



## OPEN NATAÇÃO – JAMOR 2020

### 1. OBJETIVO

Proporcionar um momento competitivo aos melhores nadadores filiados na Federação Portuguesa de Natação que permita a obtenção de mínimos para as principais competições internacionais, Jogos Olímpicos; Campeonato Europeu Absoluto e Campeonato e Campeonato Europeu Júnior.

### 2. LOCAL

Jamor (50m x 10 pistas)

### 2. DATA

19 e 20 de dezembro de 2020

### 3. PROGRAMA – HORÁRIOS

19 DEZEMBRO 20 – 09:00	20 DEZEMBRO 20 – 09:00
1ª JORNADA – 1ª SESSÃO	2ª JORNADA – 1ª SESSÃO
1. 400 LIVRES FEMININOS	27. 400 LIVRES MASCULINOS
2. 200 LIVRES MASCULINOS	28. 200 LIVRES FEMININOS
3. 200 COSTAS FEMININOS	29. 200 COSTAS MASCULINOS
4. 100 COSTAS MASCULINOS	30. 100 COSTAS FEMININOS
5. 200 BRUÇOS FEMININOS	31. 200 BRUÇOS MASCULINOS
6. 100 BRUÇOS MASCULINOS	32. 100 BRUÇOS FEMININOS
7. 100 LIVRES FEMININOS	33. 100 LIVRES MASCULINOS
8. 50 LIVRES MASCULINOS	34. 50 LIVRES FEMININOS
<b>INTERVALO DE 40 MINUTOS PARA AQUECIMENTO PISCINA COMPETIÇÃO PROVAS SEGUINTES</b>	
9. 100 MARIPOSA FEMININOS	35. 100 MARIPOSA MASCULINOS
10. 200 MARIPOSA MASCULINOS	36. 200 MARIPOSA FEMININOS
11. 200 ESTILOS FEMININOS	37. 200 ESTILOS MASCULINOS
12. 400 ESTILOS MASCULINOS	38. 400 ESTILOS FEMININOS
13. 1500 LIVRES FEMININOS	39. 800 LIVRES MASCULINOS
14. 1500 LIVRES MASCULINOS	40. 800 LIVRES FEMININOS
19 DEZEMBRO 20 – 16:00	20 DEZEMBRO 20 – 16:00
1ª JORNADA – 2ª SESSÃO	2ª JORNADA – 2ª SESSÃO
15. 400 LIVRES FEMININOS	41. 400 LIVRES MASCULINOS
16. 200 LIVRES MASCULINOS	42. 200 LIVRES FEMININOS
17. 200 COSTAS FEMININOS	43. 200 COSTAS MASCULINOS
18. 100 COSTAS MASCULINOS	44. 100 COSTAS FEMININOS

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



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



19. 200 BRUÇOS FEMININOS	45. 200 BRUÇOS MASCULINOS
20. 100 BRUÇOS MASCULINOS	46. 100 BRUÇOS FEMININOS
<b>INTERVALO DE 40 MINUTOS PARA AQUECIMENTO PISCINA COMPETIÇÃO PROVAS SEGUINTES</b>	
21. 100 LIVRES FEMININOS	47. 100 LIVRES MASCULINOS
22. 50 LIVRES MASCULINOS	48. 50 LIVRES FEMININOS
23. 100 MARIPOSA FEMININOS	49. 100 MARIPOSA MASCULINOS
24. 200 MARIPOSA MASCULINOS	50. 200 MARIPOSA FEMININOS
25. 200 ESTILOS FEMININOS	51. 200 ESTILOS MASCULINOS
26. 400 ESTILOS MASCULINOS	52. 400 ESTILOS FEMININOS

#### 4. ORGANIZAÇÃO DAS PROVAS

- a) Todos os participantes ficarão sujeitos ao cumprimento de todas as normas definidas no protocolo de higiene e segurança a definir pela organização. Será publicado em adenda o MANUAL DE PROCEDIMENTOS FPN – OPEN JAMOR – para o evento.
- b) Haverá uma série de cada uma das provas num máximo de 10 participantes que serão definidos após o escalonamento por ranking dos nadadores inscritos nas referidas provas.
- c) Haverá a possibilidade de nadar na sessão da manhã e de tarde (Exceção nas provas de 800 e 1500 livres) ou apenas numa delas.
- d) Em cada uma das sessões, o número máximo de nadadores participantes será de 120 nas sessões de manhã e 100 na sessão da tarde.

#### 5. PARTICIPAÇÃO

Este torneio destina-se às categorias **Juvenil, Júnior e Sénior**, podendo participar os nadadores filiados que tenham cumprido os critérios de admissão. Nadadores com os 10 melhores tempos de inscrição em piscina de 50m ou piscina de 25m convertidos, obtidos desde 1 de janeiro de 2019.

Não haverá limite de provas por participante neste torneio.

#### 6. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas por correio eletrónico para [inscricoes@fpnatacao.pt](mailto:inscricoes@fpnatacao.pt), através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt), ou efetuar as





inscrições através da plataforma de inscrições online em [www.swimrankings.net/manager/](http://www.swimrankings.net/manager/) até ao dia **9 de dezembro de 2020**.

## 7. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Haverá classificações individuais por prova.

Haverá um prémio para o nadador (a) com melhor pontuação FINA nas provas disputadas.

## 8. ARBITRAGEM

A arbitragem da prova será assegurada pelo Conselho nacional de arbitragem.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



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