100 Costas				
200 Costas				
100 Bruços				
200 Bruços				
100 Mariposa				
200 Mariposa				
200 Estilos				
400 Estilos				

MASCULINOS	INFANTIS B		INFANTIS A	
	2006		2005	
PROVAS	P25M	P50M	P25M	P50M
100 Livres				
200 Livres				
400 Livres				
1500 Livres				
100 Costas				
200 Costas				
100 Bruços				
200 Bruços				
100 Mariposa				
200 Mariposa				
200 Estilos				
400 Estilos				

MÍNIMOS COMPETIÇÕES NACIONAIS - PROVAS DE ESTAFETAS

FEMININOS						
PROVAS	JUVENIS		JUNIORES		SENIORES	
	P25M	P50M	P25M	P50M	P25M	P50M
4X50 Livres	---	---	01:52.38	01:55.40	01:51.27	01:54.26
4x100 Livres	04:16.14	04:21.37	04:08.82	04:13.90	04:03.94	04:08.92
4x200 Livres	09:14.63	09:25.95	08:58.78	09:09.78	08:48.22	08:59.00
4x50 Estilos	---	---	02:06.74	02:09.33	02:05.49	02:08.05
4x100 Estilos	04:49.42	04:55.32	04:41.15	04:46.89	04:35.63	04:41.26

MASCULINOS						
PROVAS	JUVENIS		JUNIORES		SENIORES	
	P25M	P50M	P25M	P50M	P25M	P50M
4X50 Livres	---	---	01:39.93	01:41.97	01:38.94	01:40.96
4x100 Livres	03:51.30	03:56.02	03:41.67	03:46.19	03:34.17	03:38.54
4x200 Livres	08:28.24	08:38.62	08:07.07	08:17.01	07:50.60	08:00.20
4x50 Estilos	---	---	01:52.32	01:54.40	01:51.01	01:53.27
4x100 Estilos	04:22.42	04:27.78	04:11.49	04:16.62	04:02.98	04:07.94

MÍNIMOS TORNEIOS ZONAIS DE INFANTIS E JUVENIS

TORNEIOS ZONAIS – FEMININOS								
PROVAS	INFANTIL B		INFANTIL A		JUVENIL B		JUVENIL A	
	2007		2006		2005		2004	
	P25M	P50M	P25M	P50M	P25M	P50M	P25M	P50M
100 Livres	01:13.00	01:14.46	01:10.00	01:11.40	01:06.98	01:08.31	01:05.10	01:06.40
200 Livres	02:38.00	02:41.16	02:31.00	02:34.02	02:25.23	02:28.13	02:21.16	02:23.98
400 Livres	05:32.00	05:38.64	05:16.50	05:22.83	05:05.93	05:12.05	04:57.35	05:03.30
1500 Livres	11:36.00	11:49.92	10:45.00	10:57.90	10:27.05	10:39.59	10:09.47	10:21.66
4x100 Livres	05:10.00	05:16.20	04:58.00	05:03.96	04:36.71	04:42.25	04:31.62	04:37.05
4x200 Livres	11:06.00	11:19.32	10:25.50	10:38.01	09:59.29	10:11.28	09:48.59	10:00.36
100 Costas	01:24.00	01:25.68	01:18.50	01:20.07	01:15.93	01:17.45	01:13.80	01:15.28
200 Costas	03:00.00	03:03.60	02:50.00	02:53.40	02:43.15	02:46.41	02:38.58	02:41.75
100 Bruços	01:35.00	01:37.85	01:30.50	01:33.21	01:24.57	01:27.10	01:22.99	01:25.48
200 Bruços	03:22.00	03:28.06	03:14.50	03:20.34	03:02.55	03:08.03	02:59.14	03:04.52
100 Mariposa	01:25.00	01:27.55	01:20.00	01:22.40	01:12.70	01:14.88	01:11.34	01:13.48
200 Mariposa	03:09.00	03:14.67	02:57.00	03:02.31	02:49.48	02:52,10	02:42.48	02:45.10
200 Estilos	03:00.00	03:03.60	02:52.00	02:55.44	02:43.70	02:46.97	02:39.11	02:42.29
400 Estilos	06:23.00	06:30.66	06:03.50	06:10.77	05:47.14	05:54.08	05:37.41	05:44.16
4x100 Estilos	05:53.00	06:00.06	05:37.00	05:43.74	05:15.95	05:22.27	05:09.33	05:15.51

TORNEIOS ZONAIS – MASCULINOS								
PROVAS	INFANTIL B		INFANTIL A		JUVENIL B		JUVENIL A	
	2006		2005		2004		2003	
	P25M	P50M	P25M	P50M	P25M	P50M	P25M	P50M
100 Livres	01:06.50	01:07.83	01:03.00	01:04.26	01:00.07	01:01.27	00:58.97	01:00.15
200 Livres	02:26.50	02:29.43	02:20.20	02:23.00	02:10.76	02:13.38	02:08.36	02:10.93
400 Livres	05:05.00	05:11.10	04:53.50	04:59.37	04:38.55	04:44.13	04:33.44	04:38.91
1500 Livres	20:08.00	20:32.16	19:22.00	19:45.24	18:44.12	19:06.60	18:23.49	18:45.56
4x100 Livres	04:43.00	04:48.66	04:32.00	04:37.44	04:18.37	04:23.53	04:08.68	04:13.66
4x200 Livres	10:20.00	10:32.40	09:54.00	10:05.88	09:22.60	09:33.85	09:02.21	09:13.06
100 Costas	01:17.00	01:18.54	01:12.70	01:14.15	01:08.48	01:09.85	01:07.23	01:08.57
200 Costas	02:45.00	02:48.30	02:36.00	02:39.12	02:27.99	02:30.95	02:25.28	02:28.18
100 Bruços	01:27.50	01:30.12	01:22.00	01:24.46	01:15.54	01:17.81	01:14.16	01:16.38
200 Bruços	03:09.00	03:14.67	02:59.00	03:04.37	02:44.27	02:49.20	02:41.26	02:47.80
100 Mariposa	01:17.50	01:19.83	01:12.60	01:14.78	01:06.27	01:08.26	01:05.09	01:07.04
200 Mariposa	02:50.00	02:55.10	02:41.50	02:46.34	02:29.02	02:33.49	02:26.36	02:30.75
200 Estilos	02:45.00	02:48.30	02:38.00	02:41.16	02:30.83	02:33.84	02:28.06	02:31.02
400 Estilos	05:50.00	05:57.00	05:35.00	05:41.70	05:18.95	05:25.33	05:13.10	05:19.36
4x100 Estilos	05:26.00	05:32.52	05:07.00	05:13.14	04:51.49	04:57.32	04:40.28	04:45.89

EQUIPAMENTOS

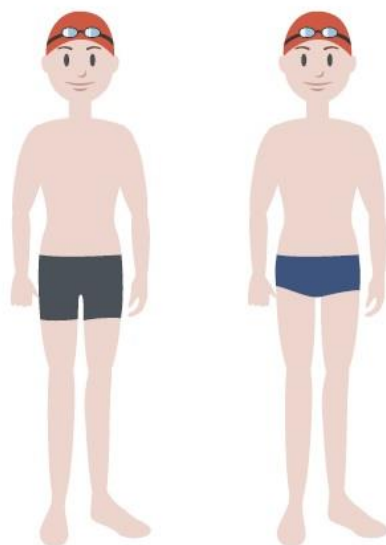


Figura 2 – Equipamentos de competição para as nadadoras infantis B.



Figura 1 – Equipamentos de competição para as nadadoras infantis B.



REVISÃO JUNHO
2018

REGULAMENTO DE PROVAS NACIONAIS DE POLO-AQUÁTICO 2018-2019



ÍNDICE

Índice.....	2
CAPITULO I.....	6
DA ORGANIZAÇÃO DAS PROVAS.....	6
ARTIGO 1º - AMBITO.....	6
ARTIGO 2º - LIMITES DA ÉPOCA OFICIAL.....	6
CAPITULO II.....	6
PROVAS OFICIAIS.....	6
ARTIGO 3º - PROVAS OFICIAIS.....	6
ARTIGO 4º - CAMPEONATOS DE PORTUGAL DE GRUPOS DE IDADES.....	6
ARTIGO 5º - REPRESENTANTES DE PORTUGAL EM PROVAS EUROPEIAS DE CLUBES...	7
ARTIGO 6º - FORMA DE CLASSIFICAÇÃO E DESEMPATES.....	8
ARTIGO 7º - SORTEIOS.....	9
CAPITULO III.....	9
DA PARTICIPAÇÃO DOS CLUBES.....	9
ARTIGO 8º - INSCRIÇÕES, PARTICIPAÇÃO E RENUNCIAS.....	9
ARTIGO 9º - PARTICIPAÇÃO DOS CLUBES EM PROVAS OFICIAIS DA 1ª E 2ª DIVISÕES .	11
ARTIGO 10º - VAGAS ABERTAS NAS PROVAS OFICIAIS.....	12
ARTIGO 11º - EQUIPAS FILIAIS.....	12
CAPITULO IV.....	13
DA PARTICIPAÇÃO DOS AGENTES DESPORTIVOS.....	13
ARTIGO 12º - CATEGORIAS DE IDADES.....	13
ARTIGO 13º - TREINADORES.....	13
ARTIGO 14º - DELEGADOS.....	14
ARTIGO 15º - UTILIZAÇÃO IRREGULAR DE AGENTES DESPORTIVOS NO JOGO.....	14
ARTIGO 16º - EQUIPAMENTOS.....	14

CAPÍTULO V	15
DOS RECINTOS DE JOGOS E PREPARAÇÃO DOS JOGOS	15
ARTIGO 17º - CARACTERÍSTICAS	15
ARTIGO 18º - PREPARAÇÃO DOS RECINTOS DE JOGOS	15
ARTIGO 19º - INTERDIÇÃO DE RECINTO DOS JOGOS	17
ARTIGO 20º - VESTIÁRIOS	17
ARTIGO 21º - LUGARES ESPECIAIS	17
ARTIGO 22º - BOLAS DE JOGO	17
ARTIGO 23º - ATA DE JOGO	18
CAPITULO VI	18
DA REALIZAÇÃO DOS JOGOS	18
ARTIGO 24º - CALENDÁRIO DOS JOGOS	18
ARTIGO 25º - MARCAÇÃO DE JOGOS	18
ARTIGO 26º - REALIZAÇÃO DE JOGOS NA ÚLTIMA JORNADA	19
ARTIGO 27º - ALTERAÇÃO DE JOGOS	19
ARTIGO 28º - HORÁRIO DE INÍCIO DOS JOGOS	20
ARTIGO 29º - DIAS E HORAS DE JOGO	20
ARTIGO 30º - LICENÇAS, LISTAGENS E ACREDITAÇÕES	21
ARTIGO 31º - JOGO NÃO INICIADO OU SEM DURAÇÃO REGULAMENTAR	22
ARTIGO 32º - JOGOS ADIADOS, DE REPETIÇÃO OU NÃO EFETUADOS	22
ARTIGO 33º - INTERVALO ENTRE DOIS JOGOS	22
ARTIGO 34º - INFORMAÇÃO DE RESULTADOS DE JOGOS	22
ARTIGO 35º - SPEAKER / ANIMADOR E PROTOCOLO DE JOGO	23
ARTIGO 36º - FALTAS DE COMPARÊNCIA / DESISTÊNCIA DA PROVA	23
CAPÍTULO VII	24
ARBITRAGEM	24

ARTIGO 38º - ARBITRAGEM.....	24
ARTIGO 39º - FALTA DE ÁRBITRO	25
ARTIGO 40º - REALIZAÇÃO DO JOGO POR ARBITROS NÃO OFICIAIS.....	25
ARTIGO 41º - NÃO REALIZAÇÃO DE JOGO POR DECISÃO DOS ARBITROS.....	25
CAPÍTULO VIII.....	26
OUTROS.....	26
ARTIGO 42º - CASOS OMISSOS.....	26
PROVAS	27
PO1 – CAMPEONATO DE PORTUGAL A1 MASCULINOS.....	28
PO2 – CAMPEONATO DE PORTUGAL A2 MASCULINOS.....	30
PO3 – XVII SUPERTAÇA “CARLOS MEINEDO” MASCULINOS	33
PO4 – XXXIV TAÇA DE PORTUGAL MASCULINOS.....	34
PO5 - CAMPEONATO DE PORTUGAL A1 FEMININOS.....	35
PO6 – XVI SUPERTAÇA “CARLOS MEINEDO” FEMININOS	37
PO7 – XXXII TAÇA DE PORTUGAL FEMININOS.....	38
PO8 - CAMPEONATO DE PORTUGAL A20 MASCULINOS.....	39
PO9 - CAMPEONATO DE PORTUGAL A20 FEMININOS.....	41
PO10 - CAMPEONATO DE PORTUGAL A18 MASCULINOS	43
PO11 - CAMPEONATO DE PORTUGAL A18 FEMININOS.....	45
PO12 - CAMPEONATO DE PORTUGAL JUVENIL MASCULINOS	47
PO13 - CAMPEONATO DE PORTUGAL JUVENIL FEMININOS	49
PO14 - CAMPEONATO DE PORTUGAL INFANTIL MISTO.....	51
PO15 – CAMPEONATO PORTUGAL AT’S INFANTIL MISTO.....	54
PO16 – TORNEIO NACIONAL MASTER.....	55
ANEXOS	56
1 – DESIGNAÇÃO DAS PROVAS NACIONAIS.....	57

2 – CATEGORIAS DE ACORDO COM O REGULAMENTO GERAL	58
3 – MAPA DE PROVAS, TEMPO DE JOGO E DIMENSÕES DA BOLA	59
4 – MEDIDAS DO CAMPO DE JOGO	60
5 – PROVAS OFICIAIS / TREINADORES QUALIFICADOS	61
6 – DIAS DOS JOGOS	62
7 – MATRIZ DE JOGOS.....	63
8 – FICHA DE INSCRIÇÃO EM PROVAS OFICIAIS.....	64

CAPITULO I DA ORGANIZAÇÃO DAS PROVAS

ARTIGO 1º - AMBITO

Esta legislação decorre dos Estatutos e Regulamento Geral da Federação Portuguesa de Natação (FPN) e será aplicada às provas oficiais, tanto nas fases nacionais como nas fases que qualificam para uma fase nacional subsequente.

ARTIGO 2º - LIMITES DA ÉPOCA OFICIAL

A época oficial decorre no período que for fixado em comunicado, emitida para o efeito, ou na falta deste conforme estipulado no Regulamento Geral.

CAPITULO II PROVAS OFICIAIS

ARTIGO 3º - PROVAS OFICIAIS

1 - A FPN poderá organizar em cada época, os seguintes Campeonatos e Taças Nacionais de ambos os géneros e ainda mistos:

- Campeonatos de Portugal de Absolutos;
- Campeonatos de Portugal de Grupos de Idades;
- Taça de Portugal;
- Supertaça.

2 – Para além dos casos referidos no número anterior, a FPN poderá ainda organizar outras provas, de acordo com as estratégias definidas para o desenvolvimento da modalidade.

3 - Cada uma das provas indicadas no presente artigo será organizada segundo normas gerais e específicas comuns a todas as provas incluídas neste regulamento.

ARTIGO 4º - CAMPEONATOS DE PORTUGAL DE GRUPOS DE IDADES

1 - As inscrições ou renúncias para as provas nacionais (qualquer que seja a sua fase) devem dar entrada nos serviços da FPN que por sua vez dará conhecimento à AT respetiva, conforme estipulado em comunicado.

2 – Os clubes estão obrigados a participar em todas as fases subsequentes aquela onde se inscreveram e para a qual tenham sido apuradas através de classificação ou de vaga direta.

3 – A falta de um clube apurado para a fase intermédia, final ou nacional de qualquer prova onde se inscreveu, constitui infração disciplinar punível com multa de 500 a 3.000 euros. Esse Clube perde automaticamente a possibilidade de disputar a respetiva prova na época seguinte.

4 – A determinação de equipas para as diversas fases finais das provas de grupos de idades far-se-á através de rankings, que terão em conta as classificações obtidas pelas Associações Territoriais, através dos seus clubes e das suas Seleções Regionais ou seus representantes, nos últimos 3 anos.

5 – A determinação do clube organizador, e conseqüentemente com direito a participar na fase final/nacional, será conhecido após candidatura conforme estipulado em comunicado.

6 - As Fases Finais de grupos de idades só se realizam se existirem equipas de pelo menos 2 Associações Territoriais diferentes, e em número mínimo de 4 (quatro).

7 – Nas fases finais de campeonatos de grupos de idades, ou em outras provas determinadas pela FPN, realizar-se-á uma reunião técnica prévia com um delegado federativo, à qual deverão assistir os representantes das equipas participantes. Nela serão revistas as normas aplicáveis à prova, será apresentada a listagem de acreditação e as respetivas licenças federativas. A não comparência dos representantes de uma equipa à reunião técnica, implicará à posterior, um esclarecimento extraordinário do delegado federativo, para atender particularmente os ausentes da reunião. Esse facto, poderá implicar a aplicação de uma taxa administrativa de 200 euros, que o delegado federativo fará constar no seu relatório. Excetua-se desta taxa, as equipas cuja competição, por força do calendário de jogos, comecem a sua participação no dia posterior.

ARTIGO 5º - REPRESENTANTES DE PORTUGAL EM PROVAS EUROPEIAS DE CLUBES

1 - Terão acesso a participar nas provas europeias por clubes, na época desportiva seguinte, as equipas:

MASCULINOS

- a) Campeão de Portugal 1ª Divisão – CHAMPIONS-LEAGUE (C.L.)
- b) 2º Classificado no Campeonato de Portugal 1ª Divisão – CHAMPIONS-LEAGUE (C.L.)
- c) Vencedor da Taça de Portugal – EURO-CUP (E.C.)
- d) 3º Classificado no Campeonato de Portugal da 1ª Divisão – EURO-CUP (E.C.)
- e) Caso a equipa vencedora da Taça de Portugal, seja a vencedora do CP 1ª Divisão, será a equipa finalista vencida a ter o direito de participar na EURO-CUP (E.C.).

FEMININOS

- a) Campeão de Portugal 1ª Divisão – EURO-LEAGUE (E.L.W.)
- b) 2º Classificado no Campeonato de Portugal 1ª Divisão – EURO-LEAGUE (E.L.W.)
- c) Vencedor da Taça de Portugal – EURO-LEAGUE (E.L.W.)
- d) Caso a equipa vencedora da Taça de Portugal, seja a vencedora do Campeonato de Portugal, será a equipa finalista vencida a ter o direito de participar na EURO LEAGUE WOMEN.
- e) Relativamente ao previsto na alínea anterior, caso a equipa finalista vencida da Taça de Portugal tenha sido a 2ª classificada no Campeonato de Portugal 1ª Divisão, será a equipa classificada no 3º lugar do referido campeonato a obter o direito de participação.

2 - Os clubes que conquistarem o direito a participar nas provas europeias, deverão comunicar à FPN a sua intenção de participação ou renúncia, até à data limite por esta comunicada, através de documento carimbado pelo clube e assinado por quem o obrigue.

3 – A renúncia à participação, após a sua confirmação, tenha ou não já sido feita a inscrição na LEN, e sem prejuízo das sanções que por esta sejam aplicadas, constitui infração disciplinar, punível com pena de multa de 200 a 2.000 euros.

4 – Na circunstância de existência de renúncia de equipas que adquiriram o direito de participação nas referidas provas europeias, poderão estas ser substituídas por outras, em respeito à classificação obtida no Campeonato de Portugal da 1ª Divisão.

5 – O disposto no presente artigo poderá ser alterado por alteração nos normativos da LEN, contudo qualquer alteração será comunicada atempadamente.

ARTIGO 6º - FORMA DE CLASSIFICAÇÃO E DESEMPATES

1 - O averbamento de pontos será efetuado nos termos seguintes:

Vitória	3 Pontos
Empate	1 Pontos
Derrota	0 Pontos
Abandono / Falta de comparência	0 Pontos

2 - Os resultados dos jogos realizados por um clube que, por qualquer motivo, tenha sido eliminado ou desistido de uma prova, serão considerados nulos.

3 - No caso de aplicação da sanção de falta de comparência a um dos clubes e para efeitos de somatório de golos, observar-se-ão as seguintes regras:

a) Se o Clube penalizado estiver na posição de vencido será homologado o resultado, desde que a diferença do mesmo seja superior a 30 golos;

b) Se o clube penalizado estiver na posição de vencedor ser-lhe-á atribuída a derrota de 0-30, conforme o Regulamento Disciplinar.

4 – Sempre que as Seleções Nacionais/Regionais participem em provas oficiais, serão consideradas como “Extracompetição”, e não lhes será averbado qualquer ponto. Os seus jogos não contam para efeitos de pontuação nem para qualquer tipo de classificação.

5 – O ponto anterior não se aplica se a prova for destinada a Seleções de Associações Territoriais ou outra forma por estas assumidas.

6 - No caso de empate por pontos em qualquer prova, o desempate será efetuado da seguinte forma:

a) Pelo número de pontos obtidos nos jogos entre si;

b) Pela diferença de golos marcados e sofridos nos jogos entre as equipas empatadas;

c) Pela diferença de golos marcados e sofridos em geral;

d) Pelo maior número total de golos marcados na respetiva fase de cada Campeonato;

e) Pelo quociente do total de golos marcados e sofridos entre as equipas (menor quociente).

f) Pelo maior número de atletas autorizados a participar na respetiva prova filiados pelo Clube na época correspondente.

7 - Quando o desempate se fizer entre mais de duas equipas as alíneas do número anterior aplicam-se sucessivamente.

- 8 - Poderão ser determinadas alterações pelos regimes específicos de cada prova.
- 9 - Quando o Regulamento Específico de uma prova exigir a determinação de um vencedor no final do jogo ou somatório de jogos, proceder-se-á ao desempate da seguinte forma:
- a) Marcação de uma série de 5 (cinco) livres de 5 metros.
 - b) Caso persista o empate, serão efetuadas marcações de séries de 1 (um) livre de 5 metros até se apurar um vencedor.
 - c) Nas provas com atribuições de pontos ao resultado das equipas, ao “vencedor” nesta condição serão atribuídos 2 pontos, e ao “vencido” 1 ponto.
 - d) Em caso de igualdade pontual final, o resultado após a marcação de séries de livres de 5 metros contará para efeitos de desempate.
 - e) Os golos marcados resultantes desse processo não contarão para efeitos de diferença de golos marcados e sofridos (goal-average) nem de melhor marcador.

ARTIGO 7º - SORTEIOS

- 1 – Quando solicitado previamente, os representantes dos clubes presentes nos sorteios das diversas provas, deverão estar habilitados por aqueles, para os representar no ato.
- 2 - Do ato e resultados do sorteio será elaborada ata, a qual, consoante se trate de prova federativa ou associativa, que determine a qualificação para prova nacional, será divulgada em circular ou comunicado oficial da Federação ou Associações.
- 3 - Para estabelecer a ordem dos encontros nas diferentes provas, será adotada a matriz a divulgar em comunicado.
- 4 - É lícito à FPN efetuar sorteios condicionados, para um melhor funcionamento das provas, quando devidamente justificados.
- 5 – Poderão ser considerados sorteios condicionados aqueles em que se agrupam equipas a sortear da mesma área geográfica para melhor planeamento e agendamento dos jogos, podendo inclusive ser alterada a ordem do fator casa.
- 6 - Salvo em casos excecionais e devidamente fundamentados, depois do sorteio realizado, não pode haver alteração ou inversão da ordem daquele.

CAPITULO III DA PARTICIPAÇÃO DOS CLUBES

ARTIGO 8º - INSCRIÇÕES, PARTICIPAÇÃO E RENUNCIAS

- 1 - As inscrições ou renúncias para as provas nacionais (qualquer que seja a sua fase) devem dar entrada nos serviços da FPN com cópia aos serviços da AT à qual o Clube pertence, conforme estipulado em comunicado.
- 2 - A inscrição ou renúncia será efetuada em formulário próprio, disponibilizado pela FPN, devidamente assinado por quem obrigue o Sócio Desportivo, com identificação legível e carimbo do clube.

3 - A inscrição terá obrigatoriamente de ser acompanhada do pagamento da respetiva taxa ou comprovativo de transferência bancária, sem a qual não será aceite.

4 - A FPN recusará automaticamente a inscrição dos clubes que à data da realização da mesma e decorridos os prazos regulamentarmente estabelecidos mantenham por liquidar quantias monetárias, seja a que título for, nomeadamente, taxas, custas, encargos e multas aplicadas pelo Conselho de Disciplina. Nesses casos, os serviços da FPN devolvem a inscrição ao clube remisso com a indicação de que se encontram em incumprimento e que, sob pena de recusa definitiva da inscrição, dispõem de 5 dias para procederem ao pagamento integral das importâncias em dívida para com a FPN ou para com qualquer dos seus sócios ordinários, juntando, para o efeito, o necessário documento comprovativo.

5 - A inscrição, qualquer que seja a prova a que se destina tem, obrigatoriamente, de ter todos os campos do formulário devidamente preenchidos, e em letra legível, sob pena de a mesma não vir a ser aceite, ou ser aplicada uma sobre taxa administrativa.

6 - A Taça de Portugal é de participação obrigatória para as equipas que integram a 1ª e 2ª Divisões, no respetivo género.

7 – Nas provas de grupos de idades, os clubes estão obrigados a participar em todas as fases subsequentes aquela onde se inscreveram e para a qual tenham sido apuradas através de classificação ou de vaga direta.

8 – A falta de um clube apurado para a fase intermédia, final ou nacional de qualquer prova oficial, ou com participação obrigatória nas Taças de Portugal e na Supertaça, constitui infração disciplinar punível com multa de 500 a 3.000 euros. Esse Clube perde automaticamente a possibilidade de disputar a respetiva prova na época seguinte.

9 – O Clube apurado para um Campeonato de Portugal da 1ª ou 2ª divisão que não participe, quando voltar a participar fá-lo-á na divisão mais baixa a disputar nessa época.

10 – Nas provas nacionais, a desistência de participação por parte de uma equipa, posteriormente à respetiva inscrição, implicará a perda de qualquer verba já paga, e ainda o pagamento de eventuais verbas vincendas previamente determinadas, sem prejuízo de outras sanções que estejam previstas no Regulamento Disciplinar.

11 - O Clube ou Clubes que nos termos do n.º 2 confirmarem a sua renúncia, serão substituídos de acordo com o disposto no artigo 10º do presente regulamento.

12 – A FPN reserva-se o direito a aceitar uma inscrição fora do prazo limite estipulado, contudo a mesma deve ocorrer antes do sorteio da respetiva prova. Após o sorteio não serão aceites inscrições. Tal aceitação irá originar a aplicação automática de uma sobre taxa que será de 100% se a inscrição der entrada nos serviços no decorrer dos sete dias seguintes ao prazo limite estipulado, ou de 200% se entrar em data posterior a esta última.

13 - No final de cada Volta e de cada uma das Fases dos Campeonatos de Portugal 1.ª e 2.ª Divisões os Clubes deverão, no prazo de 15 dias, liquidar integralmente todas as taxas de organização e de encargos com a arbitragem, bem como as custas e multas aplicadas pelos Conselhos de Disciplina e Justiça transitadas em julgado, de sua responsabilidade, e que, à data, se encontrem em dívida.

14 - A obrigação estabelecida no ponto anterior impende também sobre os Clubes nas provas disputadas em forma de eliminatórias, sendo que, na Taça de Portugal os Clubes deverão liquidar as quantias em dívida no prazo de 15 dias após a disputa de cada uma das eliminatórias

e, bem assim, finda cada uma das Fases subsequentes da competição (Final 8 e 4), e na Supertaça disputada a Final.

15 - A obrigação prevista no ponto 13 recai ainda sobre os Clubes que disputem os Campeonatos de Portugal por Grupos de Idades e o respetivo pagamento deverá ocorrer no prazo de 15 dias após a disputa de cada uma das Fases dos referidos Campeonatos (Intermédias e Finais), sendo que em caso de incumprimento, e sem prejuízo do disposto nos pontos 16 a 18, os Clubes ficam impedidos de participar em quaisquer e todos os Campeonatos imediatamente seguintes nos quais se encontrem inscritos.

16 - Os Clubes que não cumprirem com o estabelecido no ponto anterior serão punidos com a pena de suspensão imediata de atividade nos jogos seguintes, sendo-lhes averbada falta de comparência nos mesmos até integral pagamento e regularização das quantias em dívida.

17 - No caso de serem averbadas 2 faltas de comparência por incumprimento do disposto nos pontos 13 a 15 da presente norma os Clubes infratores serão imediatamente excluídos das respetivas competições.

18 - A exclusão dos Clubes das competições por força do disposto no ponto anterior determina a despromoção daqueles, na época seguinte, à divisão imediatamente inferior da mesma competição, quando aplicável.

ARTIGO 9º - PARTICIPAÇÃO DOS CLUBES EM PROVAS OFICIAIS DA 1ª E 2ª DIVISÕES

1 - Os clubes participantes nos Campeonatos de Portugal da 1ª e 2ª Divisão de ambos os géneros, receberão subsídio de deslocação de acordo com as normas e tabela em vigor e mediante as seguintes condições:

O Clube recebe uma percentagem do subsídio conforme o numero de equipas que inscrever nas provas nacionais, independentemente da fase em que entrar.

PROVA	PERCENTAGEM DE ATRIBUIÇÃO DO SUBSIDIO
CP1/2	Recebe 50% do subsidio
+1 equipa	Recebe 75% do subsidio
+2 equipas	Recebe 100% do subsidio

2 – Um clube que inscreva uma equipa no CP1 ou CP2 recebe 50% do valor determinado para o subsídio de deslocação. Receberá 75% se inscrever mais uma equipa no respetivo género e será atribuído 100% do subsídio se inscrever 2 equipas no respetivo género. Há uma bonificação de +10% no subsídio a atribuir se além das 2 equipas acrescidas ainda inscrever uma terceira equipa da categoria Infantil (mista), e mais 10% se além das equipas já referidas inscrever uma equipa da categoria Cadete (mista). Estas bonificações serão liquidadas só no final da época e após comprovar junto das respetivas AT's da efetiva participação das equipas da categoria Infantil e Cadete.

3 - Em caso de as equipas inscritas deixarem de o estar, seja voluntariamente ou sancionados pelo Conselho de Disciplina, os clubes incorrerão automaticamente na pena de perda do total dos subsídios atribuídos pela FPN, para as provas referidas no ponto 1 do respetivo género, no decorrer da época em curso. Se já tiver sido atribuída alguma verba anteriormente, os Clubes devem devolvê-lo à FPN.

ARTIGO 10º - VAGAS ABERTAS NAS PROVAS OFICIAIS

1 - As vagas abertas nos Campeonatos de Portugal da 1ª divisão serão preenchidas de acordo com as regras fixadas nos números seguintes.

2 - Sem prejuízo do disposto no número seguinte, se as vagas forem produzidas até à data estabelecida para o sorteio da prova, por eliminação, renúncia, ou não filiação, serão preenchidas pelo clube, ou clubes, que perderam o lugar em consequência da classificação da época anterior, pela ordem respetiva.

3 - Se não se conseguir preencher alguma vaga de acordo com o ponto anterior, serão convidados respeitando a classificação da época finda, os clubes que obtiveram classificação não superior ao 5º lugar do CP2.

4 - No caso de coexistência de jogos de acesso ou de qualquer outra prova de qualificação, respeitar-se-á, pela ordem que a seguir se dispõe, as seguintes regras:

a) O lugar será preenchido pelo clube eliminado na época anterior, tendo-se em conta a ordem de classificação na respetiva prova.

b) Não serão considerados para efeitos da contagem prevista na alínea anterior, os clubes que perderam diretamente o seu lugar na respetiva Divisão.

5 - Se as vagas se produzirem após o sorteio da prova, as substituições serão feitas nas condições previstas no número 2, ocupando o clube substituído o número de sorteio do clube desistente.

ARTIGO 11º - EQUIPAS FILIAIS

1 - Os clubes de polo aquático poderão constituir uma ou mais equipas filiais.

2 - A existência destas equipas visa essencialmente proporcionar aos jogadores mais novos competição regular.

3 - No início de cada época desportiva, o clube deverá notificar a FPN ou a sua AT correspondente, de quais os jogadores afetos quer à equipa principal quer às equipas filiais, remetendo para o efeito a listagem de acreditação devidamente preenchida.

4 - O número mínimo de jogadores afetos por equipa é de 11 (onze), na primeira listagem enviada, independentemente da sua idade.

5 - Os jogadores de 23 anos e mais novos (completados até 31 de dezembro do ano em que termina a época) podem jogar livremente na equipa principal e/ou filial.

6 - Os jogadores afetos à equipa principal, não poderão em nenhum momento jogar pela equipa filial.

7 - Os jogadores de 24 anos (completados até 31 de dezembro do ano em que termina a época) ou mais velhos afetos à equipa filial poderão, mantendo esse estatuto, jogar na equipa principal até ao máximo de 3 (três) jogos. A partir da quarta intervenção, o jogador passará a fazer parte da equipa principal, não podendo retornar à equipa filial até ao início da época seguinte.

8 - Em caso de coincidência de ambas as equipas na mesma divisão, a equipa filial disputará a categoria imediatamente inferior. Uma equipa filial pode disputar a Fase Final da prova onde está

inserida, podendo ser-lhe atribuído o título de Campeão de Portugal. No caso de haver um número significativo de clubes pertencentes á 2ª Divisão com interesse em ter uma equipa filial, esta federação poderá considerar a realização de uma 3ª Divisão Nacional.

9 – Poderão estar afetos á equipa filial os jogadores que o clube estime oportuno, independentemente da sua idade, respeitando, contudo, o determinado no regulamento, nomeadamente no que respeita ao ponto dos jogadores elegíveis e aos intervalos entre dois jogos.

10 – Num jogo da equipa filial, só poderão alinhar um máximo de 2 (dois) jogadores com 24 anos (completados até 31 de dezembro do ano em que termina a época) ou mais velhos.

11 – Os Clubes que não cumpram com o disposto nos números anteriores, incorrerão numa sanção entre 30 a 150 euros por cada jogador nessas condições, e ser-lhes-á averbada derrota por falta de comparência nos jogos em que se verificar o incumprimento.

CAPITULO IV DA PARTICIPAÇÃO DOS AGENTES DESPORTIVOS

ARTIGO 12º - CATEGORIAS DE IDADES

1 – Para efeitos do cálculo da idade, e sempre que a mesma for referida neste regulamento, deverá ter-se em conta a idade que o jogador(a) tiver em 31 de dezembro do ano civil em que termina a época.

2 – As idades mínimas de participação nas provas serão definidas no regulamento da prova respetiva ou em comunicado.

3 – Esta normativa de idades aplica-se a todas as provas oficiais, sejam de âmbito nacional, regional ou zonal/intermédio.

ARTIGO 13º - TREINADORES

1 – Os clubes participantes em qualquer prova **têm obrigatoriamente que ter no banco, e em cada jogo**, pelo menos um técnico devidamente credenciado pelo IPDJ para o efeito, filiado junto da FPN e com o nível mínimo exigido, publicado no início de cada época em comunicado. Para o efeito os Clubes indicarão para cada prova, em listagem de acreditação, o treinador principal e o treinador assistente.

2 – Estabelecem-se com carater extraordinário as seguintes exceções:

- a) Igualmente se aceitará que o treinador assistente possa exercer o papel de treinador principal nos seguintes casos:
 - a. Exclusão (ou indisposição) durante o jogo, do treinador principal, ainda que sem os privilégios deste (não poderá levantar-se nem ir até aos 5 metros quando a sua equipa está a atacar).
 - b. Nos jogos em que o treinador principal esteja impedido de participar pelo Conselho de Disciplina.
 - c. Doença do treinador principal, sempre que devidamente comprovado.

3 – Os treinadores inscritos em listagem de acreditação em determinada prova, **não podem ser jogadores, delegados nem árbitros, nessa prova.**

4 – O clube que não apresente treinador num jogo será punido com pena de multa de 20 a 100 euros.

5 – Os árbitros devem mencionar no relatório qualquer situação que contrarie o disposto neste artigo.

ARTIGO 14º - DELEGADOS

1 - Os clubes participantes em qualquer prova **têm obrigatoriamente que ter no banco, e em cada jogo,** um delegado de equipa (team manager), o qual terá de estar filiado na FPN, e **não pode ser jogador, treinador, nem árbitro, nessa prova.**

2 - Em todas as provas oficiais, a entidade promotora nomeará pelo menos um responsável (delegado de campo) **por zelar pela segurança da equipa de arbitragem, do avaliador e/ou Delegado Federativo, e seus respetivos bens.** Para isso, porá à disposição exclusiva dos árbitros, vestuários separados e fechados com chave (masculino e feminino), durante todo o período da competição. Não obstante, adotará as medidas adicionais que considere oportunas, para garantir a segurança dos árbitros, avaliadores e/ou delegados federativos, e dos seus bens. Esta responsabilidade, **estende-se a todas as situações relacionadas com a competição, incluindo a saída do recinto desportivo.**

3 - Deverá estar ao dispor do avaliador e/ou delegado federativo, ou da equipa de arbitragem na falta destes, para assegurar que apenas os agentes desportivos e pessoas devidamente autorizadas, permanecem no recinto de jogo delineado como tal.

4 – É obrigatória a presença de um delegado de campo devidamente identificado em cada jogo que a equipa dispute em sua casa e nunca deve estar sentado junto da mesa dos oficiais nem dos bancos de suplentes.

5 - O delegado de equipa e o delegado de campo não podem ser a mesma pessoa nos jogos disputados em casa

6 – O clube que não apresente delegado de campo, será punido com multa de 20 a 100 euros.

ARTIGO 15º - UTILIZAÇÃO IRREGULAR DE AGENTES DESPORTIVOS NO JOGO

1 – A participação num jogo de um agente desportivo que não esteja devidamente habilitado para tal, constitui infração disciplinar para o Clube, punível com a pena desportiva de falta de comparência e pena de multa de 30 a 150 euros.

2 – O disposto no nº anterior aplica-se qualquer que seja a categoria ou função do agente desportivo participante no jogo.

ARTIGO 16º - EQUIPAMENTOS

1 - Os jogadores têm que se apresentar no campo de jogo devidamente equipados, conforme as regras da FINA.

2 - Caso os árbitros considerem que há necessidade, conforme disposto na Regra FINA WP 4, poderão exigir a uma equipa que use gorros brancos ou azuis.

3 - Nos Campeonatos da 1ª e 2ª Divisão, Taça de Portugal e Super Taça e nas fases finais dos Campeonatos de Portugal de grupos de idades até aos SUB 14 inclusive, de ambos os géneros, os jogadores são obrigados, durante todo o jogo, a usar fato de banho da mesma cor, com o mesmo logótipo e/ou patrocinador. A eventual substituição de fato de banho no decorrer do jogo deve ser por outro igual ao usado anteriormente. Os árbitros não devem consentir a entrada na água a um atleta com um fato de banho diferente. Se durante o jogo algum atleta inapropriadamente estiver a usar um fato de banho diferente, será excluído definitivamente do jogo com substituição, ao abrigo da regra WP 21.13.

4 – Quando coexistirem atletas dos dois géneros no mesmo jogo, a igualdade nos fatos de banho estipulado no número anterior, só deverá ser verificada no género respetivo.

5 – Nos Campeonatos da 1ª e 2ª Divisão, Taça de Portugal e Super Taça os restantes agentes desportivos têm que se apresentar no campo de jogo devidamente equipados, entendendo-se como tal, vestuário de igual cor e padrão, devendo usar calças compridas e usar calçado fechado, não estando permitido o uso de calções nem chinelos.

6 – Nos Campeonatos de Portugal de grupos de idades, aceita-se para os restantes agentes desportivos, o uso de calções tipo shorts (que não os de ganga ou desportivos), sempre iguais para todos os elementos que estejam no banco. O uso de calçado fechado é obrigatório.

7 - No caso de não se verificar o cumprimento do disposto nos pontos anteriores, o agente desportivo será impedido de participar no jogo.

8 – Os árbitros deverão mencionar no relatório qualquer falta ou ocorrência relacionada com os elementos previstos no presente artigo.

CAPÍTULO V DOS RECINTOS DE JOGOS E PREPARAÇÃO DOS JOGOS

ARTIGO 17º - CARACTERÍSTICAS

1 - Os recintos de jogo têm que respeitar o disposto nas Regras da FINA em vigor.

2 – Entende-se como **recinto de jogo**, o espaço físico que compreende a piscina de jogo, e o cais, delimitado por paredes, muros, vedações e ou piscinas adjacentes a este.

ARTIGO 18º - PREPARAÇÃO DOS RECINTOS DE JOGOS

1 - Compete ao clube visitado ter o recinto de jogo devidamente pronto e equipado, designadamente com as balizas, bolas, boias, marcações, marcadores, mesa dos oficiais e bancos de suplentes, com a antecedência de, pelo menos, 45 (quarenta e cinco) minutos em relação à hora fixada para o início do jogo.

2 - Em qualquer caso, o tempo mínimo para o aquecimento será sempre de 30 minutos (exceção feita às jornadas concentradas), incluindo os 15 minutos de tolerância para o início do jogo.

3 - O Clube considerado como visitado é responsável pela montagem regulamentar do campo de jogo e o fornecimento obrigatório do seguinte material, em corretas condições de funcionamento:

a) 8 (oito) bolas oficiais e iguais a serem utilizadas tanto no aquecimento como no jogo em perfeitas condições de pressão e de uso e medidor de pressão de bolas;

- b) 4 (quatro) bolas a utilizar no jogo, para o aquecimento da equipa visitante;
- c) 1 (um) jogo completo de bandeiras (1 Azul, 1 Branca, 1 Vermelha e 1 Amarela). No caso de os clubes apresentarem gorros de cor diferente de branco ou azul, deverão proceder à entrega, na mesa de jogo, de bandeira regulamentar com a cor dos gorros;
- d) Sinal sonoro para todo o jogo;
- e) 3 Cronómetros manuais;
- f) Computador ou Tablet com a ata eletrónica instalada, e também ata de jogo da FPN (versão em papel);
- g) Mínimo de 2 (dois) marcadores de tempo de ataque obrigatório em todas as provas oficiais;
- h) Marcador de resultado (manual ou eletrónico) obrigatório em todas as provas oficiais;
- i) Marcador eletrónico de tempo total com contagem decrescente, obrigatório em todas as provas oficiais;
- j) Marcador de faltas pessoais (manual ou eletrónico) obrigatório no CP1 M e CP1 F. No caso de o marcador ser manual, deve o clube organizador disponibilizar um elemento para colocar as faltas.

4 - Sempre que a FPN delegar competências de organização de jogos a outra entidade, sócio desportivo ou Associação, após consulta prévia ou candidatura, será da exclusiva responsabilidade da entidade organizadora, a montagem regulamentar do campo de jogo e o fornecimento do material referido no ponto anterior, assim como outros requisitos adequados ao nível da prova.

5 - O Clube visitado ou organizador poderá incorrer numa sanção pecuniária, de valor entre 100 e 1.000 euros, salvo em casos de comprovado motivo de força maior ou acontecimentos fortuitos que isentem de responsabilidade o Clube em questão, nas situações em que:

- a) Não cumpra com o disposto nos pontos 1, 2 e 3 deste artigo;
- b) Não apresente esse material em corretas condições de funcionamento/utilização;

6 - Piscinas Descobertas

a) Podem ser utilizadas piscinas descobertas, no entanto os clubes devem ter presente um plano alternativo para eventuais condições adversas do tipo meteorológico (frio intenso, vento, trovoadas, etc.).

b) A temperatura da água no campo de jogo exterior tem de estar, sem tolerância, entre 26 ° e 31 °.

c) Deverá ser sorteado o lado do campo onde começam o jogo, antes do início do aquecimento.

7 – Piscinas Cobertas

- a) A temperatura da água nos campos de jogo interior deve ser, sem tolerância, entre 25 ° e 30 °.

8 – Caso a temperatura da água seja de valor inferior ou superior á margem indicada nas alíneas b) e a) do ponto 6 e 7 anteriores respetivamente, poderá a equipa visitante recusar a realização do jogo, sendo permitida a marcação de novo jogo nos 16 dias seguintes desde que a marcação

seja de acordo com as normas regulamentares e a equipa visitada suporte as despesas da realização e deslocação da equipa visitante em valores que se repute razoáveis. A equipa visitada incorrerá ainda em sanção pecuniária de valor de 100 a 500 euros.

ARTIGO 19º - INTERDIÇÃO DE RECINTO DOS JOGOS

1 - Em caso de interdição do recinto dos jogos, ainda que temporária, por motivos estruturais ou disciplinares, os Clubes a quem compete realizar as provas na qualidade de Clube visitado, devem obrigatoriamente notificar a FPN, até 5 (cinco) dias antes do jogo, do local que propõem para a realização do encontro.

2 – A falta de cumprimento do disposto no número anterior constitui infração disciplinar, punível com a sanção desportiva de falta de comparência.

3 - Compete ao clube visitado suportar o acréscimo de despesas (devidamente comprovadas e aprovadas pela FPN) que para o clube visitante advenham da deslocação ao recinto de jogos designado na sequência de interdição por motivos disciplinares, ou estruturais se imputáveis ao Clube.

ARTIGO 20º - VESTIÁRIOS

1 - O Clube visitado é obrigado a apresentar vestiários preferencialmente separados, com o mínimo de higiene e privacidade, até 90 minutos antes da hora fixada para o início do jogo, para a equipa visitante e para os árbitros.

2 – O clube visitado que, sem justificação, não apresente vestiários de acordo com o número anterior, será punido com pena de multa de 50 a 500 euros.

3 – Compete ao Delegado de Campo receber e acompanhar a equipa adversária, indicando-lhes qual as instalações que podem usar.

ARTIGO 21º - LUGARES ESPECIAIS

1 - Os Clubes devem reservar nos seus recintos de jogos, lugares especiais para entidades oficiais e delegados das equipas. Estes lugares poderão ser no cais da piscina devidamente afastados dos bancos de suplentes e mesa de arbitragem, ou em zona de bancada devidamente separados do restante público.

2 - Compete ao Delegado de Campo receber e acompanhar as entidades referidas no ponto anterior, indicando-lhes os locais que poderão utilizar.

ARTIGO 22º - BOLAS DE JOGO

1 - As características das bolas das provas oficiais são as reconhecidas pela FINA, podendo a FPN estabelecer uma determinada marca como oficial para as provas nacionais.

2 - Compete ao Clube visitado ou à entidade organizadora do jogo pôr á disposição da equipa de arbitragem um mínimo de 8 (bolas) oficiais em perfeitas condições de pressão e de uso para o jogo. Deverá também providenciar um objeto para depositar as bolas, que em nenhum caso deverão estar no chão.

3 - Compete ao Clube visitado nos Campeonatos de Portugal da 1ª e 2ª, a responsabilidade pela disponibilização de pelo menos 4 (quatro) bolas em perfeitas condições de pressão e uso para o aquecimento da equipa visitante, devendo ser disponibilizadas desde o início do período disponível para aquecimento.

ARTIGO 23º - ATA DE JOGO

1 – Nos Campeonatos de Portugal e Taças, é obrigatória a utilização de atas oficiais (versão papel ou informática) da FPN, sendo o Clube visitado responsável pela sua apresentação e disponibilização.

2 - A ata de Jogo (versão de papel) deverá ser assinada pelos delegados de equipa ao jogo no início do mesmo.

3 – Na falta de ata de jogo será marcada numa outra folha, devendo ter sempre as assinaturas regulamentares e uma apresentação cuidadosa.

4 - A ata de Jogo será elaborada em triplicado, ficando um exemplar para cada clube e o original para a FPN.

5 – O Clube visitado é o responsável pelo envio do original da ata de jogo aos serviços da FPN, que a deverá rececionar nos 2 dois dias uteis seguintes ao jogo.

6 – Se até ao final de qualquer fase dos campeonatos ou eliminatórias das taças, a ata de jogo ou uma cópia, não der entrada nos serviços da FPN, o clube responsável pelo envio, será considerado derrotado nesse jogo, considerando-se como tendo obtido zero pontos e com as consequências disciplinares inerentes.

7 – O não cumprimento do número 5 deste artigo será punido com uma multa de 10 a 20 euros.

8 – As atas enviadas pelo correio, estão isentos do pagamento de multa, se o carimbo de correio for do 1º dia útil após o jogo.

CAPITULO VI DA REALIZAÇÃO DOS JOGOS

ARTIGO 24º - CALENDÁRIO DOS JOGOS

1 - Os calendários dos jogos, após terem sido notificados os clubes, só poderão ser objeto de alteração, nos termos do artigo 27º deste regulamento.

2 - Nenhum clube ou agente poderá alegar desconhecimento da informação, por falta do seu recebimento, constituindo seu dever indagar, em caso de dúvida, junto da FPN da respetiva marcação dos jogos.

ARTIGO 25º - MARCAÇÃO DE JOGOS

1 – Após o sorteio e a consequente definição do calendário de jogos, compete ao Clube agendar os respetivos jogos dentro dos prazos de tempo definidos em comunicado.

2 – No caso em que as provas se disputem em sistema de play-off devem os clubes efetuar a marcação dos respetivos jogos, até às 18h00 do primeiro dia útil seguinte aquele em que se qualificaram para o momento seguinte.

3 – O não cumprimento do disposto nos números anteriores, implica o agendamento dos jogos em causa, pela FPN.

ARTIGO 26º - REALIZAÇÃO DE JOGOS NA ÚLTIMA JORNADA

1 – Por defeito, a última jornada de qualquer fase dos Campeonatos de Portugal da 1ª ou 2ª, ou a última jornada das provas designadas pela FPN, terão os seus jogos realizados no mesmo dia e à mesma hora, os quais serão determinados pela FPN no calendário específico de cada prova e comunicados oportunamente, exceto no caso de ser uma jornada em regime de concentração.

2 – Sem prejuízo do disposto no número anterior, nos jogos em que se verifique que não venham a ter influência na classificação final, poderão ser reagendados sempre e só após acordo expresso dos clubes envolvidos, e com a validação da FPN.

3 - Nenhum jogo adiado em jornadas anteriores à última, pode ser disputado após esta.

4 - Nos Campeonatos Nacionais que se disputem por séries, zonas ou fases este articulado aplica-se apenas aos jogos da mesma série, zona ou fase.

5 - Para efeitos do disposto no número 1 a hora de referência é a do Continente.

ARTIGO 27º - ALTERAÇÃO DE JOGOS

1 - Por iniciativa da FPN,

a) Desde que o interesse das Seleções Nacionais, Seleções Regionais ou dos Clubes que participam em representação nacional, assim o justifique,

b) Em casos excecionais, devidamente justificados,

c) Nos jogos relativos à última jornada de qualquer prova, se entender que os mesmos não vão interferir na classificação final, ou se houver fatores organizativos que o justifiquem,

d) Em qualquer dos casos enquadrados nas alíneas anteriores, as mesmas serão comunicadas aos clubes através de notificação escrita com uma antecedência mínima de cinco dias uteis em relação à data do jogo.

2 – Por iniciativa dos Clubes,

a) Todos os pedidos de alteração de jogos deverão ser efetuados por meio de formulários oficiais.

b) Os clubes poderão requerer a alteração da marcação de um jogo, nos seguintes termos:

i) Requerendo por escrito à FPN a alteração do jogo, fundamentando o motivo da mesma, propondo nova data, hora e local e remetendo conjuntamente declaração escrita de anuência do clube opositor.

ii) O requerimento formulado nos termos do número anterior, deverá dar entrada nos serviços da FPN, com a antecedência mínima de 15 (quinze) dias em relação à data inicialmente marcada para o jogo, acompanhado da quantia de 75 Euros.

iii) Ultrapassado o prazo estabelecido no número anterior, o pedido de alteração só poderá ser objeto de apreciação pela FPN, respeitando o estipulado no ponto i) da alínea b) do número 2 do presente artigo, dando entrada naquele serviço com a antecedência mínima de 8 (oito) dias em relação à data inicialmente marcada e for acompanhado do montante de 150 Euros.

3 - As alterações previstas neste artigo podem ser efetuadas, por antecipação ou por adiamento da data inicialmente calendarizada, mas em nenhuma situação a nova data do jogo poderá ultrapassar a data da realização das duas jornadas seguintes da prova em questão, atento a ordenação estabelecida no calendário oficial da prova.

4 - A convocatória para as seleções nacionais de jogadores indicados pela FPN não constitui fundamento ou motivo para a alteração de jogos, cuja marcação tenha sido da responsabilidade do requerente.

ARTIGO 28º - HORÁRIO DE INICIO DOS JOGOS

1 - Os calendários de jogos e respetivos horários de jogos são marcados no início de cada prova.

2 – Os jogos de Pólo-Aquático deverão iniciar-se à hora fixada no respetivo calendário oficial.

3 - À hora fixada para o início do jogo, deverão obrigatoriamente apresentar-se na área de jogo as duas equipas adversárias.

4 - Os árbitros deverão, em caso de necessidade, por falta de uma ou ambas as equipas, ou por impossibilidade de utilização do recinto de jogo, conceder uma tolerância de 15 minutos para o início do jogo, findos os quais, o jogo não se deverá iniciar sendo averbada falta de comparência ao Clube prevaricador, nos termos do presente regulamento.

5 - Os casos de falta de condições de utilização do recinto em jogos organizados por entidades alheias às equipas que vão jogar serão resolvidos no momento entre a entidade organizadora, as equipas intervenientes e os árbitros.

6 - Em caso de ocupação do campo com um jogo da mesma disciplina, a tolerância a conceder pelo árbitro, deverá ir até trinta minutos, findo o qual se aplicará o disposto no presente regulamento quanto a faltas de comparência, salvo se os jogos houverem sido designados com um intervalo de 90 (noventa) minutos entre eles.

7 - A não indicação de campo e horas dos jogos nos prazos estipulados implica a marcação do campo e hora por parte da FPN.

ARTIGO 29º - DIAS E HORAS DE JOGO

1 - Os jogos podem-se disputar em qualquer dia, exceto nos casos especialmente previstos.

2 - As horas dos jogos serão sempre definidas pelo clube visitado tendo em conta o estabelecido pelo regulamento de cada prova e respeitando os seguintes períodos para indicação de hora de início do jogo:

a) Dias de semana - 19:00 às 21:30 horas;

b) Sábados e feriados junto a fins-de-semana - 10:00 às 21:30 horas;

c) Domingos e Feriados durante a semana - 10:00 às 19:00 horas;

d) Para as equipas que se desloquem 250 km ou mais, para fora da piscina considerada como casa, a marcação dos jogos terá ser efetuada entre as 12:00 horas e as 19:00 horas.

3 – Os clubes podem acordar expressamente, disputar os seus jogos em horas diferentes dos apontados no número anterior. Tal acordo deve ser dado conhecimento á FPN e será acrescido de um custo suplementar na taxa de arbitragem.

ARTIGO 30º - LICENÇAS, LISTAGENS E ACREDITAÇÕES

1 – Antes do início do encontro o delegado da equipa deverá apresentar à equipa de arbitragem as licenças federativas (cartões) de todos os agentes desportivos e a listagem de acreditação devidamente validada, sem a qual, estes não poderão participar no jogo.

2 - No caso de impossibilidade de apresentação das licenças federativas, poderão participar no encontro desde que se identifique através de Cartão do Cidadão, Bilhete de Identidade, Carta de Condução ou Passaporte.

3 – A listagem de acreditação só será validada se recebida pelos serviços da FPN, até às 24 horas do 2º dia útil antes do jogo, e acompanhadas do respetivo comprovativo de pagamento das taxas quando devidas. No caso de incumprimento do prazo atrás referido, a FPN poderá ainda validar a listagem, cobrando uma sobre taxa administrativa de 100% do valor estipulado.

4 – A falta de apresentação dos documentos exigíveis, constitui falta disciplinar punível com multa de 2 a 15 euros, devendo a equipa de arbitragem fazer constar tal situação no relatório de jogo.

5 – Constitui infração disciplinar a retirada das licenças da mesa dos oficiais, depois de apresentadas, sem autorização do árbitro, punível com pena de multa de 2 a 15 euros

6 - Os elementos inscritos na ata de jogo que não estejam presentes no início do mesmo, não poderão participar no jogo. Devem os oficiais de mesa riscar o nome da pessoa em falta da ata de jogo antes do início do mesmo.

7 – Qualquer agente desportivo só poderá figurar na ata de jogo no exercício de uma só função.

8 – Cada equipa só pode ser constituída e ter no banco um máximo, de 13 (treze) jogadores, de 2 (dois) treinadores (principal e auxiliar) e de 1 (um) delegado de equipa.

9 - No caso da existência de um quarto elemento do staff, médico ou fisioterapeuta, este poderá estar junto do banco, mas não fará parte dele.

10 – Com exceção dos jogadores e da equipa de arbitragem, só poderão permanecer no recinto de jogo os elementos que sejam portadores de acreditação federativa. Os jogadores que não tomarem parte no jogo deverão retirar-se para a bancada antes do início do mesmo, não podendo voltar ao cais até a equipa de arbitragem e a equipa adversária terem abandonado o mesmo.

11 – Os clubes são responsáveis por emitir creditações ou fornecerem coletes identificados, aprovados pela FPN, para os seus colaboradores que estejam ao serviço da manutenção do jogo.

12 – O disposto no número 8, nomeadamente o número de jogadores, pode ser alterado quando a FPN assim o entender como fator de desenvolvimento da modalidade.

ARTIGO 31º - JOGO NÃO INICIADO OU SEM DURAÇÃO REGULAMENTAR

1 - O jogo que não puder ser iniciado ou não tiver a duração regulamentar por motivos alheios à vontade dos clubes intervenientes, será efetuado nos termos seguintes:

a) No caso de clubes filiados na mesma Associação – o jogo será efetuado nos quatro dias subsequentes à data inicialmente fixada, salvo outro acordo expresso dos Clubes.

b) No caso de clubes filiados em diferentes Associações - o jogo será efetuado nas 24 horas subsequentes, salvo outro acordo expresso em contrário dos clubes intervenientes.

2 - O jogo que nos termos do nº 1 do presente artigo não tiver a duração regulamentar, será disputado em conformidade com o disposto nas alíneas anteriores, cumprindo-se apenas o tempo de duração em falta.

3 - Para efeitos do disposto no número anterior continuará a ser utilizado a respetiva ata de jogo, devendo sempre que possível manter-se os mesmos intervenientes no jogo, não podendo nele participar os jogadores que à data se encontrassem impedidos de o fazer.

4 - O acordo referido nas alíneas do número 1, será registado pelos árbitros do encontro na respetiva ata de jogo, o qual deverá ser assinado por ambos os delegados de equipa.

5 - O incumprimento do disposto nas alíneas do nº 1 do presente artigo será punido com falta de comparência.

ARTIGO 32º - JOGOS ADIADOS, DE REPETIÇÃO OU NÃO EFETUADOS

1 - Só poderão tomar parte nos jogos adiados, a repetir, ou a realizar em virtude de não terem sido efetuados na data previamente marcada, os jogadores que naquelas datas se encontrassem qualificados para o jogo.

2 - Para efeitos do disposto no número anterior, são considerados jogadores não qualificados para o jogo, designadamente, aqueles que não estejam inscritos pelo respetivo clube, ou ainda, os que se encontrem a cumprir pena disciplinar.

ARTIGO 33º - INTERVALO ENTRE DOIS JOGOS

1 – Todos os jogadores são obrigados a cumprir um intervalo mínimo de 3 horas entre os inícios de dois jogos de provas diferentes. Esta obrigação estende-se aos jogos todos qualquer que seja o seu âmbito.

2 – Os Clubes que não cumpram com o disposto no número anterior incorrerão numa sanção entre 300 e 1.000 euros por cada jogador nessas condições e uma sanção desportiva por falta de comparência no jogo em questão.

ARTIGO 34º - INFORMAÇÃO DE RESULTADOS DE JOGOS

1 - Devem os Clubes visitados dos CP1 M, CP2 M e CP1 F e Taças, comunicar por e-mail (resultados.pa@fpnatacao.pt) à FPN, até 2 (duas) horas após o fim do jogo, o resultado final, parciais e os marcadores dos golos.

2 - A FPN publica em comunicado ou no seu website, os resultados e classificações das diversas provas oficiais.

3 – Pelo não cumprimento do estipulado no número 1 deste artigo, será o clube responsável punido com multa de 5 euros. A FPN guardará os envios por um período mínimo de 15 dias.

ARTIGO 35º - SPEAKER / ANIMADOR E PROTOCOLO DE JOGO

1 - Nos CP1 M, CP1 F, fases finais de grupos de idades, Taça de Portugal e Supertaça, o Clube visitado ou organizador, encontra-se obrigado a apresentar um Speaker / Animador.

2 - O Speaker mencionado no número anterior deverá dar cumprimento ao estabelecido no Protocolo Oficial de jogo.

3 – A falta de apresentação de Speaker, quando seja obrigatório, por parte do clube visitado, constitui infração disciplinar punível com multa de 50 a 250 euros.

4 – Protocolo oficial de jogo

a) 30 Minutos antes do início do jogo os delegados das equipas devem fornecer a lista dos jogadores;

b) 10 Minutos antes do início os árbitros reúnem as equipas num espaço retirado da vista do publico (**preferencialmente no corredor de acesso aos balneários**), para o reconhecimento dos atletas e verificação do equipamento, do tamanho das unhas, da ausência de substâncias gordurosas na pele e verificam que não usam objetos perigosos para a integridade física.

c) 5 Minutos antes, as duas equipas conjuntamente com os árbitros, desfilam e posicionam-se defronte da mesa dos oficiais (**preferencialmente após saírem da entrada dos balneários ao som da musica**), em lados contrários ao seu banco. O speaker apresenta ao público as duas equipas, iniciando pela equipa visitante e terminando com os árbitros ou avaliador/delegado federativo. Os atletas devem estar em fato de banho, ou usar vestuário uniforme, **com o gorro na mão**. Os atletas anunciados pelo speaker, saúdam o público **levantando o gorro**. Após o cumprimento entre os jogadores das duas equipas e terminado este procedimento as equipas devem dirigir-se ao seu banco: a equipa visitada fica á esquerda, e a equipa visitante fica á direita da mesa de oficiais, exceto no caso de sorteio prévio conforme disposto em regulamento. Será concedido tempo adicional de aquecimento, se restar, **respeitando o horário de início de jogo**.

5 – Nas restantes provas a apresentação protocolar será simples, i.e. após a validação dos cartões e dos respetivos jogadores, os elementos das duas equipas perfilam e após o sinal dos árbitros cruzam cumprimentando-se dirigindo-se de imediato para o respetivo banco de suplentes.

ARTIGO 36º - FALTAS DE COMPARÊNCIA / DESISTÊNCIA DA PROVA

1 - Quando uma equipa não se apresenta no local de jogo, a esta será averbada uma derrota pelo resultado de 30-0 (trinta - zero), sendo-lhe atribuídos 0 (zero) pontos, de acordo com os procedimentos previstos no Regulamento Disciplinar.

2 - A segunda falta de comparência da mesma equipa numa determinada prova, acarretará a sua exclusão da prova.

3 - Quando uma das equipas não se apresenta no local de jogo e decorrido o tempo de espera previsto no regulamento para o seu início, os árbitros nomeados, deverão dar o jogo por terminado, mencionando o facto na ata do jogo.

4 - Em caso de ambas as equipas não se apresentarem para realizar o jogo para que estavam convocadas, será averbada derrota a ambas e atribuídos 0 (zero) pontos e 0 (zero) golos, a cada uma delas. Os árbitros nomeados para o mesmo, devem mencionar no seu relatório as ausências verificadas.

5 - À equipa ou equipas e elementos de arbitragem que não se apresentem aos jogos para que estavam convocadas, para além das sanções desportivas previstas nos números anteriores deste artigo, ser-lhe-ão aplicadas as demais sanções disciplinares e pecuniárias previstas nos normativos da FPN.

6 - Qualquer equipa que desista depois de iniciada uma prova, ou dela for excluída, para todos os efeitos não contará como dela tenha feito parte.

7 - Quando uma equipa desistir ou for excluída de qualquer prova, os resultados que tenha conseguido nos jogos realizados, não são levados em consideração, para diferença de golos marcados e sofridos (goal-average) ou qualquer tipo de pontuação ou classificação.

8 - A falta de comparência atribuída a uma equipa, bem como as suas consequências, mantém-se mesmo que a equipa adversária daquela que sofreu a falta de comparência venha, posteriormente, a ser eliminada por falta de comparência.

9 - Nas provas a eliminar, a falta de comparência ao jogo por parte de uma, ou ambas as equipas, motiva a eliminação imediata da (s) equipa (s) faltosa (s).

CAPÍTULO VII ARBITRAGEM

ARTIGO 38º - ARBITRAGEM

1 - O Conselho Nacional de Arbitragem (CNA) nomeará, para cada jogo, a equipa de arbitragem e os delegados técnicos.

2 – Em todas as provas haverá uma dupla de árbitros, exceto nos casos de força maior ou nos casos em que o regulamento da prova assim o estabeleça, em que determinados jogos serão dirigidos por um único árbitro.

3 – O resto da equipa de arbitragem será designado pelo CNA ou pelo Conselho Regional Local (CRA) com a seguinte composição:

- a) 3 (três) oficiais de mesa e 2 (dois) juizes de golo nos seguintes jogos:
 - a. Masculinos: Play-off final, Supertaça e Final da Taça de Portugal;
 - b. Femininos: Play-off final, Supertaça e Final da Taça de Portugal;
- b) No resto das provas deverá haver 2 oficiais de mesa e um elemento nomeado pelo clube organizador que será responsável por elaborar a ata.

2 – O Clube que sem justificação, não apresente o elemento para estar presente na mesa de oficiais, incorre numa pena de 20 a 100 euros.

3 - É da responsabilidade dos árbitros ou do delegado técnico, quando não efetuado pelos clubes, o envio da ata e relatório, sendo este elaborado, no caso de ocorrência de situações que

possam constituir infração disciplinar, ou outras que os árbitros ou delegados técnicos considerem devam ser relatadas

4 - Os documentos originais deverão ser enviados, no prazo máximo de 2 dias após o final do jogo, para a sede da FPN, sem prejuízo do prévio envio de cópia, por qualquer meio célere.

ARTIGO 39º - FALTA DE ÁRBITRO

1 - Na falta dos árbitros oficialmente nomeados para o jogo, observar-se-ão sequencialmente as seguintes regras:

- a) O jogo será dirigido pelos árbitros que eventualmente se encontrem presentes no local;
- b) Na impossibilidade de se encontrarem dois árbitros, o jogo será dirigido por um único;
- c) Na falta de árbitros, a prova será dirigida por um jogador de cada equipa dos clubes intervenientes, ficando estas com menos um jogador.

2 - Quando se trate de equipas da categoria de juvenis (S16) ou de escalões inferiores, o encontro será dirigido por treinadores ou delegados.

3 - Constitui infração disciplinar, punível com a sanção desportiva de falta de comparência, a recusa por parte de um clube em acatar as regras previstas nos números anteriores e bem assim, a disputar o jogo.

ARTIGO 40º - REALIZAÇÃO DO JOGO POR ARBITROS NÃO OFICIAIS

1 - Quando o jogo for efetuado sob a direção de árbitros não oficiais, deverá fazer-se constar tal facto da ata de jogo ou de documento adotado para este efeito, do qual conste, designadamente:

- a) O local;
- b) Data e hora do jogo;
- c) Equipas intervenientes, jogadores e números de cartão de identificação dos participantes no jogo;
- d) Resultado nos parciais e no final do jogo.
- e) Assinatura dos árbitros e dos delegados de equipa.

2 - A ata referido no número 1 do presente artigo deverá ser remetida, via postal, no prazo de 2 (dois) dias aos serviços da FPN, ou da Associação, consoante se trate de prova federativa ou de uma fase regional da mesma.

3 - Na remessa da ata de jogo para a FPN deverão ser observadas as regras constantes do artigo 34º do presente regulamento.

ARTIGO 41º - NÃO REALIZAÇÃO DE JOGO POR DECISÃO DOS ARBITROS

1 - Quando um jogo não se realize ou não tenha a duração regulamentar por decisão dos árbitros, deverá esta ser expressamente descrita e fundamentada na ata de jogo.

2 - Considera-se legítima a decisão dos árbitros de não darem início à prova ou suspenderem o decurso da mesma, sempre que, ocorram infrações consideradas muito graves ou graves nos termos do regulamento disciplinar, ou as mesmas decorram de caso de força maior.

3 - A determinação da suspensão definitiva do jogo nos termos do número anterior traduz-se no envio do relatório para o Conselho de Disciplina se pronunciar, podendo vir a ser atribuída a derrota ao clube a que pertencer o infrator.

4 - O órgão disciplinarmente competente, analisará as ocorrências descritas na ata de jogo, concordando, ou não, com a decisão adotada pelos árbitros, e determinará da marcação de novo jogo, do seu reinício, ou da aplicação das sanções adequadas.

CAPÍTULO VIII OUTROS

ARTIGO 42º - CASOS OMISSOS

1 – Os casos que o presente regulamento ou o específico não preveja, são regulados segundo norma aplicável aos casos análogos, constantes dos Estatutos, de outro regulamento federativo, qualquer que seja a sua natureza, ou da lei geral.

2 – É da competência da Direção da FPN a resolução dos casos omissos.

PROVAS

PO1 – CAMPEONATO DE PORTUGAL A1 MASCULINOS

1 – PRÉMIOS

- 1 - É atribuída uma Taça ao Vencedor, e 25 (vinte e cinco) medalhas ao 1º e 2º Classificados.
- 2 – Será atribuído um Troféu ao melhor marcador da prova no somatório dos golos da 1ª Fase.

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 – Esta época a prova será disputado por um máximo de 10 Clubes.
- 2 – Podem ser inscritos os jogadores do género masculino, da categoria Absoluto e seguintes, e que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 3 - Cada Clube deve submeter para validação, com uma antecedência mínima de 48h (dias uteis) em relação ao jogo, uma listagem de acreditação com um número ilimitado de jogadores. Após o fim da 1ª fase já não podem ser alteradas as listagens. Cada listagem só será validada se entrar dentro do prazo e acompanhada do respetivo comprovativo de pagamento da taxa administrativa no montante de 5 euros.
- 4 – O Clube que inscrever pelo menos uma equipa filial deverá indicar na listagem de acreditação, pelo menos 11 jogadores afetos á equipa principal.
- 5 – Cada Clube pode **utilizar um máximo de 13 jogadores por jogo, sendo 11 de campo e 2 guarda-redes**. Se apresentar menos de 13 jogadores não obriga a 2 guarda-redes.

3 – FORMA DE DISPUTA

Disputa-se em 3 Fases:

1ª FASE - FASE DE APURAMENTO.

- Participantes:
 - 10 equipas
- Forma de disputa:
 - Todos contra todos a 2 voltas (18 jornadas)
- Consequências:
 - Estabelece uma classificação que determinará o ordenamento dos jogos nas fases seguintes – Play-off;

2ª FASE – PLAY OFF 1/4 Final (PO 1/4)

- Participantes:
 - As 8 equipas piores classificadas da 1ª Fase. O 1º e 2º ficam isentos desta fase.
- Forma de disputa:
 - Realização de eliminatória a 2 jogos no sistema de casa/fora. A equipa que estiver em posição de vencedora no computo final do segundo jogo é declarada vencedora. Em caso de empate no computo final dos 2 jogos, aplicar-se-ão os critérios de desempate de acordo com este regulamento (marcação de penaltis).
 - A equipa pior classificada na fase de apuramento efetua o primeiro jogo em casa e a equipa melhor classificada o segundo jogo em casa.
 - Jogos 1/4 Final:
 - #1 – 6º-3º | #2 – 5º-4º | #3 – 10º-7º | #4 – 9º-8º
- Consequências:
 - Os vencedores do PO 1/4 #1 e #2 passam ao PO 1/2 juntamente com o 1º e 2º classificados da 1ª Fase.
 - Determina o emparelhamento das restantes equipas.

2ª FASE – PLAY OFF 1/2 Final (PO 1/2) – Apuramento do 5º ao 10º

- Participantes:
 - Vencedores do PO 1/4 #1 e #2 e os 1º e 2º classificados da 1ª Fase.
 - Todas as restantes equipas.
- Forma de disputa:

- Realização de eliminatória a 2 jogos no sistema de casa/fora. A equipa que estiver em posição de vencedora no computo final do segundo jogo é declarada vencedora. Em caso de empate no computo final dos 2 jogos, aplicar-se-ão os critérios de desempate de acordo com este regulamento (marcação de penaltis).
- A equipa pior classificada na fase de apuramento efetua o primeiro jogo em casa e a equipa melhor classificada o segundo jogo em casa.
 - Jogos 1/2 Final:
 - #1 – Vencedor PO 1/4 #1 – 2º classificado 1ª Fase
 - #2 – Vencedor PO 1/4 #2 – 1º classificado 1ª Fase
 - Apuramento do 5º ao 10º
 - 5º/6º - Derrotados PO 1/4 #1 e #2
 - 7º/8º - Vencedores PO 1/4 #3 e #4
 - 9º/10º - Derrotados PO 1/4 #3 e #4
- Consequências:
 - Os vencedores do PO 1/2 passam ao PO Final.
 - As equipas derrotadas serão classificadas mediante a classificação obtida na fase de apuramento. A equipa melhor classificada fica em 3º lugar e em 4º lugar a pior classificada.

3ª FASE - PLAY-OFF FINAL - Apuramento de Campeão de Portugal.

- Participantes:
 - Vencedores do PO 1/2
- Forma de disputa:
 - Play-Off à melhor de 3 jogos. O 1º e 3º (caso se efetue) jogo serão realizados em casa da equipa melhor classificada da fase de apuramento. O 2º será em casa da equipa pior classificada na fase de apuramento.
- Consequências:
 - O Vencedor de dois jogos do play-off será declarado Campeão de Portugal.

3ª FASE - LIGUILHA DE PROMOÇÃO - Apuramento de equipa para disputa PO1.

- Participantes:
 - 9º Classificado da PO1 e 2º classificado da PO2, ou no caso de inelegibilidade deste último, o classificado imediato com possibilidades de subir.
- Forma de disputa:
 - Realização de eliminatória a 2 jogos no sistema de casa/fora. A equipa que estiver em posição de vencedora no computo final do segundo jogo é declarada vencedora. Em caso de empate no computo final dos 2 jogos, aplicar-se-ão os critérios de desempate de acordo com este regulamento (marcação de penaltis).
 - O 1º jogo será em casa do 2º classificado da PO2, e o 2º jogo será em casa do 9º classificado da PO1.
- Consequências:
 - O vencedor destes 2 jogos terá direito a disputar a PO1 na época seguinte.

PO2 – CAMPEONATO DE PORTUGAL A2 MASCULINOS

1 – PRÉMIOS

1 - É atribuída uma Taça ao Vencedor, e 25 (vinte e cinco) medalhas ao 1º e 2º Classificados.

2 – PARTICIPAÇÃO

1 – Esta época e nesta prova, participam os Clubes de acordo com as classificações obtidas na época anterior e que não tenham sido qualificados para jogar no Campeonato de Portugal A1. Podem também participar todos os Clubes que queiram, devendo proceder a uma inscrição, em data a indicar em comunicado, cumprindo todos os requisitos regulamentares.

2 – Podem ser inscritos os jogadores do género masculino, da categoria Absoluto e seguintes, e que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.

3 - Cada Clube deve submeter para validação, com uma antecedência mínima de 48h (dias uteis) em relação ao jogo, uma listagem de acreditação com um número ilimitado de jogadores. Após o fim da 1ª fase já não podem ser alteradas as listagens. Cada listagem só será validada se entrar dentro do prazo e acompanhada do respetivo comprovativo de pagamento da taxa administrativa no montante de 5 euros.

4 – Os Clubes que inscrevam pelo menos uma equipa filial deverá indicar na listagem de acreditação, pelo menos 11 jogadores afetos a essa equipa.

5 – Cada Clube pode **utilizar um máximo de 13 jogadores por jogo, sendo 11 de campo e 2 guarda-redes**. Se apresentar menos de 13 jogadores não obriga a 2 guarda-redes.

3 – FORMA DE DISPUTA

A forma de disputa pode ser alterada após se conhecer o número exato de participantes.

1ª FASE – ZONAL

- Participantes:
 - X Equipas inscritas (este formato é compatível até 24 clubes), divididas em 2 zonas (com número aproximado), agrupadas por aproximação geográfica da piscina indicada como casa, de “Norte para Sul” e de “Ponte para Nascente”. Não pode haver equipas pertencentes a uma mesma AT em zonas distintas.
- Forma de disputa:
 - Todos contra todos a 2 voltas
- Consequências:
 - Estabelece uma classificação que determinará o ordenamento dos jogos nas fases seguintes – Play-off;

2ª FASE – PLAY-OFF 1/4 FINAL (PO 1/4) - Apuramento do 7º classificado em diante

- Participantes:
 - De acordo com as classificações obtidas na 1ª Fase. Os 1º classificados de cada zona ficam isentos.
- Forma de disputa:
 - Realização de eliminatória a 2 jogos no sistema de casa/fora. A equipa que estiver em posição de vencedora no computo final do segundo jogo é declarada vencedora. Em caso de empate no computo final dos 2 jogos, aplicar-se-ão os critérios de desempate de acordo com este regulamento (marcação de penaltis).
 - Jogos 1/4 Final (A equipa pior classificada na fase de apuramento efetua o primeiro jogo em casa e a equipa melhor classificada o segundo jogo em casa.)
 - #1 – 3º Zona Norte x 2º Zona Sul
 - #2 – 3º Zona Sul x 2º Zona Norte
 - Apuramento do 7º em diante (Por sorteio determina-se a equipa que faz o primeiro jogo em casa)

- 7º/8º - 4º classificados das Zonas Norte e Sul
- 9º/10º - 5º classificados das Zonas Norte e Sul
- 11º/12º - 6º classificados das Zonas Norte e Sul
- E assim sucessivamente
- Consequências:
 - Os vencedores do PO 1/4 #1 e #2 passam ao PO 1/2 juntamente com os 1º classificados da 1ª Fase.
 - Os derrotados do PO 1/4 #1 e #2 disputam o 5º e 6º lugar.

2ª FASE – PLAY-OFF 1/2 FINAL (PO 1/2) - Apuramento do 5º e 6º

- Participantes:
 - Os vencedores do PO 1/4 #1 e #2 juntamente com os 1º classificados da 1ª Fase.
 - Os derrotados do PO 1/4 #1 e #2.
- Forma de disputa:
 - Realização de eliminatória a 2 jogos no sistema de casa/fora. A equipa que estiver em posição de vencedora no computo final do segundo jogo é declarada vencedora. Em caso de empate no computo final dos 2 jogos, aplicar-se-ão os critérios de desempate de acordo com este regulamento (marcação de penaltis).
 - Jogos 1/2 Final (A equipa pior classificada na fase de apuramento efetua o primeiro jogo em casa e a equipa melhor classificada o segundo jogo em casa.)
 - #1 – Vencedor PO 1/4 #1 x 1º Zona Norte
 - #2 – Vencedor PO 1/4 #2 x 1º Zona Sul
 - Apuramento do 5º e 6º (Por sorteio determina-se a equipa que faz o primeiro jogo em casa)
 - 5º/6º - Derrotados PO 1/4 #1 e #2
- Consequências:
 - Os vencedores do PO 1/2 #1 e #2 disputam o PO FINAL.

3ª FASE - PLAY-OFF FINAL - Apuramento de Campeão de Portugal.

- Participantes:
 - Vencedores do PO 1/2
- Forma de disputa:
 - Realização de eliminatória a 2 jogos no sistema de casa/fora. A equipa que estiver em posição de vencedora no computo final do segundo jogo é declarada vencedora. Em caso de empate no computo final dos 2 jogos, aplicar-se-ão os critérios de desempate de acordo com este regulamento (marcação de penaltis).
 - Por sorteio determina-se a equipa que faz o primeiro jogo em casa
- Consequências:
 - O Vencedor no fim dos dois jogos do play-off será declarado Campeão de Portugal.

3ª FASE - LIGUILHA DE PROMOÇÃO - Apuramento de equipa para disputa PO1.

- Participantes:
 - 9º Classificado da PO1 e 2º classificado da PO2, ou no caso de inelegibilidade deste último, o classificado imediato com possibilidades de subir.
- Forma de disputa:
 - Realização de eliminatória a 2 jogos no sistema de casa, fora. O 1º jogo será em casa do 2º classificado da PO2, e o 2º jogo será em casa do 9º classificado da PO1. A equipa que estiver em posição de vencedora no computo final do segundo jogo é declarada vencedora. Em caso de empate no computo final dos 2 jogos, aplicar-se-ão os critérios de desempate de acordo com este regulamento (marcação de penaltis).
- Consequências:

- O vencedor destes 2 jogos terá direito a disputar a PO1 na época seguinte.

PO3 – XVII SUPERTAÇA “CARLOS MEINEDO” MASCULINOS

1 – PRÉMIOS

- 1 - Será atribuída uma Taça ao vencedor e 25 (vinte cinco) medalhas.
- 2 - Ao Clube finalista será entregue uma miniatura da mesma Taça e 25 (vinte cinco) medalhas

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 - É obrigatória a participação do Campeão de Portugal A1 e do Vencedor da Taça de Portugal da época anterior ou do finalista vencido, no caso de haver coincidência.
- 2 – Podem ser inscritos os jogadores do género masculino, da categoria Absoluto e seguintes, e que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 3 - Cada Clube deve submeter para validação, com uma antecedência mínima de 48h (dias uteis) em relação ao jogo, uma listagem de acreditação com um número ilimitado de jogadores. Cada listagem só será validada se entrar dentro do prazo e acompanhada do respetivo comprovativo de pagamento da taxa administrativa no montante de 5 euros.
- 4 – Cada Clube pode utilizar um máximo de 13 jogadores por jogo, sendo 11 de campo e 2 guarda-redes. Se apresentar menos de 13 jogadores não obriga a 2 guarda-redes.

3 – FORMA DE DISPUTA

A SUPERTAÇA é disputada entre os Vencedores do Campeonato de Portugal A1 e da Taça de Portugal da época anterior, ou do finalista vencido no caso de haver coincidência, num único jogo, e deve apurar uma equipa vencedora. No caso de empate aplicam-se os critérios previstos neste regulamento.

PO4 – XXXIV TAÇA DE PORTUGAL MASCULINOS

1 – PRÉMIOS

- 1 - Será atribuída uma Taça Ao vencedor e 20 (vinte) medalhas.
- 2 - Ao Clube finalista será entregue uma miniatura da mesma Taça e 20 (vinte) medalhas

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 – A participação é obrigatória para os Clubes da PO1 e PO2. Não podem participar equipas filiais.
- 2 – Cada Clube pode utilizar os jogadores que constarem da última listagem de acreditação validada para a PO1 ou PO2. Os clubes com equipas filiais podem utilizar os jogadores também dessas equipas, não contando estes jogos para o número máximo previsto no ponto 7 do art.º 11º deste regulamento.
- 3 – Cada Clube pode **utilizar um máximo de 13 jogadores por jogo, sendo 11 de campo e 2 guarda-redes**. Se apresentar menos de 13 jogadores não obriga a 2 guarda-redes.
- 4 – Podem ser inscritos os jogadores do género masculino, da categoria Absoluto e seguintes, e que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.

3 – FORMA DE DISPUTA

- 1 - A prova será disputada no sistema de eliminatórias a um jogo, devendo terminar com uma equipa vencedora.
- 2 - Os Clubes do PO1 participam a partir dos 1/8 Final;
- 3 – A FINAL 8 na qual se jogarão os ¼ final, ½ Final e Final será disputada em 3 dias consecutivos e na mesma piscina.
- 4 - O sorteio para as diferentes eliminatórias será efetuado pelo menos 3 semanas antes, de acordo com os termos regulamentares.

PO5 - CAMPEONATO DE PORTUGAL A1 FEMININOS

1 – PRÉMIOS

- 1 - É atribuída uma Taça ao vencedor, e 25 (vinte e cinco) medalhas ao 1º e 2º Classificados.
- 2 – Será atribuído um Troféu à melhor marcadora da prova no somatório dos golos da 1ª Fase.

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 – Esta época a prova será disputada pelos Clubes que se inscreverem.
- 2 - Os Clubes terão de proceder a uma inscrição, em data a indicar em comunicado, cumprindo todos os requisitos regulamentares.
- 3 – Podem ser inscritas as jogadoras do género feminino, da categoria Absoluto e seguintes, e que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 4 - Cada Clube deve submeter para validação, com uma antecedência mínima de 48h (dias uteis) em relação ao jogo, uma listagem de acreditação com um número ilimitado de jogadoras. Após o fim da 1ª fase já não podem ser alteradas as listagens. Cada listagem só será validada se entrar dentro do prazo e acompanhada do respetivo comprovativo de pagamento da taxa administrativa no montante de 5 euros.
- 5 – Cada Clube pode **utilizar um máximo de 15 jogadoras por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes (que existirão sempre que uma equipa apresente um mínimo de 13 jogadoras)**. Se apresentar menos de 15 jogadoras não obriga a 2 guarda-redes.

3 – FORMA DE DISPUTA

A forma de disputa pode ser alterada após se conhecer o número exato de participantes.

1ª FASE - FASE DE APURAMENTO.

- Participantes:
 - 8 Equipas
- Forma de disputa:
 - Todos contra todos a 2 voltas (14 jornadas)
- Consequências:
 - As equipas ficam ordenadas em termos de classificação para definir o emparelhamento do play off da 2ª Fase.

2ª FASE – PLAY OFF (1/4 Final) – Apuramento do 5º ao 8º

- Participantes:
 - 8 equipas da 1ª Fase.
- Forma de disputa:
 - Realização de eliminatória a 2 jogos no sistema de casa/fora. A equipa que estiver em posição de vencedora no computo final do segundo jogo é declarada vencedora. Em caso de empate no computo final dos 2 jogos, aplicar-se-ão os critérios de desempate de acordo com este regulamento (marcação de penaltis).
 - A equipa pior classificada na fase de apuramento efetua o primeiro jogo em casa e a equipa melhor classificada o segundo jogo em casa.
 - Jogos 1/4 Final:
 - #1 – 8º x 1º | #2 - 7º x 2º | #3 – 6º x 3º | #4 – 5º x 4º
- Consequências:
 - Os vencedores deste play-off passam ao play off 1/2 Final.

- Os derrotados serão classificados mediante a classificação obtida na fase apuramento. O melhor classificado fica em 5º lugar e assim sucessivamente.

2ª FASE – PLAY OFF (1/2 Final) – Apuramento do 3º e 4º

- Participantes:
 - Vencedores do play off 1/4 Final.
- Forma de disputa:
 - Realização de eliminatória a 2 jogos no sistema de casa/fora. A equipa que estiver em posição de vencedora no computo final do segundo jogo é declarada vencedora. Em caso de empate no computo final dos 2 jogos, aplicar-se-ão os critérios de desempate de acordo com este regulamento (marcação de penaltis).
 - A equipa pior classificada na fase de apuramento efetua o primeiro jogo em casa e a equipa melhor classificada o segundo jogo em casa.
 - Jogos 1/2 Final:
 - #1 – V ¼ #1 x V ¼ #4 | #2 – V ¼ #2 x V ¼ #3
- Consequências:
 - Os vencedores deste play-off passam ao play off Final.
 - As equipas derrotadas serão classificadas mediante a classificação obtida na fase de apuramento. A equipa melhor classificada fica em 3º lugar e assim sucessivamente.

3ª FASE - PLAY-OFF FINAL - Apuramento de Campeão de Portugal.

- Participantes:
 - Vencedores do play off 1/2 Final
- Forma de disputa:
 - Play-Off à melhor de 3 jogos. O 1º e 3º (caso se efetue) jogo serão realizados em casa da equipa melhor classificada da fase de apuramento. O 2º será em casa da equipa pior classificada na fase de apuramento.
- Consequências:
 - O Vencedor de dois jogos do play-off será declarado Campeão de Portugal.

PO6 – XVI SUPERTAÇA “CARLOS MEINEDO” FEMININOS

1 – PRÉMIOS

- 1 - Será atribuída uma Taça ao vencedor e 25 (vinte cinco) medalhas.
- 2 - Ao Clube finalista será entregue uma miniatura da mesma Taça e 25 (vinte cinco) medalhas.

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 - É obrigatória a participação do Campeão de Portugal da 1ª Divisão e do Vencedor da Taça de Portugal da época anterior ou do finalista vencido, no caso de haver coincidência.
- 2 - Podem ser inscritos os jogadores do género feminino, da categoria Absoluto e seguintes, e que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 3 - Cada Clube deve submeter para validação, com uma antecedência mínima de 48h (dias uteis) em relação ao jogo, uma listagem de acreditação com um número ilimitado de jogadoras. Cada listagem só será validada se entrar dentro do prazo e acompanhada do respetivo comprovativo de pagamento da taxa administrativa no montante de 5 euros.
- 4 - Cada Clube pode utilizar um máximo de 15 jogadoras por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes (que existirão sempre que uma equipa apresente um mínimo de 13 jogadoras). Se apresentar menos de 15 jogadoras não obriga a 2 guarda-redes.

3 – FORMA DE DISPUTA

A SUPERTAÇA é disputada entre os Vencedores do Campeonato de Portugal da 1ª Divisão e da Taça de Portugal da época anterior, ou do finalista vencido no caso de haver coincidência, num único jogo, e deve apurar uma equipa vencedora. No caso de empate aplicam-se os critérios previstos neste regulamento.

PO7 – XXXII TAÇA DE PORTUGAL FEMININOS

1 – PRÉMIOS

- 1 - Será atribuída uma Taça ao vencedor e 25 (vinte cinco) medalhas.
- 2 - Ao Clube finalista será entregue uma miniatura da mesma Taça e 20 (vinte) medalhas

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 – A participação é obrigatória para os Clubes da PO5.
- 2 – Podem ser inscritos os jogadores do género feminino, da categoria Absoluto e seguintes, e que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 3 – Cada Clube pode utilizar as jogadoras que constarem da última listagem de acreditação validada para a PO5.
- 4 – Cada Clube pode **utilizar um máximo de 15 jogadoras por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes (que existirão sempre que uma equipa apresente um mínimo de 13 jogadoras)**. Se apresentar menos de 15 jogadoras não obriga a 2 guarda-redes.

3 – FORMA DE DISPUTA

- 1 - A prova será disputada no sistema de eliminatórias a um jogo, devendo terminar com uma equipa vencedora.
- 2 – A FINAL 4 na qual se jogarão as 1/2 Final e Final será disputada em 2 dias consecutivos e na mesma piscina.
- 3 - O sorteio para as diferentes eliminatórias será efetuado pelo menos 3 semanas antes, de acordo com os termos regulamentares.

PO8 - CAMPEONATO DE PORTUGAL A20 MASCULINOS

1 – PRÉMIOS

- 1 - Ao Vencedor é atribuída uma Taça, e 25 (vinte e cinco) medalhas ao 1º e 2º Classificados.
- 2 - Poderão ser atribuídos outros prémios aos restantes classificados.
- 3 - A existência de prémios individuais, bem como a forma de determinar os vencedores, será comunicada aquando da reunião técnica.

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 - Podem participar todos os Clubes que pretendam, devendo para o efeito, proceder a uma inscrição junto dos serviços da FPN com conhecimento da respetiva Associação Territorial (AT), conforme o disposto no art.º 8º do presente regulamento.
- 2 – Cada AT pode ter no **máximo 2 equipas na Fase Final**, contando já com um eventual organizador. O número de equipas com que cada AT terá direito a participar na fase final será publicada em comunicado.
- 3 – Podem participar os jogadores do género masculino, da categoria Absoluto e seguintes, com idade máxima de 20 anos e que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 4 – Nas fases intermédia e final da prova, cada Clube só pode inscrever um máximo de 20 (vinte) jogadores, devendo para isso submeter para validação uma listagem de acreditação com os intervenientes, com um mínimo de 48h em relação à hora de início do jogo.
- 5 – Na fase final, aquando da reunião técnica, cada equipa deve entregar uma lista com os nomes e números de gorro dos jogadores que vai utilizar durante toda a fase e que sairão da listagem de acreditação. Esses jogadores não poderão mudar durante toda a fase final da prova, devem manter o mesmo número de gorro, devem constar da ata e estar presentes no jogo, salvo impedimento físico devidamente comprovado perante o delegado técnico.
- 6 - Cada Clube pode **utilizar um máximo de 13 jogadores por jogo, sendo 11 de campo e 2 guarda-redes**. Se apresentar menos de 13 jogadores não obriga a 2 guarda-redes.
- 7 - Todas as Fases da prova (regional, intermédia e final) serão jogadas segundo a normativa: **4 (quatro) períodos de 8 (oito) minutos de tempo útil cada, com intervalos de 2 (dois) minutos**. Cada equipa pode solicitar o máximo de **2 Time-Outs por jogo** sempre em períodos diferentes.
- 8 - Nas Fases disputadas a uma volta, ou sempre que houver necessidade de apurar um vencedor, nenhum jogo poderá terminar “empatado”. O desempate será nos termos previstos neste regulamento.

3 – FORMA DE DISPUTA

1ª FASE: REGIONAL. - CAMPEONATOS REGIONAIS

Cada AT é responsável pela organização dos respetivos Campeonatos Regionais, respeitando os pontos enumerados acima.

- Consequências:
 - Apuram para a Fase Final o número de equipas determinado pelo ranking dessa AT, conforme determinado no art.º 4º do presente regulamento.
 - Apurará também, no caso de essa AT ainda não ter esgotado a quota máxima, mais uma equipa para a Fase Intermédia.

2ª FASE: INTERMÉDIA

- Participantes:
 - 1 Equipa representativa de cada AT, com exceção das AT's que já tenham a sua quota máxima esgotada. É da responsabilidade das AT a indicação das equipas suas representantes.
- Forma de disputa:

- Disputada em regime de concentração, numa única piscina. A FPN decidirá em tempo útil a melhor forma de disputa mediante o número de equipas participantes.
- Consequências:
 - Os melhores classificados, consoante o número de vagas existentes na Fase Final, apuram-se para essa Fase.

3ª FASE: FINAL

- Participantes:
 - 4 Equipas apuradas da seguinte forma:
 - 2 Equipas de acordo com o ranking a publicar em circular, e que serão indicadas pela respetiva AT
 - 1 Equipa organizadora, por processo de candidatura
 - 1 Equipa apurada da Fase Intermédia, ou 2 equipas, no caso de a equipa organizadora pertencer a uma AT que já tem a sua quota máxima esgotada.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração, numa única piscina e em duas fases.
 - Fase - Apuramento:
 - As equipas jogarão todos contra todos a uma volta determinando a classificação dos participantes.
 - Fase - Finais
 - 3º x 4º e 1º x 2º
- Consequências:
 - O vencedor do jogo entre o 1º e o 2º classificado é o Campeão de Portugal

PO9 - CAMPEONATO DE PORTUGAL A20 FEMININOS

1 – PRÉMIOS

- 1 - Ao Vencedor é atribuída uma Taça, e 25 (vinte e cinco) medalhas ao 1º e 2º Classificados.
- 2 - Poderão ser atribuídos outros prémios aos restantes classificados.
- 3 - A existência de prémios individuais, bem como a forma de determinar os vencedores, será comunicada aquando da reunião técnica.

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 - Podem participar todos os Clubes que pretendam, devendo para o efeito, proceder a uma inscrição junto dos serviços da FPN com conhecimento da respetiva Associação Territorial (AT), conforme o disposto no art.º 8º do presente regulamento.
- 2 – Cada AT pode ter no **máximo 2 equipas na Fase Final**, contando já com um eventual organizador. O número de equipas com que cada AT terá direito a participar na fase final será publicada em comunicado.
- 3 – Podem participar as jogadoras do género feminino, da categoria Absoluto e seguintes, com idade máxima de 20 anos e que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 4 – Nas fases intermédia e final da prova, cada Clube só pode inscrever um máximo de 20 (vinte) jogadoras, devendo para isso submeter para validação uma listagem de acreditação com os intervenientes, com um mínimo de 48h em relação à hora de início do jogo.
- 5 – Na fase final, aquando da reunião técnica, cada equipa deve entregar uma lista com os nomes e números de gorro das jogadoras que vai utilizar durante toda a fase e que sairão da listagem de acreditação. Essas jogadoras não poderão mudar durante toda a fase final da prova, devem manter o mesmo número de gorro, devem constar da ata e estar presentes no jogo, salvo impedimento físico devidamente comprovado perante o delegado técnico.
- 6 - Cada equipa pode **utilizar um máximo de 15 jogadoras por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes**. Se apresentar menos de 15 jogadoras não obriga a 2 guarda-redes.
- 7 - Todas as Fases da prova (regional, intermédia e final) serão jogadas segundo a normativa: **4 (quatro) períodos de 8 (oito) minutos de tempo útil cada, com intervalos de 2 (dois) minutos**. Cada equipa pode solicitar o máximo de **2 Time-Outs por jogo** sempre em períodos diferentes.
- 8 - Nas Fases disputadas a uma volta, ou sempre que houver necessidade de apurar um vencedor, nenhum jogo poderá terminar “empatado”. O desempate será nos termos previstos neste regulamento.

3 – FORMA DE DISPUTA

1ª FASE: REGIONAL. - CAMPEONATOS REGIONAIS

Cada AT é responsável pela organização dos respetivos Campeonatos Regionais, respeitando os pontos enumerados acima.

- Consequências:
 - Apuram para a Fase Final o número de equipas determinado pelo ranking dessa AT, conforme determinado no art.º 4º do presente regulamento.
 - Apurará também, no caso de essa AT ainda não ter esgotado a quota máxima, mais uma equipa para a Fase Intermédia.

2ª FASE: INTERMÉDIA

- Participantes:

- 1 Equipa representativa de cada AT, com exceção das AT's que já tenham a sua quota máxima esgotada. É da responsabilidade das AT a indicação das equipas suas representantes.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração, numa única piscina. A FPN decidirá em tempo útil a melhor forma de disputa mediante o número de equipas participantes.
- Consequências:
 - Os melhores classificados, consoante o número de vagas existentes na Fase Final, apuram-se para essa Fase.

3ª FASE: FINAL

- Participantes:
 - 4 Equipas apuradas da seguinte forma:
 - 2 Equipas de acordo com o ranking a publicar em circular, e que serão indicadas pela respetiva AT
 - 1 Equipa organizadora, por processo de candidatura
 - 1 Equipa apurada da Fase Intermédia, ou 2 equipas, no caso de a equipa organizadora pertencer a uma AT que já tem a sua quota máxima esgotada.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração, numa única piscina e em duas fases.
 - Fase - Apuramento:
 - As equipas jogarão todos contra todos a uma volta determinando a classificação dos participantes.
 - Fase - Finais
 - 3º x 4º e 1º x 2º
- Consequências:
 - O vencedor do jogo entre o 1º e o 2º classificado é o Campeão de Portugal

PO10 - CAMPEONATO DE PORTUGAL A18 MASCULINOS

1 – RECOMPENSAS E PRÉMIOS

- 1 - Ao Vencedor é atribuída uma Taça, e 25 (vinte e cinco) medalhas ao 1º e 2º Classificados.
- 2 - Poderão ser atribuídos outros prémios aos restantes classificados.
- 3 - A existência de prémios individuais, bem como a forma de determinar os vencedores, será comunicada aquando da reunião técnica.

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 - Podem participar todos os Clubes que pretendam, devendo para o efeito, proceder a uma inscrição junto dos serviços da FPN com conhecimento da respetiva Associação Territorial (AT), conforme o disposto no art.º 8º do presente regulamento.
- 2 – Cada AT pode ter no **máximo 3 equipas na Fase Final**, contando já com um eventual organizador. O número de equipas com que cada AT terá direito a participar na fase final será publicada em comunicado.
- 3 – Podem participar os jogadores do género masculino, da categoria Absoluto e seguintes, com idade máxima de 18 anos e que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 4 – Nas fases intermédia e final da prova, cada Clube só pode inscrever um máximo de 20 (vinte) jogadores, devendo para isso submeter para validação uma listagem de acreditação com os intervenientes, com um mínimo de 48h em relação à hora de início do jogo.
- 5 – Na fase final, aquando da reunião técnica, cada equipa deve entregar uma lista com os nomes e números de gorro dos jogadores que vai utilizar durante toda a fase e que sairão da listagem de acreditação. Esses jogadores não poderão mudar durante toda a fase final da prova, devem manter o mesmo numero de gorro, devem constar da ata e estar presentes no jogo, salvo impedimento físico devidamente comprovado perante o delegado técnico.
- 6 - Cada Clube pode **utilizar um máximo de 15 jogadores por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes**. Se apresentar menos de 15 jogadores não obriga a 2 guarda-redes.
- 7 - Todas as Fases da prova (regional, intermédia e final) serão jogadas segundo a normativa: **4 (quatro) períodos de 8 (oito) minutos de tempo útil cada, com intervalos de 2 (dois) minutos**. Cada equipa pode solicitar o máximo de **2 Time-Outs por jogo** sempre em períodos diferentes.
- 8 - Nas Fases disputadas a uma volta, ou sempre que houver necessidade de apurar um vencedor, nenhum jogo poderá terminar “empatado”. O desempate será nos termos previstos neste regulamento.

3 – FORMA DE DISPUTA

1ª FASE: REGIONAL. - CAMPEONATOS REGIONAIS

Cada AT é responsável pela organização dos respetivos Campeonatos Regionais, respeitando os pontos enumerados acima.

- Consequências:
 - Apuram para a Fase Final o número de equipas determinado pelo ranking dessa AT, conforme determinado no art.º 4º do presente regulamento.
 - Apurará também, no caso de essa AT ainda não ter atingido a quota máxima, mais uma equipa para a Fase Intermédia.

2ª FASE: INTERMÉDIA

- Participantes:

- 1 Equipa representativa de cada AT, com exceção das AT's que já tenham a sua quota máxima esgotada. É da responsabilidade das AT a indicação das equipas suas representantes.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração, numa única piscina. A FPN decidirá em tempo útil a melhor forma de disputa mediante o número de equipas participantes.
- Consequências:
 - Os melhores classificados, consoante o número de vagas existentes na Fase Final, apuram-se para essa Fase.

3ª FASE: FINAL

- Participantes:
 - 8 Equipas apuradas da seguinte forma:
 - 6 Equipas de acordo com o ranking, a publicar em circular, e que serão indicadas pela respetiva AT
 - 1 Equipa organizadora, por processo de candidatura
 - 1 Equipa apurada da Fase Intermédia, ou 2 equipas, no caso de a equipa organizadora pertencer a uma AT que já tem a sua quota máxima esgotada.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração numa única piscina, em 3 fases.
 - 1ª Fase - Apuramento:
 - As equipas jogarão todos contra todos a uma volta determinando a classificação dos participantes no respetivo grupo.
 - 2ª Fase – Semi-Finais:
 - SF1 - 3º A x 4º B; SF2 - 3º B x 4º A; SF3 – 1º A x 2º B; SF4 – 1º B x 2º A
 - 3ª Fase – Finais:
 - 7º/8º - Vencido SF1 x Vencido SF2; 5º/6º - Vencedor SF1 x Vencedor SF2
 - 3º/4º - Vencido SF3 x Vencido SF4; 1º/2º - Vencedor SF3 x Vencedor SF4
- Consequências:
 - O vencedor do jogo entre o 1º/2º classificado é o Campeão de Portugal

PO11 - CAMPEONATO DE PORTUGAL A18 FEMININOS

1 – RECOMPENSAS E PRÉMIOS

- 1 - Ao Vencedor é atribuída uma Taça, e 25 (vinte e cinco) medalhas ao 1º e 2º Classificados.
- 2 - Poderão ser atribuídos outros prémios aos restantes classificados.
- 3 - A existência de prémios individuais, bem como a forma de determinar os vencedores, será comunicada aquando da reunião técnica.

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 - Podem participar todos os Clubes que pretendam, devendo para o efeito, proceder a uma inscrição junto dos serviços da FPN com conhecimento da respetiva Associação Territorial (AT), conforme o disposto no art.º 8º do presente regulamento.
- 2 – Cada AT pode ter no **máximo 3 equipas na Fase Final**, contando já com um eventual organizador. O número de equipas com que cada AT terá direito a participar na fase final será publicada em comunicado.
- 3 – Podem participar as jogadoras do género feminino, da categoria Absoluto e seguintes, com idade máxima de 18 anos e que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 4 – Nas fases intermédia e final da prova, cada Clube só pode inscrever um máximo de 20 (vinte) jogadoras, devendo para isso submeter para validação uma listagem de acreditação com os intervenientes, com um mínimo de 48h em relação à hora de início do jogo.
- 5 – Na fase final, aquando da reunião técnica, cada equipa deve entregar uma lista com os nomes e números de gorro das jogadoras que vai utilizar durante toda a fase e que sairão da listagem de acreditação. Essas jogadoras não poderão mudar durante toda a fase final da prova, devem manter o mesmo numero de gorro, devem constar da ata e estar presentes no jogo, salvo impedimento físico devidamente comprovado perante o delegado técnico.
- 6 - Cada equipa pode **utilizar um máximo de 15 jogadoras por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes**. Se apresentar menos de 15 jogadoras não obriga a 2 guarda-redes.
- 7 - Todas as Fases da prova (regional, intermédia e final) serão jogadas segundo a normativa: **4 (quatro) períodos de 8 (oito) minutos de tempo útil cada, com intervalos de 2 (dois) minutos**. Cada equipa pode solicitar o máximo de **2 Time-Outs por jogo** sempre em períodos diferentes.
- 8 - Nas Fases disputadas a uma volta, ou sempre que houver necessidade de apurar um vencedor, nenhum jogo poderá terminar “empatado”. O desempate será nos termos previstos neste regulamento.

3 – FORMA DE DISPUTA

1ª FASE: REGIONAL. - CAMPEONATOS REGIONAIS

Cada AT é responsável pela organização dos respetivos Campeonatos Regionais, respeitando os pontos enumerados acima.

2ª FASE: INTERMÉDIA

- Participantes:
 - 1 Equipa representativa de cada AT, com exceção das AT's que já tenham a sua quota máxima esgotada. É da responsabilidade das AT a indicação das equipas suas representantes.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração, numa única piscina. A FPN decidirá em tempo útil a melhor forma de disputa mediante o número de equipas participantes.

- Consequências:
 - Os melhores classificados, consoante o número de vagas existentes na Fase Final, apuram-se para essa Fase.

3ª FASE: FINAL

- Participantes:
 - 6 Equipas apuradas da seguinte forma:
 - 4 Equipas de acordo com o ranking a publicar em circular, e que serão indicadas pela respetiva AT
 - 1 Equipa organizadora, por processo de candidatura
 - 1 Equipa apurada da Fase Intermédia, ou 2 equipas, no caso de a equipa organizadora pertencer a uma AT que já tem a sua quota máxima esgotada.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração, numa única piscina e numa única fase.
 - Fase - Classificação:
 - As equipas jogarão todos contra todos a uma volta determinando a classificação dos participantes.
- Consequências:
 - O melhor classificado no final de todas as jornadas será o Campeão de Portugal

PO12 - CAMPEONATO DE PORTUGAL JUVENIL MASCULINOS

1 – RECOMPENSAS E PRÉMIOS

- 1 - Ao Vencedor é atribuída uma Taça, e 25 (vinte e cinco) medalhas ao 1º e 2º Classificados.
- 2 - Poderão ser atribuídos outros prémios aos restantes classificados.
- 3 - A existência de prémios individuais, bem como a forma de determinar os vencedores, será comunicada aquando da reunião técnica.

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 - Podem participar todos os Clubes que pretendam, devendo para o efeito, proceder a uma inscrição junto dos serviços da FPN com conhecimento da respetiva Associação Territorial (AT), conforme o disposto no art.º 8º do presente regulamento.
- 2 – Cada AT pode ter no **máximo 3 equipas na Fase Final**, contando já com um eventual organizador. O número de equipas com que cada AT terá direito a participar na fase final será publicada em comunicado.
- 3 – Podem participar os jogadores do género masculino, da categoria Juvenil e seguintes, que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 4 – Nas fases intermédia e final da prova, cada Clube só pode inscrever um máximo de 20 (vinte) jogadores, devendo para isso submeter para validação uma listagem de acreditação com os intervenientes, com um mínimo de 48h em relação à hora de início do jogo.
- 5 – Na fase final, aquando da reunião técnica, cada equipa deve entregar uma lista com os nomes e números de gorro dos jogadores que vai utilizar durante toda a fase e que sairão da listagem de acreditação. Esses jogadores não poderão mudar durante toda a fase final da prova, devem manter o mesmo número de gorro, devem constar da ata e estar presentes no jogo, salvo impedimento físico devidamente comprovado perante o delegado técnico.
- 6 - Cada Clube pode **utilizar um máximo de 15 jogadores por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes**. Se apresentar menos de 15 jogadores não obriga a 2 guarda-redes.
- 7 - Todas as fases da prova (regional, intermédia e final) serão jogadas segundo a normativa: **4 (quatro) períodos de 7 (sete) minutos de tempo útil cada, com intervalos de 2 (dois) minutos**. Cada equipa pode solicitar o máximo de **2 Time-Outs por jogo** sempre em períodos diferentes.
- 8 - Nas Fases disputadas a uma volta, ou sempre que houver necessidade de apurar um vencedor, nenhum jogo poderá terminar “empatado”. O desempate será nos termos previstos neste regulamento.

3 – FORMA DE DISPUTA

1ª FASE: REGIONAL. - CAMPEONATOS REGIONAIS

Cada AT é responsável pela organização dos respetivos Campeonatos Regionais, respeitando os pontos enumerados acima.

- Consequências:
 - Apuram para a Fase Final o número de equipas determinado pelo ranking dessa AT, conforme determinado no art.º 4º do presente regulamento.
 - Apurará também, no caso de essa AT ainda não ter atingido a quota máxima, mais uma equipa para a Fase Intermédia.

2ª FASE: INTERMÉDIA

- Participantes:
 - 1 Equipa representativa de cada AT, com exceção das AT's que já tenham a sua quota máxima esgotada. É da responsabilidade das AT a indicação das equipas suas representantes.
- Forma de disputa:

- Disputada em regime de concentração, numa única piscina. A FPN decidirá em tempo útil a melhor forma de disputa mediante o número de equipas participantes.
- Consequências:
 - Os melhores classificados, consoante o número de vagas existentes na Fase Final, apuram-se para essa Fase.

3ª FASE: FINAL

- Participantes:
 - 8 Equipas apuradas da seguinte forma:
 - 6 Equipas de acordo com o ranking, a publicar em circular, e que serão indicadas pela respetiva AT
 - 1 Equipa organizadora, por processo de candidatura
 - 1 Equipa apurada da Fase Intermédia, ou 2 equipas, no caso de a equipa organizadora pertencer a uma AT que já tem a sua quota máxima esgotada.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração numa única piscina, em 3 fases.
 - 1ª Fase - Apuramento:
 - As equipas jogarão todos contra todos a uma volta determinando a classificação dos participantes no respetivo grupo.
 - 2ª Fase – Semi-Finais:
 - SF1 - 3º A x 4º B; SF2 - 3º B x 4º A; SF3 – 1º A x 2º B; SF4 – 1º B x 2º A
 - 3ª Fase – Finais:
 - 7º/8º - Vencedor SF1 x Vencedor SF2; 5º/6º - Vencedor SF1 x Vencedor SF2
 - 3º/4º - Vencedor SF3 x Vencedor SF4; 1º/2º - Vencedor SF3 x Vencedor SF4
- Consequências:
 - O vencedor do jogo entre o 1º/2º classificado é o Campeão de Portugal

PO13 - CAMPEONATO DE PORTUGAL JUVENIL FEMININOS

1 – RECOMPENSAS E PRÉMIOS

- 1 - Ao Vencedor é atribuída uma Taça, e 25 (vinte e cinco) medalhas ao 1º e 2º Classificados.
- 2 - Poderão ser atribuídos outros prémios aos restantes classificados.
- 3 - A existência de prémios individuais, bem como a forma de determinar os vencedores, será comunicada aquando da reunião técnica.

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 - Podem participar todos os Clubes que pretendam, devendo para o efeito, proceder a uma inscrição junto dos serviços da FPN com conhecimento da respetiva Associação Territorial (AT), conforme o disposto no art.º 8º do presente regulamento.
- 2 – Cada AT pode ter no **máximo 3 equipas na Fase Final**, contando já com um eventual organizador. O número de equipas com que cada AT terá direito a participar na fase final será publicada em comunicado.
- 3 – Podem participar as jogadoras do género feminino da categoria Juvenil e seguintes, que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 4 – Nas fases intermédia e final da prova, cada Clube só pode inscrever um máximo de 20 (vinte) jogadoras, devendo para isso submeter para validação uma listagem de acreditação com os intervenientes, com um mínimo de 48h em relação à hora de início do jogo.
- 5 – Na fase final, aquando da reunião técnica, cada equipa deve entregar uma lista com os nomes e números de gorro das jogadoras que vai utilizar durante toda a fase e que sairão da listagem de acreditação. Essas jogadoras não poderão mudar durante toda a fase final da prova, devem manter o mesmo número de gorro, devem constar da ata e estar presentes no jogo, salvo impedimento físico devidamente comprovado perante o delegado técnico.
- 6 - Cada equipa pode **utilizar um máximo de 15 jogadoras por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes**. Se apresentar menos de 15 jogadoras não obriga a 2 guarda-redes.
- 7 - Todas as fases da prova serão jogadas segundo a normativa: **4 (quatro) períodos de 7 (sete) minutos de tempo útil cada, com intervalos de 2 (dois) minutos**. Cada equipa pode solicitar o máximo de **2 Time-Outs por jogo** sempre em períodos diferentes.
- 8 - Nas Fases disputadas a uma volta, ou sempre que houver necessidade de apurar um vencedor, nenhum jogo poderá terminar “empatado”. O desempate será nos termos previstos neste regulamento.

3 – FORMA DE DISPUTA

1ª FASE: REGIONAL. - CAMPEONATOS REGIONAIS

Cada AT é responsável pela organização dos respetivos Campeonatos Regionais, respeitando os pontos enumerados acima.

2ª FASE: INTERMÉDIA

- Participantes:
 - 1 Equipa representativa de cada AT, com exceção das AT's que já tenham a sua quota máxima esgotada. É da responsabilidade das AT a indicação das equipas suas representantes.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração, numa única piscina. A FPN decidirá em tempo útil a melhor forma de disputa mediante o número de equipas participantes.
- Consequências:
 - Os melhores classificados, consoante o número de vagas existentes na Fase Final, apuram-se para essa Fase.

3ª FASE: FINAL

- Participantes:
 - 6 Equipas apuradas da seguinte forma:
 - 4 Equipas de acordo com o ranking a publicar em circular, e que serão indicadas pela respetiva AT
 - 1 Equipa organizadora, por processo de candidatura
 - 1 Equipa apurada da Fase Intermédia, ou 2 equipas, no caso de a equipa organizadora pertencer a uma AT que já tem a sua quota máxima esgotada.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração, numa única piscina e numa única fase.
 - Fase - Classificação:
 - As equipas jogarão todos contra todos a uma volta determinando a classificação dos participantes.
- Consequências:
 - O melhor classificado no final de todas as jornadas será o Campeão de Portugal

PO14 - CAMPEONATO DE PORTUGAL INFANTIL MISTO

Esta prova visa a promoção e dinamização da disciplina pelo maior número de praticantes quer do género masculino como do feminino e incutir o gosto pela prática.

1 – RECOMPENSAS E PRÉMIOS

- 1 - Ao Vencedor é atribuída uma Taça, e 25 (vinte e cinco) medalhas ao 1º e 2º Classificados.
- 2 - Poderão ser atribuídos outros prémios aos restantes classificados.
- 3 - A existência de prémios individuais, bem como a forma de determinar os vencedores, será comunicada aquando da reunião técnica.

2 – PARTICIPAÇÃO

1 - Podem participar todos os Clubes que pretendam, devendo para o efeito, proceder a uma inscrição junto dos serviços da FPN com conhecimento da respetiva Associação Territorial (AT), conforme o disposto no art.º 8º do presente regulamento.

2 – Cada Clube pode inscrever no máximo duas equipas, quando e só quando, inscrever equipas de géneros diferentes, contando para este efeito o “misto” como um género.

Assim, um clube pode inscrever:

- a) uma equipa mista, ou masculina ou feminina;
- b) ou uma equipa mista e outra masculina;
- c) ou uma equipa mista e outra feminina;
- d) ou uma equipa masculina e outra feminina.

No caso de existirem duas equipas, e sem prejuízo do que anteriormente já foi dito, só os elementos do género feminino podem “saltar” de uma equipa para a outra respeitando sempre o intervalo mínimo entre dois jogos. Na Fase Intermédia e Final tal situação não se poderá verificar.

3 – Cada AT pode ter no **máximo 4 equipas na Fase Final**, contando já com um eventual organizador. O número de equipas com que cada AT terá direito a participar na fase final será publicada em comunicado.

4 – Podem participar jogadores de ambos os géneros da categoria Infantil e seguintes, que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.

5 - Em todas as fases da prova (regional, intermédia e final), e sempre que houver uma classificação por pontos, as equipas que em cada jogo apresentem o número máximo de jogadores (15), serão premiados com mais 1 ponto.

6 – Nas fases intermédia e final da prova, cada equipa só pode inscrever um máximo de 20 (vinte) jogadores por equipa, devendo para isso submeter para validação uma listagem de acreditação com os intervenientes, com um mínimo de 48h em relação à hora de início do jogo.

7 – Na fase final, aquando da reunião técnica, cada equipa deve entregar uma lista com os nomes e números de gorro dos jogadores que vai utilizar durante toda a fase e que sairão da listagem de acreditação. Esses jogadores não poderão mudar durante toda a fase final da prova, devem manter o mesmo número de gorro, devem constar da ata e estar presentes no jogo, salvo impedimento físico devidamente comprovado perante o delegado técnico.

8 - Cada equipa pode **utilizar um máximo de 15 jogadores por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes**. Se apresentar menos de 15 jogadores não obriga a 2 guarda-redes.

9 – Todas as fases da prova serão jogadas segundo a normativa: **6 (seis) períodos de 4 (quatro) minutos de tempo útil cada, com intervalo de 2 (dois) minutos. Não há possibilidade de pedir Time-Out.**

10 – Nos 4 primeiros períodos não se podem efetuar substituições (com exceção das circunstâncias de lesão ou sangramento e ainda de 3 faltas pessoais) no decorrer dos mesmos. Será permitido realizar as substituições pretendidas, no decorrer dos 2 últimos períodos do jogo.

11 – É obrigatório que todos os jogadores nomeados na ata de jogo, joguem pelo menos 1 período completo do jogo, devendo fazê-lo nos primeiros 4 períodos. Os oficiais de mesa devem anotar esse cumprimento e sinalizar, através de uma luz no marcador ou de uma bandeira,

quando uma equipa já cumpriu essa obrigação. Devem os árbitros obrigar as equipas a cumprir este ponto não prosseguindo o jogo enquanto tal não se verificar.

12 – A dimensão da bola a utilizar é a WP 4.

13 – Neste escalão não se aplicará a regra FINA WP 14.3 d).

14 - Nas Fases disputadas a uma volta, ou sempre que houver necessidade de apurar um vencedor, nenhum jogo poderá terminar “empatado”. O desempate será nos termos previstos neste regulamento.

3 – FORMA DE DISPUTA

1ª FASE: REGIONAL. - CAMPEONATOS REGIONAIS

Cada AT é responsável pela organização dos respetivos Campeonatos Regionais.

- Consequências:
 - Apuram para a Fase Final o número de equipas determinado pelo ranking dessa AT, com base nos resultados das suas equipas e da sua Seleção Regional, nos últimos 3 anos.
 - Apurará também, no caso de essa AT ainda não ter atingido a quota máxima, mais uma equipa para a Fase Intermédia.

2ª FASE: INTERMÉDIA

- Participantes:
 - 1 Equipa representativa de cada AT, com exceção das AT's que já tenham a sua quota máxima esgotada. É da responsabilidade das AT a indicação das equipas suas representantes.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração, numa única piscina. A FPN decidirá em tempo útil a melhor forma de disputa mediante o número de equipas participantes.
- Consequências:
 - Os melhores classificados, consoante o número de vagas existentes na Fase Final, apuram-se para essa Fase.

3ª FASE: FINAL

- Participantes:
 - 12 Equipas apuradas da seguinte forma:
 - 10 Equipas de acordo com o ranking, a publicar em circular, e que serão indicadas pela respetiva AT
 - 1 Equipa organizadora, por processo de candidatura
 - 1 Equipa apurada da Fase Intermédia, ou 2 equipas, no caso de a equipa organizadora pertencer a uma AT que já tem a sua quota máxima esgotada.
- Forma de disputa:
 - Disputada em regime de concentração numa única piscina, em 4 fases.
 - 1ª Fase - Grupos:
 - As equipas jogarão todos contra todos em 4 (quatro) grupos de 3 (três) equipas cada, a uma volta, determinando a classificação dos participantes no respetivo grupo.
 - 2ª Fase – Apuramento:
 - J1 - 3º A x 3º D; J2 – 3º C x 3º B; J3 – 2º A x 1º D; J4 – 1º A x 2º D; J5 – 2º C x 1º B; J6 – 1º C x 2º B
 - 3ª Fase – Semi-Finais:
 - SF1 – Derrotado J3 x Derrotado J4; SF2 – Derrotado J5 x Derrotado J6; SF3 – Vencedor J3 x Vencedor J4; SF4 – Vencedor J5 x Vencedor J6

- 4ª Fase –Finais:
 - 11º/12º - Derrotado J1 x Derrotado J2; 9º/10º - Vencedor J1 x Vencedor J2
 - 7º/8º - Derrotado SF1 x Derrotado SF2; 5º/6º - Vencedor SF1 x Vencedor SF2
 - 3º/4º - Derrotado SF3 x Derrotado SF4; 1º/2º - Vencedor SF3 x Vencedor SF4
- Consequências:
 - O vencedor do jogo entre o 1º/2º classificado é o Campeão de Portugal

PO15 – CAMPEONATO PORTUGAL AT'S INFANTIL MISTO

1 – RECOMPENSAS E PRÉMIOS

- 1 - Ao Vencedor é atribuída uma Taça, e 25 (vinte e cinco) medalhas ao 1º e 2º Classificados.
- 2 - Poderão ser atribuídos outros prémios aos restantes classificados.
- 3 - A existência de prémios individuais, bem como a forma de determinar os vencedores, será comunicada aquando da reunião técnica.

2 – PARTICIPAÇÃO

- 1 – Esta prova faz parte do Programa Nacional de Talentos e serve para avaliar o momento dos jogadores em competição, em determinada fase do seu desenvolvimento.
- 2 - Cada Associação Territorial pode participar no máximo com duas equipas (mista e/ou, masculina e/ou feminina), devendo para o efeito, proceder a uma inscrição junto dos serviços da FPN, conforme o disposto no art.º 8º do presente regulamento. No caso de uma AT ter duas equipas só a melhor classificada somará pontos para o ranking e os jogadores não poderão transitar de uma equipa para outra durante a mesma competição. Uma AT pode-se fazer substituir por um clube ou um composto de jogadores de vários clubes.
- 3 – Podem participar jogadores de ambos os géneros da categoria Infantil e seguintes, que preencham os requisitos exigidos em termos de exame médico requerido.
- 4 – Cada AT pode inscrever um máximo de 20 jogadores por equipa, devendo para isso submeter para validação uma listagem de acreditação co os intervenientes, e utilizar um **máximo de 15 por jogo, sendo 13 jogadores de campo e 2 guarda-redes**.
- 5 – Todos os jogos terão: **4 (quatro) períodos de 6 (seis) minutos de tempo útil cada, com intervalos de 2 (dois) minutos**. Cada equipa pode solicitar o máximo de **2 Time-Outs por jogo**.
- 6 - A bola de jogo é o modelo WP 4.
- 7 - Nenhum jogo poderá terminar “empatado”. O desempate será nos termos previstos neste regulamento.

3 – FORMA DE DISPUTA

- A forma de disputa será conhecida após se saber o número de participantes.
A prova será sempre disputado em regime de concentração na mesma piscina.

PO16 – TORNEIO NACIONAL MASTER

1 – RECOMPENSAS E PRÉMIOS

1 - Ao Vencedor do Torneio será atribuída uma Taça e 25 (vinte cinco) medalhas.

2 – PARTICIPAÇÃO

1 – Cada equipa pode ser masculina, feminina ou mista.

2 – Podem participar todos os jogadores (as) com idade igual ou superior a 35 anos, completados até 31 de Dezembro do ano em que termina a época, e ainda os jogadores entre os 25 e 34 anos que não estejam inscritos em provas nacionais oficiais absolutas.

3 – **Todos os participantes devem estar filiados na FPN** de acordo com o Regulamento Geral.

4 – Cada equipa pode **utilizar um máximo de 15 jogadores por jogo, constantes da listagem de acreditação.**

5 – Cada equipa tem que pagar uma taxa de arbitragem, de acordo com o comunicado.

6 – Não é obrigatória a presença de treinador e/ou delegado de equipa/campo.

3 – FORMA DE DISPUTA

Cada clube pode propor organizar o número de torneios que entender, sendo atribuída uma classificação final, atribuindo pontos em sentido inverso ao número de equipas presentes. No final do último torneio o clube que somar mais pontos no conjunto de todos os torneios disputados será declarado Campeão de Portugal.

4 – JOGOS

Todos os jogos são disputados segunda as regras FINA em vigor com as seguintes exceções:

1 - Os jogos terão a duração de 4 períodos de 8 minutos corridos com 2 minutos de intervalo.

2 – Não são permitidos Time-Outs.

3 – A equipa organizadora do Torneio Nacional deve disponibilizar as bolas, gorros, cronómetros, bandeiras e restantes elementos para a realização do jogo.

4 - Nenhum jogo poderá terminar “empatado”. O desempate será nos termos previstos neste regulamento.

5 – A bola oficial para disputa dos jogos é WP 5

ANEXOS

1 – DESIGNAÇÃO DAS PROVAS NACIONAIS

DESIGNAÇÃO DAS PROVAS NACIONAIS ÉPOCA 2018/2019
--

CODIGO	DESIGNAÇÃO
PO 1	CAMPEONATO PORTUGAL A1 MASCULINOS
PO 2	CAMPEONATO PORTUGAL A2 MASCULINOS
PO 3	XVII SUPERTAÇA “CARLOS MEINEDO” MASCULINOS
PO 4	XXXIV TAÇA DE PORTUGAL MASCULINOS
PO 5	CAMPEONATO PORTUGAL A1 FEMININOS
PO 6	XVI SUPERTAÇA “CARLOS MEINEDO” FEMININOS
PO 7	XXXII TAÇA DE PORTUGAL FEMININOS
PO 8	CAMPEONATO PORTUGAL A20 MASCULINOS
PO 9	CAMPEONATO PORTUGAL A20 FEMININOS
PO 10	CAMPEONATO PORTUGAL A18 MASCULINOS
PO 11	CAMPEONATO PORTUGAL A18 FEMININOS
PO 12	CAMPEONATO PORTUGAL JUVENIL MASCULINOS
PO 13	CAMPEONATO PORTUGAL JUVENIL FEMININOS
PO 14	CAMPEONATO PORTUGAL INFANTIL MISTO
PO 15	CAMPEONATO PORTUGAL AT’S INFANTIL MISTO
PO 16	TORNEIO NACIONAL MASTERS

2 – CATEGORIAS DE ACORDO COM O REGULAMENTO GERAL

CATEGORIAS / ESCALÕES ÉPOCA 2018/2019
--

CATEGORIAS/ESCALÃO		MAS / FEM	
ABSOLUTOS	A1, A2	1998	
	A20	1999	2000
	A18	2001	2002
JUVENIS		2003	2004
INFANTIS		2005	2006
CADETES		2007	2008
MINIS		2009	2012

A que se refere o Art.º 22º da Secção I, do Capitulo II do RGFPN

3 – MAPA DE PROVAS, TEMPO DE JOGO E DIMENSÕES DA BOLA

MAPA DE PROVAS, TEMPO DE JOGO E DIMENSÕES DA BOLA ÉPOCA 2018/2019
--

PROVA	TEMPO DE JOGO	BOLA	
		Masculino	Feminino
A1 e A2 A20 e A18	4 x 8 min util (Int 2-5-2 min)*	WP: 5	WP: 4
JUVENIL	4 x 7 min util (Int 2 min)		
INFANTIL	6 x 4 min util (Int 2 min)	WP: 4	
MINIS	2 x 12 min corrido (Int 2 min)	WP: 3	

* Nas provas de grupos de idades os intervalos são todos de 2 minutos.

4 – MEDIDAS DO CAMPO DE JOGO

<p>MEDIDAS MINIMAS DO CAMPO DE JOGO ÉPOCA 2018/2019</p>

MASCULINO			FEMININO		
PROVA		DIMENSÃO O Profundidade mínima: 1.80 m	PROVA		DIMENSÃO O Profundidade mínima: 1.80 m
PO 1 - CPA1 M		25x16 m (Pref. 30x20 m)*	PO 5 - CPA1 F		25x16 m (Pref. 25x20 m)*
PO 2 - CPA2 M	2ª Fase - Final	25x12,5 m			
PO 8 – CPA20 M	Fase - Intermédia e Final	25x16 m (Pref. 30x20m)*	PO 9 – CPA20 F	Fase - Intermédia e Final	25x16 m (Pref. 25x20 m)*
PO 10 – CPA18 M	Fase - Intermédia e Final	25x16 m (Pref. 30x20m)*	PO 11 – CPA18 F	Fase - Intermédia e Final	25x16 m (Pref. 25x20 m)*
PO 12 - CPJUV M	Fase - Intermédia e Final	25x16 m (Pref. 25x20 m)*	PO 13 - CPJUV F	Fase - Intermédia e Final	25x16 m (Pref. 25x20 m)*
PO 14 - CPINF MX	Fase - Intermédia e Final	25x16 m (Pref. 25x20 m)*			
PO 04 - TP M	Final 8	25x16 m (Pref. 30x20m)*	PO 07 - TP F	Final 4	25x16 m (Pref. 25x20 m)*
PO 03 - ST M		25x16 m (Pref. 30x20m)*	PO 06 - ST F		25x16 m (Pref. 25x20 m)*
PO 15 – CPAT INF MX		25x16 m (Pref. 25x20 m)*			

Nota: quando as balizas estiverem presas á parede, entre as 2 linhas de golo não pode haver uma distancia inferior a 22 m.

* Medida máxima

5 – PROVAS OFICIAIS / TREINADORES QUALIFICADOS

PROVAS OFICIAIS / QUALIFICAÇÃO TREINADORES PRINCIPAIS NIVEIS MINIMOS EXIGIDOS
--

			2018/2019	2019/2020*
FORMAÇÃO	INICIAÇÃO	MINIS (9-10)	NIVEL I	NIVEL I
		MINIS (11-12)		
	DESENVOLVIMENTO	INFANTIL (13-14)		NIVEL II
		JUVENIL (15-16)		
	APERFEIÇOAMENTO	ABSOLUTOS (17-18)	NIVEL II	
		ABSOLUTOS/EQUIPAS B (19-20)		
ALTO RENDIMENTO	ABSOLUTO	NIVEL III		

* Objetivo a trabalhar no medio/longo prazo

6 – DIAS DOS JOGOS

DIAS DOS JOGOS DAS PROVAS NACIONAIS ÉPOCA 2018/2019
--

PROVA	SABADO	DOMINGO
PO1 - CAMPEONATO PORTUGAL A1 MASCULINO	X	
PO2 - CAMPEONATO PORTUGAL A2 MASCULINO		X
PO5 - CAMPEONATO PORTUGAL A1 FEMININO	X	

7 – MATRIZ DE JOGOS

MATRIZ DE JOGOS						
JOR	NUMERO DE EQUIPAS					
	3/4	5/6	7/8	9/10	11/12	13/14
1ª	1-4 3-2	1-6 5-2 3-4	1-8 3-6 7-2 5-4	1-10 9-2 3-8 7-4 5-6	1-12 11-2 3-10 9-4 5-8 7-6	1-3 12-5 10-7 8-9 6-11 4-13 14-2
2ª	4-2 1-3	6-2 1-3 4-5	8-2 4-7 1-3 6-5	10-2 1-3 4-9 8-5 6-7	12-2 1-3 4-11 10-5 6-9 8-7	3-14 5-1 7-12 9-10 11-8 13-6 2-4
3ª	3-4 2-1	3-6 2-4 5-1	3-8 2-4 5-1 7-6	3-10 2-4 5-1 9-6 7-8	3-12 2-4 5-1 11-6 7-10 9-8	3-5 1-7 12-9 10-11 8-13 6-2 14-4
4ª		6-4 3-5 1-2	8-4 3-5 6-2 1-7	10-4 3-5 6-2 1-7 8-9	12-4 3-5 6-2 1-7 8-11 10-9	5-14 7-3 9-1 11-12 13-10 2-8 4-6
5ª		5-6 4-1 2-3	5-8 4-6 7-3 2-1	5-10 4-6 7-3 2-8 9-1	5-12 4-6 7-3 2-8 9-1 11-10	5-7 3-9 1-11 12-13 10-2 8-4 14-6
6ª			8-6 5-7 1-4 3-2	10-6 5-7 8-4 3-9 1-2	12-6 5-7 8-4 3-9 10-2 1-11	7-14 9-5 11-3 13-1 2-12 4-10 6-8
7ª			7-8 6-1 2-5 4-3	7-10 6-8 9-5 4-1 2-3	7-12 6-8 9-5 4-10 11-3 2-1	7-9 5-11 3-13 1-2 12-4 10-6 14-8
8ª				10-8 7-9 1-6 5-2 3-4	12-8 7-9 10-6 1-11 1-4 3-2	9-14 11-7 13-5 2-3 4-1 6-12 8-10
9ª				9-10 8-1 2-7 6-3 4-5	9-12 8-10 11-7 6-1 2-5 4-3	9-11 7-13 5-2 3-4 1-6 12-8 14-10
10ª					12-10 9-11 1-8 7-2 3-6 5-4	11-14 13-9 2-7 4-5 6-3 8-1 10-12
11ª					11-12 10-1 2-9 8-3 4-7 6-5	11-13 9-2 7-4 5-6 3-8 1-10 14-12
12ª						14-13 2-11 4-9 6-7 8-5 10-3 12-1
13ª						13-2 11-4 9-6 7-8 5-10 3-12 1-14

8 – FICHA DE INSCRIÇÃO EM PROVAS OFICIAIS

CLUBE/AT	
----------	--

FORMALIZA A INSCRIÇÃO / RENUNCIA NA SEGUINTE PROVA

CÓDIGO	PROVA	DATA LIMITE INSCRIÇÃO	INSCRIÇÃO	RENUNCIA	CANDIDATURA ORGANIZAÇÃO*
PO 1	CAMPEONATO PORTUGAL A1 MASCULINOS	15/jul/18			
PO 2	CAMPEONATO PORTUGAL A2 MASCULINOS				
PO 5	CAMPEONATO PORTUGAL A1 FEMININOS				
PO 8	CAMPEONATO PORTUGAL A20 MASCULINOS	30/set/18			
PO 9	CAMPEONATO PORTUGAL A20 FEMININOS				
PO 10	CAMPEONATO PORTUGAL A18 FEMININOS				
PO 11	CAMPEONATO PORTUGAL A18 FEMININOS				
PO 12	CAMPEONATO PORTUGAL JUVENIL MASCULINOS				
PO 13	CAMPEONATO PORTUGAL JUVENIL FEMININOS				
PO 14	CAMPEONATO PORTUGAL INFANTIL MISTO (indicar o numero de equipas inscritas 1 ou 2)				
PO 15	CAMPEONATO PORTUGAL AT's INFANTIL MISTO (indicar o numero de equipas inscritas 1 ou 2)				
PO 16	TORNEIO NACIONAL MASTERS				

Nota 1: No caso de um clube/AT se candidatar à organização de uma Fase Final, deve submeter o formulário de candidatura devidamente preenchido juntamente com esta ficha de inscrição

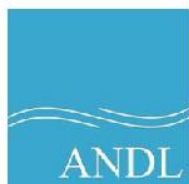
Nota 2: As inscrições só serão aceites mediante o bom cumprimento do disposto no artigo 8º do regulamento de Provas Nacionais

Data: _____

Nome: _____

Assinatura e carimbo: _____

WWW.CEFAD.PT



CURSO DE GRAU I

TREINADOR MONITOR DE NATAÇÃO

INSCRIÇÕES ATÉ

27 SETEMBRO 2018

Pré Inscrição 25,00 €
Componente Geral + Especifica 450,00 €
Componente Geral ou Especifica 250,00 €
Estágio 175,00 €

Avaliação pré-requisitos
28 de Setembro, às 20h00.

INÍCIO A 5 DE OUTUBRO

Desconto de 50 euros para alunos ou ex-alunos CEFAD



NOVIDADE EM LEIRIA

leiria@cefad.pt

Tel.: 244 837 577 / 966 382 483

Rua D. Glória Barata Rodrigues, nº 237

Quinta de Santo António 2415-575 Leiria

CEFAD
FORMAÇÃO PROFISSIONAL



CEFAD FORMA O PROFISSIONAL LDA.

CURSO DE GRAUI

TREINADOR/MONITOR DE NATA O



REGULAMENTO



1. ORGANIZA O

O Curso de Treinadores de Grau I - Treinador/ Monitor de Nata o integrar  duas fases: curricular (Geral e Específica) e Estágio.

A organiza o da componente geral e componente específica   do âmbito do CEFAD Forma o Profissional Lda. A componente do estágio   da responsabilidade da Federa o Portuguesa de Nata o.

O curso s  será realizado, se houver no mínimo 20 formandos APTOS na avalia o do pré-requisito.

2. CONDI OES DE ACESSO

Pode frequentar o Curso de Grau I de Treinador/ Monitor de Nata o todos os candidatos que possuam:

- Idade mínima de 18 anos   data do inicio do Curso
- Escolaridade mínima obrigatória como habilita o literária

PRÉ-REQUISITOS ESPECIFICOS

Os candidatos, para além das condi oes de acesso acima expostas, devem cumprir os pré-requisitos específicos:

- Ser nadador ou ex nadador federado (Têm que apresentar declara o da associa o territorial) ou
- Realizar uma prova de 100 metros Estilos ou 200 metros Livres, com as respetivas partidas e viragens específicas, sem evidenciarem erros técnicos graves (será realizada no dia 28 de setembro 2018, em Leiria, às 20 horas).
- 100 metros estilos = 02:15.00 (tempo limite)
- 200 metros Livres = 04:00.00 (tempo limite)



3. ESTRUTURA

A estrutura do curso de Grau I de Treinadores/ Monitores de Natação terá por base os referenciais de formação geral e específica criados.

3

COMPONENTE DE FORMAÇÃO GERAL			
Unidade de Formação	Total de Horas	Prática	Teórica
Pedagogia do Desporto	6 horas		6h
Psicologia do Desporto	4 horas		4h
Aprendizagem e Desenvolvimento motor	4 horas		4h
Funcionamento do Corpo e Nutrição	4 horas		4h
Primeiros Socorros	2 horas	2h	
Didática do Desporto	8 horas		8h
Observa�o e Análise das Habilidades	4 horas	1h	3h
Teoria e Metodologia do Treino	6 horas		6h
Luta contra a Dopagem	2 horas		2h
Desporto para pessoas com deficiência	1 hora		1h
TOTAL	41 horas	3 horas	38 horas

COMPONENTE DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA			
Unidade de Formação	Total de Horas	Prática	Teórica
Adapta�o ao meio aquático	12 horas	6h	6h
Técnica e Didática Específica de Natação Pura	10 horas	5h	5h
Técnica e Didática Específica de Natação Sincronizada	10 horas	5h	5h
Técnica e Didática Específica de Pólo Aquático	10 horas	5h	5h
Técnica e Didática Específica de Saltos para a água	4 horas	2h	2h
Salvamento aquático	4 horas	2h	2h
TOTAL	50 horas	25 horas	25 horas



Estágio - Os formandos realizarão uma época de trabalho como treinador/ monitor de uma Entidade de Acolhimento. A totalidade de horas consideradas no âmbito do Estágio (550 horas) não se circunscreve apenas à intervenção durante as sessões de treino/ aula, envolvendo também a realização de todo o conjunto de tarefas inerente ao desempenho da função de treinador/ monitor.

Para a fase de estágio, só poderão aceder à mesma, os candidatos que foram considerados aptos na parte curricular.

Diretor e Secretária do Curso

Diretor do curso	João Paulo Fróis
Secretária do curso	CEFAD – Delegação de Leiria

4. INSCRIÇÕES

As inscrições têm que ser feitas em impresso próprio e dar entrada no CEFAD até dia 17 de setembro de 2018 (e-mail: leiria@cefad.pt ou na secretaria).

Taxa de pré-inscrição: 25,00 Euros

Taxa de inscrição (CG + CE): 450,00 Euros + Taxa de inscrição no estágio: 175,00 Euros

Caso o candidato tenha o certificado do IPDJ que comprove a equivalência a uma das componentes (certificado de competências), poderá inscrever-se à componente em falta e estágio:

Taxa de inscrição componente geral: 250,00 Euros + estágio: 175,00 Euros

Taxa de inscrição componente específica: 250,00 Euros + estágio: 175,00 Euros

Caso os formandos não sejam aprovados na componente de formação curricular não será devolvido qualquer valor (componentes e estágio).



Documentos para inscrição até dia 17 de setembro 2018:

- Ficha de inscrição IPDJ
- Declaração clube
- Certificado de reconhecimento de competências emitido pelo IPDJ (caso faça só uma componente + estágio)
- Fotografia tipo passe
- Comprovativo de pagamento no valor de 25,00 Euros

5

5. FREQUÊNCIA NO CURSO

O curso irá realizar-se de forma presencial, sendo obrigatória 2/3 de presenças a cada um dos módulos.

Qualquer formando que não cumpra o número de presenças obrigatórias terá de apresentar justificação devidamente documentada e a aceitação da mesma ficará a cargo do diretor do curso.

Os formandos seleccionados para frequência no Curso de Grau I de treinadores/monitores de natação, deverão obter aprovação à componente de formação geral e específica.



Os formandos que obtêm aprovação na fase curricular podem enviar os documentos referentes à componente de estágio para a Federação Portuguesa de Natação, para início do Estágio.

6

6.1. Avaliações

A aprovação aos módulos da fase curricular - componente geral e específica é feita através de avaliação escrita (teste e trabalhos).

Os momentos de avaliação poderão ser efetuados durante a lecionação dos módulos ou no final de cada componente.

Existirá um segundo momento de avaliação para os formandos que não obtiverem aprovação a todos os módulos na primeira fase.

Para obtenção da classificação final de APTO os candidatos terão de obter o resultado igual ou superior a 10 valores (escala de 0 a 20 valores) em cada um dos módulos que compõem o curso.

Os candidatos que obtenham classificações inferiores a 10 valores em 1/4 (a arredondar por excesso) das disciplinas que compõem o Curso que frequentaram, poderão ter acesso à 2ª Chamada.

A 2ª Chamada deverá ter lugar no prazo máximo de 30 dias após a saída das Classificações do Curso.

Os candidatos que obtiverem a classificação final de NAP em um (1) módulo não poderão ser considerados Aprovados no Curso.

Só os formandos que obtêm aprovação na fase curricular podem inscrever-se na componente de estágio na FPN.

Os formandos selecionados para frequência no Curso de Grau I de Treinadores / Monitores de Natação deverão obter aprovação à componente de formação geral e específica.



Após conclusão da fase curricular, o CEFAD envia as classificações dos formandos para a FPN.

7

6. DATAS

Prova prática: 28 de Setembro 2018, às 20h00, na Piscina Municipal de Leiria.

Componente Geral: 5,6,7 e 27 outubro em Leiria; 13 e 14 outubro em Leiria nas instalações do CEFAD.

Componente Específica: 1, 10 e 11 novembro; 3 e 4 novembro e 1 dezembro em Leiria / Peniche em instalações a designar.

Exame da 2ª chamada será realizado em data a informar atempadamente aos formandos.

ALTERAÇÃO DO PERÍODO DE REALIZAÇÃO

Caso a organização verifique dificuldades na exequibilidade dos horários inicialmente definidos, os horários ou períodos de realização do curso poderão ser alterados.

7. PLANO DE PAGAMENTOS

Até dia 17 de setembro 2018: pagamento da pré-inscrição no valor de 25,00 Euros;

Para formandos que estejam inscritos nas duas componentes e estágio:

Até dia 3 outubro de 2018: 150,00 Euros (Componentes) = 150,00 Euros

Até dia 26 outubro de 2018: 150,00 Euros (Componentes) = 150,00 Euros

Até dia 23 novembro de 2018: 150,00 Euros (Componentes) = 150 Euros

Até dia 1 de Dezembro de 2018: 175,00 Euros (Estágio) = 175 Euros