



**ANM**

ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO  
DA MADEIRA

# REGULAMENTO

2021 / 2022

# NATAÇÃO PURA

NOME DA COMPETIÇÃO

CAMPEONATO DO JOVEM NADADOR COMPLETO

LOCAL / PISCINA

PISCINA MUNICIPAL DE MACHICO

DATA DO EVENTO

23 JULHO 2022

## CAMPEONATO DO JOVEM NADADOR COMPLETO

1. **ORGANIZAÇÃO:** Associação de Natação da Madeira
2. **DATA:** Sábado, 23 de Julho de 2022
3. **LOCAL:** Piscina Municipal de Machico
4. **PISTAS:** 6 Pistas      **AQUECIMENTO:** 6 Pistas
5. **HORÁRIO**



SÁBADO DE MANHÃ	DATA	FAMILIARIZAÇÃO	COMPETIÇÃO
	23-JULHO-2022	09h00 – 09h45	10h00 – 11h30

### 6. PARTICIPAÇÃO

6.1. Poderão participar nadadores devidamente filiados na época 2021/2022 pela Federação Portuguesa de Natação na especialidade de Natação Pura e Natação Adaptada, pertencentes às categorias de: **CADETES A**, **CADETES B** e **CADETES C**;

6.2. O campeonato pretende satisfazer nadadores com idade de serem “Cadetes A” e mais novos, mas que ainda não possuem a experiência e/ou a capacidade para participar em provas mais robustas, como são exemplo dos TORREGRI’s;

6.3. Serão aceites inscrições de nadadores **INFANTIS A** e **INFANTIS B** com pouca experiência nas provas em regime de <EXTRACOMPETIÇÃO> em todo o programa;

6.4. Cada nadador, independentemente do seu escalão, poderá estar inscrito em:

- **DUAS PROVAS DE ESTAFETA**
- **UMA PROVA INDIVIDUAL**
- Ou seja, **TRÊS PROVAS NO TOTAL**

Não é obrigatório a participação em todas as provas do programa!

6.5. As estafetas são absolutas (classificação geral) - masculinas, femininas ou mistas (dois rapazes e duas raparigas). Serão aceites outro tipo de estafetas a fim de promover a participação. Por exemplo: três rapazes e uma rapariga ou três raparigas e um rapaz. Estas estafetas serão inscritas no programa de prova como <extracompetição>;

6.6. A composição das equipas de estafeta deverá ser entregue na mesa do júri até 30 minutos antes do início da sessão. Todos os nadadores devem constar no ficheiro convite;

6.7. Todas as provas serão disputadas pelo sistema de séries de acordo com tempo prévio de inscrição. Com o objetivo que tornar as provas mais rápidas e competitivas todos os nadadores têm de ser inscritos com tempo de entrada, mesmo que sejam tempos não oficiais. Os tempos não inseridos serão acrescentados pela organização;

6.8. Não é obrigatório a participação em todas as provas do programa.

## 7. INSCRIÇÕES

7.1. As inscrições têm de dar entrada na Associação de Natação da Madeira através do ficheiro convite até às 18h00 do dia 15 de julho, sexta-feira;

7.2. As inscrições são efetuadas via ficheiro convite e validadas se colocadas na Plataforma do Desporto da Direção Regional de Desporto;

7.2.1. A não colocação dos nadadores neste sistema informático aquando da data-limite de inscrições implica a exclusão automática da competição.

## 8. CLASSIFICAÇÕES

8.1. As classificações das provas individuais serão por **PROVA, CATEGORIA e SEXO**, apesar de serem mistas, com rapazes e raparigas a nadarem juntos nas mesmas séries;

8.2. Para as provas de estafeta a classificação será por **CLASSIFICAÇÃO GERAL**. O mesmo para as provas de estafetas <extracompetição>.

## 9. ARBITRAGEM

9.1. A arbitragem é da responsabilidade do Conselho Distrital de Arbitragem da Associação de Natação da Madeira;

9.2. Os tempos são **MANUAIS**.

**OBS.:** Os tempos serão disponibilizados *online* e em direto na página da Associação de Natação em: <https://www.anatacaodamadeira.pt/> - na pasta do evento, e no <https://www.swimrankings.net/>

## 10. CASOS OMISSOS

10.1. Os casos omissos serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa de Natação (FPN).

*programa na página seguinte*

## 11. PROGRAMA

JORNADA & SESSÃO ÚNICA   10h00	
<b>1.</b>	<p><b>16x25 metros ESTILOS</b>            – <b>MASCULINO, FEMININO OU MISTO (2+2) + &lt;EXTRACOMPETIÇÃO&gt;</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A estafeta é composta por quatro (4) nadadores;</li> <li>- Inicia-se com dois nadadores em cada lado da piscina;</li> <li>- O objetivo é cada nadador cumprir um percurso em cada uma das técnicas de nado:</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Ordem:</b> 1xCostas, 1xBruços, 1xMariposa, 1xCrol</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- No percurso de costas, o segundo (2.º), terceiro (3.º) e quarto (4.º) nadador da estafeta mergulham de cima e passam da posição ventral (barriga para baixo) para a posição dorsal (barriga para cima) durante o trajeto subaquático (até aos 15 metros);</li> <li>- Sempre que o nadador chega ao fim de um percurso sai pela lateral da piscina ou sobe pela pista. Aguarda a sua vez atrás do seu colega de equipa. <u>Não se corre fora de água;</u></li> <li>- Depois de concluir uma técnica de nado passa à técnica de nado seguinte;</li> <li>- A prova de estafeta conclui-se quando todos os nadadores fizerem 25 metros em todas as técnicas de nado (4 técnicas x 4 nadadores = 16 percursos).</li> </ul> <p><b>NOTA:</b> É importante praticar no treino para se familiarizar para a prova.</p>
<b>Intervalo de 5'</b>	
<b>2.</b>	<p><b>100 metros ESTILOS</b>            - 25 metros a cada estilo na ordem oficial: Mariposa, Costas, Bruços, Crol.</p>
<b>Intervalo de 5'</b>	
<b>3.</b>	<p><b>16x25 metros LIVRES</b>            – <b>MASCULINO, FEMININO OU MISTO (2+2) + &lt;EXTRACOMPETIÇÃO&gt;</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A estafeta é composta por quatro (4) nadadores;</li> <li>- Inicia-se com dois nadadores em cada lado da piscina;</li> <li>- O objetivo é cada nadador cumprir quatro percursos no estilo livre;</li> <li>- Sempre que o nadador chega ao fim de um percurso sai pela lateral da piscina ou sobe pela pista. Aguarda a sua vez atrás do seu colega de equipa. <u>Não se corre fora de água;</u></li> <li>- A prova de estafeta conclui-se quando todos os nadadores fizerem 4x25 metros livres.</li> </ul> <p><b>NOTA:</b> É importante praticar no treino para se familiarizar para a prova.</p>
<b>Entrega de Diplomas de Participação 15'</b>	

**FATOS DE BANHO:**

- CADETES A e B - Masculinos e Femininos:
- INFANTIS A e B (EXH) - Masculinos e Femininos:

**EXH** = Extracompetição.

