

## INFORMAÇÃO 3

### ACREDITAÇÃO, ACESSO À COMPETIÇÃO, LUGARES DE PARTICIPANTES E CIRCULAÇÃO

A entrada e saída para o **arena Lisbon International Meeting** será sempre feita pela porta da frente com acesso hall de entrada e bar ou porta lateral conforme indicado no programa de prova.

A primeira vez que uma equipa se desloque ao complexo de piscinas para efeitos de treino ou competição, tem de fazer o levantamento das suas credencial no secretariado situado junto à área do bar.

Os responsáveis das equipas, que levarem acreditação de atletas ou outros agentes que não estejam presentes no momento, têm de assegurar que lhe as entregam antes de eles tentarem circular na área de competição.

**É obrigatório o uso da credencial durante todo o evento (inclusive na sessão de treino livre de dia 10)**

Todos os agentes, para acederem ao piso do cais da piscina, têm sempre de apresentar a sua acreditação. Em nenhuma circunstância será autorizado um acesso a quem não seja possuidor de credencial.

Todas as áreas para as equipas/atletas encontram indicadas nos mapas em anexo e constantes do programa. Tendo em consideração a elevada participação, e o fato de grande número de atletas não estar na piscina em ambas as sessões de aquecimento, solicita-se a responsabilidade na ocupação dos lugares (1 lugar / 1 atleta) e acima de tudo não marcar lugares a mais das necessidades em particular por parte das equipas com maior representatividade. A Organização considera que um comportamento correto neste capítulo é um fator determinante para as estratégias a adotar em futuras edições

A circulação na piscina deverá ser conforme indicado nos mapas constantes do programa

Todos os agentes (nadadores, treinadores, delegados/fisioterapeutas) devem obrigatoriamente utilizar calçado específico para a piscina, chinelos ou com sobre-botas de proteção (cada entidade é responsável pelo material a utilizar).

---

### Sessão de treino a 10 de Fevereiro

Na sequência dos constrangimentos que nestes últimos dias afetaram o fornecimento de água e por via da necessidade de concluir as intervenções necessárias que viabilizem a realização do evento, informamos que as equipas participantes na competição poderão realizar os seus **treinos entre as 14h e as 21h30**.

Estarão disponíveis para este efeito quer a piscina principal (50m) quer a piscina de apoio (25m)

Não havendo lugar a marcação para aquecimento solicita-se às equipas que ajam de forma responsável na utilização do espaço de água procurando evitar a acumulação nos horários de maior concentração (17h-19h30)

## Aquecimentos e Descontração durante a competição

### AQUECIMENTOS PISCINA OLÍMPICA (50M)

- À exceção de pranchas e pool-buoys, **não pode ser qualquer outro tipo de material** de treino nos períodos de aquecimento.

#### Eliminatórias Sessão A:

- Entre as 7h15 e as 7h50 estão disponíveis as 10 pistas para aquecimento.
- Entre as 7h50 e as 8h15 a pista 0 será para sprints de até 25 m a partir do cais de partida ou até aos 15 m a partir do cais de viragens
- Entre as 7h50 e as 8h15 a pista 9 será apenas para realização de séries de ritmo de 50 m

#### Eliminatórias Sessão B:

- Estão disponíveis 9 pistas para aquecimento
- Durante todo o período de aquecimento a pista 0 será para sprints de até 25 m a partir do cais de partida ou até aos 15 m a partir do cais de viragens

#### Finais:

- Entre as 15h00 e as 15h40 estão disponíveis as 10 pistas para aquecimento.
- Entre as 15h40 e as 16h20 a pista 0 será para sprints de até 25 m a partir do cais de partida ou até aos 15m a partir do cais de viragens
- Entre as 15h40 e as 16h20 a pista 9 será apenas para realização de séries de ritmo de 50 m

### AQUECIMENTOS E DESCONTRAÇÃO NA PISCINA DE APOIO (25M)

A piscina de apoio está disponível durante todos os períodos de competição, no entanto salienta-se que:

- Para que os participantes das primeiras provas da “Sessão B” de eliminatórias possam antecipadamente dar início ao seu aquecimento, 20 minutos antes do início previsto para o aquecimento da “Sessão B” apenas deverão estar nesta piscina nadadores que se encontrem a descontrair das provas que decorrem.
- Atendendo ao elevado número de nadadores alerta-se que não será aceitável a ocupação desta piscina para outras atividades que não aquecimento e descontração em atividade continuada. A inatividade neste espaço terá um claro prejuízo na qualidade do evento e dos seus participantes.