



## MUNICÍPIO DE CANTANHEDE

---

DCDT – Divisão de Cultura, Desporto e Turismo

### **TORNEIO ZONAL DE INFANTIS – ZONA NORTE (29, 30 E 31 DE MARÇO DE 2019)** PISCINAS MUNICIPAIS DE CANTANHEDE

---

#### **INFORMAÇÃO**

---

A Associação de Natação de Coimbra e o Município de Cantanhede, vão organizar o Torneio Zonal de Infantis – Zona Norte, nos dias 29, 30 e 31 de Março de 2019, nas Piscinas Municipais de Cantanhede.

#### **CANTANHEDE**

---

**Cantanhede** é uma cidade portuguesa do distrito de Coimbra, situada na província da Beira Litoral, região do Centro (Região das Beiras) e sub-região do Baixo Mondego, com 8 839 habitantes (2012). É sede de um município com 390,88 km<sup>2</sup> de área e 36 595 habitantes (2011), subdividido em 14 freguesias.

Cantanhede é o maior Concelho do Distrito de Coimbra e localiza-se no centro de um triângulo geográfico de notória importância económica, em cujos vértices se situam, além da sede de distrito, as cidades de Aveiro e Figueira da Foz.

#### **ACESSIBILIDADE**

---

##### **Do sentido SUL - NORTE**

Se viajar de carro e se o fizer pela A1, no sentido SUL-NORTE, deverá sair no nó de COIMBRA NORTE, com destino a CANTANHEDE/FIGUEIRA DA FOZ, circulando pela A14.

Na A14, deve sair para CANTANHEDE/ANÇÃ. Após passar a portagem deve, na rotunda de ANÇÃ, virar à direita para CANTANHEDE

##### **Do sentido NORTE - SUL**

Se o sentido for NORTE-SUL, deverá sair para a portagem de MEALHADA/CANTANHEDE. Após passar a portagem deverá desviar à direita para MURTEDE/CANTANHEDE, circulando, pela estrada nacional.

Se viajar pela A17, no sentido SUL/NORTE, deverá sair para SANGUINHEIRA/TOCHA, seguindo pela N 335. Se viajar no sentido NORTE/SUL, deverá sair para MIRA/CANTANHEDE, seguindo pela EN 234 até Cantanhede.



#### **CAPACIDADE HOTELEIRA/ ALOJAMENTO**

---

Para reservarem o V. alojamento e alimentação podem aceder ao seguinte link:

<http://www.cantanhedego.pt/>



---

## MUNICÍPIO DE CANTANHEDE

---

DCDT – Divisão de Cultura, Desporto e Turismo

---

### PISCINA – PISCINAS MUNICIPAIS DE CANTANHEDE

---

Com uma localização privilegiada, mesmo no coração da cidade de Cantanhede, as Piscinas Municipais de Cantanhede possuem três piscinas (competição, formação e infantil), que se articulam com 1 ginásio, 1 sala de exercício e 1 campo de squash.

**Piscina 1** – Competição: Uma piscina de 25 metros x 16,67 metros com 2 metros de profundidade, vocacionada para a aprendizagem e treino da natação desportiva e para a competição de natação, apresentando temperaturas que se situam entre os 26 e 27 graus centígrados, dispendo de 8 pistas de 25 metros de comprimentos.

**Piscina 2** – Formação: Uma piscina de 25 metros x 12,50 metros de 1,10 metros de profundidade até 1,50 metros de profundidade, vocacionada para a formação desportiva da natação e para o lazer, apresentando temperaturas que se situam entre os 28 e os 30 graus centígrados, dispendo de 6 pistas de 25 metros de comprimento.

**Piscina 3** – Infantil: Uma piscina de 12,50 metros x 6 metros e 60 até 90 cm de profundidade, vocacionada para a adaptação ao meio aquático de crianças entre a idade de aquisição da marcha e os 6 anos, apresentando temperaturas que se situam entre os 29 e os 30 graus centígrados, dispendo de duas pistas.



---

### MORADA

---

Rua Luís de Camões  
3060-183 CANTANHEDE  
Telefone: 231419780  
[piscinasmunicipais@cm-cantanhede.pt](mailto:piscinasmunicipais@cm-cantanhede.pt)  
<http://www.cm-cantanhede.pt/piscinas/>  
Latitude: 40.34445495  
Longitude: -8.585961292363358

---

### LINK DA COMPETIÇÃO

---

<https://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarDetail&CalendarId=110330622>

---



---

## MUNICÍPIO DE CANTANHEDE

---

DCDT – Divisão de Cultura, Desporto e Turismo

---

### COMPETIÇÃO

---

#### **29 MAR 2019 – 9:00 até 13:00**

- 14 Pistas disponíveis para Treinos

#### **29 MAR 2019 – 16:00 (abertura para aquecimento às 14:00)**

##### **1ª JORNADA**

- 1: 400m Estilos Fem.
- 2: 400m Estilos Masc.
- 3: 100m Costas Fem.
- 4: 100m Costas Masc. **ENTREGA DE MEDALHAS**
- 5: 4x200m Livres Fem.
- 6: 4x200m Livres Masc. **ENTREGA DE MEDALHAS**

#### **30 MAR 2019 – 09:30 (abertura para aquecimento às 7:30)**

##### **2ª JORNADA – 1ª SESSÃO**

- 7: 800m Livres Fem.
- 8: 400m Livres Masc.
- 9: 200m Bruços Fem. **ENTREGA DE MEDALHAS**
- 10: 200m Costas Masc.
- 11: 200m Estilos Fem. **ENTREGA DE MEDALHAS**

#### **30 MAR 2019 – 16:30 (abertura para aquecimento às 14:30)**

##### **2ª JORNADA – 2ª SESSÃO**

- 12: 200m Livres Masc
- 13: 100m Livres Fem.
- 14: 100m Bruços Masc. **ENTREGA DE MEDALHAS**
- 15: 200m Mariposa Fem.
- 16: 100m Mariposa Masc. **ENTREGA DE MEDALHAS**
- 17: 4x100m Estilos Fem.
- 18: 4x100m Livres Masc. **ENTREGA DE MEDALHAS**

#### **31 MAR 2019 – 09:00 (abertura para aquecimento às 7:00)**

##### **3ª JORNADA – 1ª SESSÃO**

- 19: 1500m Livres Masc.
- 20: 400m Livres Fem.
- 21: 200m Bruços Masc. **ENTREGA DE MEDALHAS**
- 22: 200m Costas Fem.
- 23: 200m Estilos Masc. **ENTREGA DE MEDALHAS**

#### **31 MAR 2019 – 16:00 (abertura para aquecimento às 14:00)**

##### **3ª JORNADA – 2ª SESSÃO**

- 24: 200m Livres Fem.
- 25: 100m Livres Masc.
- 26: 100m Bruços Fem. **ENTREGA DE MEDALHAS**
- 27: 200m Mariposa Masc.
- 28: 100m Mariposa Fem. **ENTREGA DE MEDALHAS**
- 29: 4x100m Estilos Masc.
- 30: 4x100m Livres Fem. **ENTREGA DE MEDALHAS**



## MUNICÍPIO DE CANTANHEDE

DCDT – Divisão de Cultura, Desporto e Turismo

### DISTRIBUIÇÃO DE ESPAÇOS



- 1 – Secretariado
- 2 – Recepção
- 3 – Sala de Reuniões
- 4 – Câmara de Chamada
- 5 – Bar Interior
- 6 – Acesso à Câmara de Chamada
- 7 – Balneário Nadadores
- 8 – Balneário Arbitros
- 9 – Bancada Nadadores
- 10 – Bancada Público
- 11 – Piscina Competição
- 12 – Piscina Recuperação
- 13 – Zona de Massagens
- 14 – Pódio
- 15 – Controlo Anti Doping

