



## COMUNICADO Nº 02-07

07/01/15

### INDICE

- 1 - ALTA COMPETIÇÃO
- 2 - ESTÁGIOS PRÉ-JUNIORES
- 3 - DESLOCAÇÕES INTERNACIONAIS
- 4 - PÓLO AQUÁTICO
- 5 - NATAÇÃO SINCRONIZADA
- 6 - MASTERS
- 7 - FORMAÇÃO
- 8 - DIVERSOS

### 1 - ALTA COMPETIÇÃO

#### *a) Campeonato do Mundo de Youth – Rio De Janeiro, 23 / 27 Ago*

#### Correcção aos resultados (Comunicado FPN Nº 22-06)

23/08/06

400 Livres    **17º** (41)    Jorge Maia    04.04,48    00.28,17-00.57,80-01.59,08

#### *b) Campeonatos do Mundo – Melbourne (25 de Março a 01 de Abril de 2007)*

#### Viagens & Alojamentos

##### *1) Estágio de Preparação Específica (Funchal)*

04 Fevereiro	TP 1967	Porto/Lisboa	14h55/15h40 (aeroporto às 13.30)
04 Fevereiro	TP 1667	Lisboa/Funchal	17h15/18h55 (aeroporto às 15h45)
15 Fevereiro	TP 1604	Funchal/Lisboa	07h30/09h05
15 Fevereiro	TP 646	Funchal/Porto	07h30/09h20

Alojamento: Hotel S. João  
Rua das Maravilhas, 74  
9000 - 177 Funchal  
Tel + 351 291 706500  
Fax + 351 291 741 625

São permitidos, por pessoa, 20 Kgs de bagagem. Qualquer excesso de peso que obrigue ao pagamento de taxas-extra, será da responsabilidade dos próprios.



## 2) *Campeonatos do Mundo*

10 Março KL 1692 Lisboa/Amesterdão 07h00/11h05 (**aeroporto às 05.30**)  
03 Abril KL 1693 Amesterdão/Lisboa 12h40/14h35

Oportunamente informaremos sobre as ligações ao Porto

Alojamento: Grand Hyatt Melbourne  
123 Collins Street ,  
Melbourne, Victoria, Australia 3000  
Tel: +61 3 9657 1234 Fax: +61 3 9650 3491  
<http://www.melbourne.grand.hyatt.com/hyatt/hotels/index.jsp>

**Solicita-se a todos os elementos da Delegação, que enviem à FPN, até ao próximo dia 31 de Janeiro, cópia do passaporte actualizado (com validade mínima até final do mês de Abril 07).**

**Relativamente ao volume e peso da bagagem, será enviada a todos os elementos, informação específica sobre a matéria.**

### **2 – ESTÁGIOS PRÉ-JUNIORES**

#### *1º e 2º Estágio Pré-Júnior – Avaliação técnica e condicional*

Este estágio será realizado em dois grupos distintos de nadadores (máximo 24 nadadores por grupo): (i) no primeiro grupo serão incluídos os nadadores apurados para o Multinations Youth e os nadadores que, para além daqueles, mais se tenham evidenciado no Meeting Internacional da Póvoa de Varzim na perspectiva do DT da FPN; (ii) no segundo grupo serão incluídos os restantes nadadores melhor pontuados nos Rankings Regionais/Nacionais no período compreendido entre o início da época desportiva 2006/2007 e 31 de Dezembro de 2006 (pontuação FINA2004). Além dos anteriores critérios de selecção, serão integrados nestes estágios os nadadores deste escalão que cumpram um dos seguintes requisitos:

- Estejam abrangidos pelo Percurso de Alta Competição;
- 1 Nadador de cada Associação Distrital - indicado pela mesma - que não tenha tido nenhum nadador abrangido pelos critérios anteriores;
- Que venham realizando progressos que perspectivem, na óptica do Departamento Técnico da FPN (conjuntamente com cada Director Técnico Regional), um ingresso no Percurso de Alta Competição.
- No sentido de garantir um equilíbrio mínimo da representação por género será garantida a selecção de pelo menos 8 nadadores do mesmo sexo em cada estágio.

Datas: 10 e 11 (1º Grupo), e 17 e 18 de Fevereiro de 2007 (2º Grupo)

A selecção para os estágios será divulgada na primeira semana de Fevereiro de 2007.



### 3 - DESLOCAÇÕES INTERNACIONAIS

Estando a verificar-se algumas falhas por parte dos Clubes filiados, no cumprimento do Regulamento Geral, no que diz respeito às deslocações internacionais, lembramos o Artº 168º do referido Regulamento:

#### *Artigo 168º*

#### **Deslocações Internacionais**

1. Qualquer praticante, Clube, selecção distrital ou inter-districtal, que se desloque ao estrangeiro deve obter previamente da F.P.N., através da sua Associação, autorização escrita solicitada com, pelo menos, 30 dias de antecedência da data da competição.
2. No prazo máximo de cinco dias após a realização desta prova, deverá enviar à F.P.N. os resultados completos das competições em que participou.
3. Quando nos resultados das competições de estafetas não forem incluídos os nomes de todos os nadadores, deverá o Clube Desportivo anexar a constituição das suas equipas.
4. O incumprimento do disposto nos números anteriores, implica, entre outros, a não homologação dos resultados obtidos.

### 4 - PÓLO AQUÁTICO

#### *I Torneio Internacional Pólo Aquático “Cidade Tavira” – Seniores Femininos – Tavira 19 a 21 Jan 07*

Para a competição supra mencionada, são convocadas as seguintes atletas:

Mariana Alcoforado	CNA	Joana Lopes	CFP	Ana Costa	CFP
Cristina Martins	CNA	Joana Freitas	CFP	Ana Tainha	CFP
Sara Pinto	ADDCEG	Cláudia Malheiro	CFP	Mariana Sarmento	CFP
Vera Ribeiro	ADDCEG	Inês Braga	CFP	Vânia Vieira	CFP
Filipa Pereira	ADDCEG				

Seleccionador Nacional: Lajos Lorincz

Treinador Nacional: Pedro Cardoso

Chefe Delegação: Pedro Brandão

A comitiva fica alojada no Golden Clube Cabanas (Tel: 281 329 800)

Local / Horário Concentração - a indicar oportunamente

#### Calendário de Jogos

19/01/2007	09h00	GER	x	SUI
	10h30	SWE	x	GBR
	12h00	POR	x	CZE
	16h00	Sessão Abertura		
	16h30	SWE	x	GER
	18h00	CZE	x	SUI
	19h30	GBR	x	POR
20/01/2007	09h00	GBR	x	CZE
	10h30	SUI	x	SWE
	12h00	POR	x	GER
	16h30	SWE	x	CZE
	18h00	GER	x	GBR



	19h30	POR	x	SUI
21/01/2007	09h00	GBR	x	SUI
	10h30	CZE	x	GER
	12h00	SWE	x	POR
	13h30	Entrega Prémios		

## 5 - NATAÇÃO SINCRONIZADA

Em anexo seguem o calendário de eventos de Natação Sincronizada e o calendário das provas de Níveis, devidamente alterados de acordo com as novas informações recebidas na FPN.

A esta calendarização poderão ser acrescentados novos eventos assim como a definição de datas e/ou novos destinatários.

## 6 - MASTERS

Em anexo os Regulamentos do Torneio Nacional de Masters e ao IX Campeonato Nacional de Masters.

## 7 - FORMAÇÃO

### *Equivalências*

Luís Patrício Ferreira Lopes – Treinadores de 2º Nível de Natação Pura

## 8 – DIVERSOS

### *Emprego – Procura*

Recebemos do Clube Náutico de Miranda do Corvo, um pedido de divulgação, relativo à disponibilidade de contratação de um Treinador de 2º Nível de Natação Pura, para trabalhar na área da sua competência.

Contactos: Tel. e Fax 239532201 e ou através de e-mail [nautico@sapo.pt](mailto:nautico@sapo.pt).

Pela FPN



Paulo Frischknecht  
Presidente





## FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

### PROGRAMA DE NÍVEIS CALENDÁRIO DE PROVAS DE NÍVEIS 2006/2007

Data	Entidade organizadora	Local	Horário	Nível em avaliação	Técnica responsável
<b>Novembro</b>					
26	CNA	P. Reboleira	9H30	2,3,4	Sílvia Vieira
<b>Janeiro</b>					
6	CNA	P. Reboleira	9H30	1	Sílvia Vieira
20	SSCTMO	P. M. Ovar	10H	3,4,5	Elena Ivanova
27	SCE	Espinho/S.M. Lamas	11H	1	Cristiana Vanzeler
<b>Fevereiro</b>					
10	FOCA	Felgueiras	14h30/17h30	2,3,4,5	Cristina Oliveira
17	SCE	Espinho/S.M. Lamas	12H30	2,3 e 5	Cristiana Vanzeler
<b>Março</b>					
17	CNA	P. Reboleira	9H30	2,3,4	Sílvia Vieira
<b>Maiο</b>					
5	SCE	Espinho/S.M. Lamas	13H30	2,3 e 5	Cristiana Vanzeler
26	FOCA	Felgueiras	14h30/17h30	2,3,4,5	Cristina Oliveira





FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

CALENDÁRIO DE EVENTOS DE NATAÇÃO SINCRONIZADA 06/07

Data	Designação	Organização	Local	Destinatários
<b>Janeiro</b>				
28	Torneio de Figuras	FPN	Piscina Municipal da Mealhada	Infantis, Juvenis e Juniores
<b>Março</b>				
10	2º Festival de Estrelas	Aminata	Aminata - Évora	Estrelas-do-Mar
11	2º Festival de Estrelas	Aminata	Aminata - Évora	Estrelas-do-Mar
31	1ª Etapa CN	FPN	Foca-Felgueiras	Todas as categorias
<b>Abril</b>				
1	1ª Etapa CN	FPN	Foca- Felgueiras	Todas as categorias
A definir	Portugal SS Cup	FPN	Vila Franca de Xira	Clubes Juvenis
<b>Maiο</b>				
6	9º Encontro do EUL	EUL	Piscina do EUL	Clubes e Escolas
12	2ª Etapa CN	FPN	SCE- Espinho	Todas as categorias
13	2ª Etapa CN	FPN	SCE- Espinho	Todas as categorias
<b>Junho</b>				
2	FelgueirasSynco	FOCA	Felgueiras	Infantis e Juvenis
3	FelgueirasSynco	FOCA	Felgueiras	Infantis e Juvenis
9	3ª Etapa CN	FPN	SSCTMO- Ovar	Todas as categorias
10	3ª Etapa CN	FPN	SSCTMO- Ovar	Todas as categorias
<b>Julho</b>				
A definir	A definir	Varzim Lazer	Póvoa de Varzim	Escolas
14	4ª Etapa CN	FPN	CNA- Amadora	Todas as categorias
15	4ª Etapa CN	FPN	CNA- Amadora	Todas as categorias
<b>Agosto</b>				
2 a 5	Taça C.O.M.E.N.	Co.Me.N.	Suiça	Juvenis

Legenda:

Quadros Competitivos Nacionais organizados pela FPN	
Quadros Competitivos Nacionais organizados por outras entidades	
Quadros Competitivos Internacionais organizados pela FPN	
Quadros Competitivos Internacionais organizados por outras entidades	
Actividades para Escolas de Natação Sincronizada	
Torneios Internacionais	



## IX CAMPEONATO NACIONAL DE MASTERS 06/07

---

### 1. LOCAL

Cantanhede (ANCoimbra), Piscina Municipal (25m X 8 pistas) e cronometragem automática

### 2. DATA

25 a 27 de Maio de 2007

### 3. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª Jornada – Sessão Única (25 de Maio): 18h00

2ª Jornada – 1ª Sessão (26 de Maio): 9h30

2ª Jornada – 2ª Sessão(26 de Maio): 16h30

4ª Jornada – Sessão Única (27 de Maio): 9h30

### 4. PARTICIPAÇÃO

Têm direito a participar neste Campeonato todos os nadadores de nacionalidade Portuguesa nascidos até 31 de Dezembro de 1982, inclusive, e que sejam portadores da Licença Desportiva de Natação de Masters da FPN.

Cada nadador poderá participar num máximo de 2 provas individuais por Sessão.

A FPN poderá autorizar a participação, extracompetição, de nadadores de clubes estrangeiros.



## 5. GRUPOS DE IDADE

Para as provas individuais, os Grupos de Idade são os seguintes:

Grupo	Escalão Etário	Ano de Nascimento
A	25 - 29	82 - 78
B	30 - 34	77 - 73
C	35 - 39	72 - 68
D	40 - 44	67 - 63
E	45 - 49	62 - 58
F	50 - 54	57 - 53
G	55 - 59	52 - 48
H	60 - 64	47 - 43
I	65 - 69	42 - 38
J	70 - 74	37 - 33
K	75 - 79	32 - 28
L	80 e +	27 - e antes

Para as estafetas, os Grupos de Idade são os seguintes:

Grupo	Escalão Etário
1	100 – 119
2	120 – 159
3	160 – 199
4	200 – 239
5	240 – 279
6	280 – 319
7	320 – 359



## **6. INSCRIÇÕES**

As inscrições deverão dar entrada na sede da FPN até às 18h00 do dia 15 de Maio de 2007.

As inscrições para todas as provas serão efectuadas exclusivamente por ficheiro electrónico (programa Team Manager ou Entry Editor – disponível para download [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt)).

É obrigatória a indicação de um tempo de inscrição para todos os nadadores e equipas de estafetas. Não havendo mínimos de participação, esse tempo deve ser o melhor tempo da época em curso.

Não tendo o nadador ou equipa nadado a distância em causa, o tempo de inscrição será o seu melhor da época anterior.

Todos os nadadores participantes deverão fazer-se acompanhar dos documentos de identificação (Cartão Master) comprovativos da nacionalidade e data de nascimento, para o caso de serem solicitados pela organização.

## **7. ESTAFETAS**

A indicação da constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue 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 correctamente identificados com o seu nome abreviado (três nomes) e número de licença. Igualmente terá que ser indicada a soma das idades dos membros de cada equipa.

Não há limite ao número de equipas de estafeta com que cada Clube poderá participar, por Grupo de Idade e sexo.

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

## **8. 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 800 metros Livres, caso o número de inscrições o justifique, a organização poderá optar pela disputa destas com dois nadadores por pista.



Nas estafetas, as séries serão formadas, preferencialmente, juntando as equipas do mesmo Grupo de Idade, começando pelos de mais alta soma de idades. Em cada série, as equipas do mesmo Grupo de Idade nadarão em pistas contíguas.

## 9. CLASSIFICAÇÕES

Haverá classificações individuais separadas por Prova, Grupo de Idade e sexo e colectiva (clubes) separada em masculinos, femininos e absoluta.

A classificação colectiva masculina/feminina será elaborada da seguinte forma:

- Pontuam os 8 primeiros classificados de cada escalão, da seguinte maneira;

Classificação	Pontuação
1º	12 pontos
2º	10 pontos
3º	8 pontos
4º	7 pontos
5º	6 pontos
6º	5 pontos
7º	4 pontos
8º	3 pontos

- Todos os nadadores que concluírem a prova e que não sejam desclassificados recebem uma bonificação de um ponto (mesmo aqueles que terminem nos 8 primeiros classificados)
- Aos 5 nadadores (independentemente do escalão etário a que pertençam) que obtiverem as 5 melhores marcas em cada prova, será atribuída a seguinte bonificação;



Classificação	Bonificação
1º	7 pontos
2º	5 pontos
3º	4 pontos
4º	3 pontos
5º	2 pontos

- Nadadores que estabeleçam um novo máximo nacional do seu escalão, recebem 4 pontos de bonificação.
- Os nadadores em representação individual também serão pontuados, mas não constarão da classificação final de clubes.
- Nas provas de estafetas apenas pontuam as primeiras 4 equipas em cada grupo etário, da seguinte forma;

Classificação	Pontuação
1º	24 pontos
2º	20 pontos
3º	16 pontos
4º	14 pontos

- Não há qualquer bonificação nas provas de estafeta

**Para se encontrar o vencedor absoluto, soma-se a pontuação feminina à pontuação masculina.**



## **10. PRÉMIOS**

Serão atribuídos diplomas aos 3 primeiros classificados de cada Prova, Grupo de Idade e sexo bem como troféus às equipas vencedoras (1º classificado), da classificação masculina, feminina e absoluta. A todos os participantes na competição, serão ainda oferecidas lembranças

## **11. DIVERSOS**

Os casos omissos serão resolvidos pela organização.

Em anexo, publicam-se as Regras da FINA para Masters, que serão aplicadas integralmente nestes Campeonatos.



## 12. PROGRAMA DAS PROVAS

<b>1ª Jornada – Sessão Única 18h00</b>		<b>2ª Jornada – 1ª Sessão 09h30</b>	
<b>Prova Nº</b>	<b>Prova</b>	<b>Prova Nº</b>	<b>Prova</b>
1	400 Estilos Fem.	5	50m Livres Fem.
2	400m Estilos Mas.	6	50m Livres Mas.
3	800m Livres Fem.	7	200m Bruços Fem.
4	800m Livres Mas.	8	200m Bruços Mas.
		9	50m Mariposa Fem.
		10	50m Mariposa Mas.
		11	200m Livres Fem.
		12	200m Livres Mas.
		13	100m Costas Fem.
		14	100m Costas Mas.
		15	4x50m Livres Fem.
		16	4x50m Livres Mas.

<b>2ª Jornada – 2ª Sessão 16h30</b>		<b>3ª Jornada – Sessão Única 09h30</b>	
<b>Prova Nº</b>	<b>Prova</b>	<b>Prova Nº</b>	<b>Prova</b>
17	200m Estilos Fem.	29	200m Costas Fem.
18	200m Estilos Mas.	30	200m Costas Mas.
19	100m Mariposa Fem.	31	100m Livres Fem.
20	100m Mariposa Mas.	32	100m Livres Mas.
21	100m Bruços Fem.	33	200m Mariposa Fem.
22	100m Bruços Mas.	34	200m Mariposa Mas.
23	50m Costas Fem.	35	50m Bruços Fem.
24	50m Costas Mas.	36	50m Bruços Mas.
25	400m Livres Fem.	37	100m Estilos Fem.
26	400m Livres Mas.	38	100m Estilos Mas.
27	4x50m Estilos Fem.	39	4x50m Estilos Mista
28	4x50m Estilos Mas.		



## ANEXO

### **REGRAS DA FINA PARA AS PROVAS DE MASTERS**

#### **MSW 3 Regras Técnicas de Natação**

As Regras de Natação na Parte III deste livro aplicam-se aos Masters com as seguintes excepções:

##### **MSW 3.1**

Os grupos etários e sexos podem ser agrupados de modo a nenhum nadador ter que nadar sozinho e as pistas serem preenchidas.

##### **MSW 3.2**

Ao usar a partida de frente, o apito do árbitro indica que os nadadores podem ocupar as suas posições com pelo menos um pé na parte da frente do bloco ou cais da piscina, ou na água com uma mão em contacto com a parede de partida.

##### **MSW 3.3**

Qualquer nadador que parta antes do sinal de partida ser dado pelo Juiz de Partidas será desclassificado.

(Prevalece sobre SW 4.1).

##### **MSW 3.4**

Todas as provas de Masters devem ser efectuadas com base em classificação por séries.

##### **MSW 3.5**

Os nadadores podem ser autorizados a permanecer na sua pista enquanto outros nadadores



estiverem a competir, até lhe ser indicado pelo árbitro que abandonem a piscina.

### **MSW 3.6**

Nas estafetas mistas, a sequência dos nadadores por sexo é livre (2 Masc.+2 Fem.)

### **MSW 3.7**

A distribuição por pistas deve ser feita com antecedência, começando pelos grupos mais idosos, com as séries mais lentas nadadas em primeiro lugar em cada grupo etário. As provas de 400 metros ou mais podem ter a distribuição por pistas feita no momento, do mais lento para o mais rápido, independentemente da idade.

### **MSW 3.8**

O organizador pode colocar nos 400 metros, 800 metros e 1500 metros Livres dois (2) nadadores do mesmo sexo em cada pista. Será necessária cronometragem separada para cada nadador.

### **MSW 3.9**

O aquecimento deve ser vigiado.

### **MSW 3.10**

Em mariposa é permitido o movimento de pernada de braços.

### **MSW 5 Estafetas**

As estafetas devem ser constituídas por quatro nadadores todos filiados pelo mesmo clube. Nenhum nadador pode representar mais que um clube.

### **MSW 6 Recordes**

Serão reconhecidos Recordes Mundiais de Masters para todas as provas listadas em MSW 4



para ambos os sexos em cada grupo etário e registados em centésimos de segundo (2 casas decimais) e de acordo com as normas estabelecidas no pedido de homologação. Os Recordes Mundiais também podem ser registados com cronometragem manual em centésimos de segundo (2 casas decimais de acordo com SW 11.3).

#### **MSW 6.1**

Os pedidos de homologação de Recordes Mundiais Masters têm que ser feitos nos impressos oficiais da FINA pelo atleta em questão no prazo de 60 dias a partir do final da prova.

#### **MSW 7**

Nos resultados, os nadadores que tiverem sido desclassificados deverão ter assinalado a razão da sua desclassificação.



# TORNEIO NACIONAL DE INVERNO DE MASTERS 2006/07

---

## 1. LOCAL

Ponte de Sôr (ANDPortalegre), Piscina Municipal (25m X 8 pistas) e cronometragem automática.

## 2. DATA

24 e 25 de Fevereiro de 2007

## 3. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª Jornada – Sessão Única (24 de Fevereiro): 15h00

2ª Jornada – Sessão Única (25 de Fevereiro): 9h30

## 4. PARTICIPAÇÃO

Têm direito a participar neste Campeonato todos os nadadores de nacionalidade Portuguesa nascidos até 31 de Dezembro de 1982, inclusive, e que sejam portadores da Licença Desportiva de Natação de Masters da FPN.

Cada nadador poderá participar num máximo de 3 provas individuais por Sessão.

A FPN poderá autorizar a participação, extracompetição, de nadadores de clubes estrangeiros.



## 5. GRUPOS DE IDADE

Para as provas individuais, os Grupos de Idade são os seguintes:

Grupo	Escalão Etário	Ano de Nascimento
A	25 - 29	82 - 78
B	30 - 34	77 - 73
C	35 - 39	72 - 68
D	40 - 44	67 - 63
E	45 - 49	62 - 58
F	50 - 54	57 - 53
G	55 - 59	52 - 48
H	60 - 64	47 - 43
I	65 - 69	42 - 38
J	70 - 74	37 - 33
K	75 - 79	32 - 28
L	80 e +	27 - e antes

Para as estafetas, os Grupos de Idade são os seguintes:

Grupo	Escalão Etário
1	100 – 119
2	120 – 159
3	160 – 199
4	200 – 239
5	240 – 279
6	280 – 319
7	320 – 359



## **6. INSCRIÇÕES**

As inscrições deverão dar entrada na sede da FPN até às 18h00 do dia 15 de Fevereiro de 2007.

As inscrições para todas as provas serão efectuadas exclusivamente por ficheiro electrónico (programa Team Manager ou Entry Editor – disponível para download [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt)).

É obrigatória a indicação de um tempo de inscrição para todos os nadadores e equipas de estafetas. Não havendo mínimos de participação, esse tempo deve ser o melhor tempo da época em curso.

Não tendo o nadador ou equipa nadado a distância em causa, o tempo de inscrição será o seu melhor da época anterior.

Todos os nadadores participantes deverão fazer-se acompanhar dos documentos de identificação (Cartão Master) comprovativos da nacionalidade e data de nascimento, para o caso de serem solicitados pela organização.

## **7. ESTAFETAS**

A indicação da constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue 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 correctamente identificados com o seu nome abreviado (três nomes) e número de licença. Igualmente terá que ser indicada a soma das idades dos membros de cada equipa.

Não há limite ao número de equipas de estafeta com que cada Clube poderá participar, por Grupo de Idade e sexo.

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

## **8. 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 estafetas, as séries serão formadas, preferencialmente, juntando as equipas do mesmo Grupo de Idade, começando pelos de mais alta soma de idades. Em cada série, as equipas do mesmo Grupo de Idade nadarão em pistas contíguas.



## **9. CLASSIFICAÇÕES**

Haverá classificações individuais separadas por Prova, Grupo de Idade e sexo.

## **10. PRÉMIOS**

Serão atribuídos diplomas aos 3 primeiros classificados de cada Prova, Grupo de Idade e sexo. A todos os participantes, será ainda oferecida uma T-Shirt alusiva à competição.

## **11. DIVERSOS**

Os casos omissos serão resolvidos pela organização.

Em anexo, publicam-se as Regras da FINA para Masters, que serão aplicadas integralmente nestes Campeonatos.



## 12. PROGRAMA DAS PROVAS

<b>1ª Jornada – Sessão Única 15h00</b>	
<b>Prova Nº</b>	<b>Prova</b>
1	100 Livres Mas.
2	200 Livres Fem.
3	50 Bruços Mas.
4	100 Bruços Fem.
5	100 Costas Mas.
6	50 Costas Fem.
7	50 Mariposa Mas.
8	100 Mariposa Fem.
9	400 Livres Mas.
10	200 Estilos Fem.
11	100 Estilos Mas.
12	50 Livres Fem.
13	4*50 Livres Mas.
14	4*50 Estilos Fem.

<b>2ª Jornada – Sessão Única 9h30</b>	
<b>Prova Nº</b>	<b>Prova</b>
15	100 Livres Fem.
16	200 Livres Mas.
17	50 Bruços Fem.
18	100 Bruços Mas.
19	100 Costas Fem.
20	50 Costas Mas.
21	50 Mariposa Fem.
22	100 Mariposa Mas.
23	400 Livres Fem.
24	200 Estilos Mas.
25	100 Estilos Fem.
26	50 Livres Mas.
27	4*50 Livres Fem.
28	4*50 Estilos Mas.



## ANEXO

### **REGRAS DA FINA PARA AS PROVAS DE MASTERS**

#### **MSW 3 Regras Técnicas de Natação**

As Regras de Natação na Parte III deste livro aplicam-se aos Masters com as seguintes excepções:

##### **MSW 3.1**

Os grupos etários e sexos podem ser agrupados de modo a nenhum nadador ter que nadar sozinho e as pistas serem preenchidas.

##### **MSW 3.2**

Ao usar a partida de frente, o apito do árbitro indica que os nadadores podem ocupar as suas posições com pelo menos um pé na parte da frente do bloco ou cais da piscina, ou na água com uma mão em contacto com a parede de partida.

##### **MSW 3.3**

Qualquer nadador que parta antes do sinal de partida ser dado pelo Juiz de Partidas será desclassificado.

(Prevalece sobre SW 4.1).

##### **MSW 3.4**

Todas as provas de Masters devem ser efectuadas com base em classificação por séries.

##### **MSW 3.5**

Os nadadores podem ser autorizados a permanecer na sua pista enquanto outros nadadores



estiverem a competir, até lhe ser indicado pelo árbitro que abandonem a piscina.

### **MSW 3.6**

Nas estafetas mistas, a sequência dos nadadores por sexo é livre (2 Masc.+2 Fem.)

### **MSW 3.7**

A distribuição por pistas deve ser feita com antecedência, começando pelos grupos mais idosos, com as séries mais lentas nadadas em primeiro lugar em cada grupo etário. As provas de 400 metros ou mais podem ter a distribuição por pistas feita no momento, do mais lento para o mais rápido, independentemente da idade.

### **MSW 3.8**

O organizador pode colocar nos 400 metros, 800 metros e 1500 metros Livres dois (2) nadadores do mesmo sexo em cada pista. Será necessária cronometragem separada para cada nadador.

### **MSW 3.9**

O aquecimento deve ser vigiado.

### **MSW 3.10**

Em mariposa é permitido o movimento de pernada de braços.

### **MSW 5 Estafetas**

As estafetas devem ser constituídas por quatro nadadores todos filiados pelo mesmo clube. Nenhum nadador pode representar mais que um clube.

### **MSW 6 Recordes**

Serão reconhecidos Recordes Mundiais de Masters para todas as provas listadas em MSW 4



para ambos os sexos em cada grupo etário e registados em centésimos de segundo (2 casas decimais) e de acordo com as normas estabelecidas no pedido de homologação. Os Recordes Mundiais também podem ser registados com cronometragem manual em centésimos de segundo (2 casas decimais de acordo com SW 11.3).

#### **MSW 6.1**

Os pedidos de homologação de Recordes Mundiais Masters têm que ser feitos nos impressos oficiais da FINA pelo atleta em questão no prazo de 60 dias a partir do final da prova.

#### **MSW 7**

Nos resultados, os nadadores que tiverem sido desclassificados deverão ter assinalado a razão da sua desclassificação.