

20ª PROVA de NATAÇÃO

JOAQUIM BERNARDO
de SOUSA LOBO ÁGUAS
ABERTAS

15 de agosto
NAZARÉ 2009



Organização



Colaboração



XXVIII Prova de Natação “Joaquim Bernardo Sousa Lobo”- 2009

Boletim de Inscrição de Equipa

Equipa			
Morada			
Localidade		Cód. Postal	-

Nome				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Data de Nascimento		Escalão		Sexo: M	F

Nome				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Data de Nascimento		Escalão		Sexo: M	F

Nome				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Data de Nascimento		Escalão		Sexo: M	F

Nome				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Data de Nascimento		Escalão		Sexo: M	F

Nome				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Data de Nascimento		Escalão		Sexo: M	F

Nome				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Data de Nascimento		Escalão		Sexo: M	F

Junto Envio ____€

Em Cheque/Vale nº: _____

Dinheiro

INSCRIÇÕES na sede da MEIA MARATONA INTERNACIONAL DA NAZARÉ, CTT – Apartado 33 – 2450- 901 Nazaré, Telefone: 262 56 90 20, FAX: 26256 90 29, E-mail: meiamaratona@nazarefm.com – até ao dia 11 de Agosto/ + 2€ até 14 de Agosto



XXVIII Prova de Natação “Joaquim Bernardo Sousa Lobo”- 2009

VI Prova de Natação Infantil “Joaquim Bernardo Sousa Lobo”- 2009

Boletim de Inscrição Individual

Nome			
Morada			
Localidade		Cód. Postal	-
Data de Nascimento		Escalão	
Sexo: Masculino <input type="checkbox"/>	Feminino <input type="checkbox"/>	Junto 3€ Em <input type="checkbox"/>	Cheque/Vale nº _____ <input type="checkbox"/> Dinheiro

INSCRIÇÕES na sede da MEIA MARATONA INTERNACIONAL DA NAZARÉ, por CTT – Apartado 33 –2450 – 901 Nazaré, Telefone: 262 56 90 20, FAX: 262 56 90 29, E-mail: meiamaratona@nazarefm.com – até ao dia 11 de Agosto/ **+ 2€ até 14 de Agosto**



MEIA MARATONA INTERNACIONAL DA NAZARÉ

Associação de Cultura e Desporto

Apartado 33
2450-901 NAZARÉ

XXVIII Grande Prova de Natação – Joaquim Bernardo Sousa Lobo

VI Prova Infantil de Natação – Joaquim Bernardo Sousa Lobo

Regulamento Geral

Artº 1º- A Meia Maratona Internacional da Nazaré – Associação de Cultura e Desporto vai organizar, no dia 15 de Agosto de 2009, duas provas de natação, disputadas em águas abertas (mar), denominadas VI Prova Infantil de Natação «Joaquim Bernardo de Sousa Lobo» e XXVIII Grande Prova de Natação «Joaquim Bernardo de Sousa Lobo»

Artº 2º- Podem participar os seguintes atletas:

- a) Na VI Prova Infantil de Natação atletas nascidos no ano de 1995 até 1999 (inclusive)
- b) Na XXVIII Grande Prova de Natação atletas nascidos em 1994 e anteriores.

Artº 3º- As provas terão as seguintes distâncias:

- a) A Prova Infantil terá aproximadamente 300 metros, com partida de barco no alinhamento do local denominado por «prancha».
- b) A Grande Prova terá aproximadamente 1300 metros, e tem a partida no alinhamento do local denominado por «pedra do leme».

§ - Ambas as provas têm chegada através de funil junto à praia, terminando quando o atleta colocar a touca numerada na estaca de madeira colocada na praia ou outra sinalização colocada na praia

Artº 4º- O preço de cada inscrição é de 3,00 euros por participante em qualquer das provas. As inscrições podem ser feitas através de boletins de inscrição individuais ou de boletins colectivos próprios para o efeito, disponíveis nos locais de inscrição.

- a) Os elementos obrigatoriamente constantes do boletim são:
 - Nome
 - Equipa
 - Morada completa
 - Escalão etário / categoria
 - Data de nascimento
- b) Serão aceites inscrições por fax ou e-mail desde que nas mesmas constem os elementos descritos na alínea a).
- c) O prazo normal para as inscrições terminará no dia 11 de Agosto de 2009. Haverá um prazo extra para inscrições até 14 de Agosto, mas o valor da inscrição será acrescida de 2,00 euros.
- d) Poderão ser efectuadas na sede da Meia Maratona Internacional da Nazaré, na Rádio Nazaré, ou remetidas pelo correio para:

Meia Maratona Internacional da Nazaré-Associação de Cultura e Desporto
XXVIII Grande Prova de Natação Joaquim Bernardo Sousa Lobo
Apartado 33
2450 – 901 Nazaré

Ou para o FAX: 262 56 90 29

Ou para o e-mail: meiamaratona@nazarefm.com



MEIA MARATONA INTERNACIONAL DA NAZARÉ

Associação de Cultura e Desporto

Apartado 33
2450-901 NAZARÉ

Artº 5º- As diferentes categorias são:

VI Prova Infantil de Natação – Joaquim Bernardo Sousa Lobo

CATEGORIA	SEXO	ANO NASCIMENTO
Infantil	Masculino/Feminino	1995 a 1999 (inclusive)

XXVIII Grande Prova de Natação – Joaquim Bernardo Sousa Lobo

CATEGORIA	SEXO	ANO NASCIMENTO	Idades
Juniores	Masculino/Feminino	1991 a 1994	15-18 anos
Séniore	Masculino/Feminino	1984 a 1990	19- 25 anos
Masters A	Masculino/Feminino	1975 a 1984	26- 34 anos
Masters B	Masculino/Feminino	1965 a 1974	35-44 anos
Masters C		1964 e anos anteriores	45-... anos

Artº 6º- A concentração, chamada e distribuição de toucas numeradas far-se-á no Centro Cultural da Nazaré uma hora e meia antes da realização das provas. Posteriormente, os atletas serão transportados para o local de embarque.

- a) A referida touca deve ser colocada na cabeça do concorrente que a deverá manter até ao final da prova.

Artº 7º- Os concorrentes serão transportados por embarcações para o local de partida.

Artº 8º- O sinal de partida da Prova Infantil será dado às 11.00 horas e o da Grande Prova às 11.30 horas.

§ - Ambas as partidas serão dadas com os concorrentes alinhados dentro de água.

Artº 9º- As provas serão acompanhadas pelo Instituto de Socorros a Náufragos, Clube Naval da Nazaré, Associação de Nadadores Salvadores da Nazaré e elementos ligados à organização.

Artº 10º- A prova será dada por encerrada uma hora após o sinal da partida.

§ - Qualquer reclamação deve ser dirigida, por escrito, devidamente fundamentada e entregue à organização.

Artº 11º- Será expressamente proibido aos concorrentes concluir a prova sem que seja pelos seus próprios meios.

- a) É proibido, por exemplo: agarrar-se a embarcações ou proteger-se por elas; usar barbatanas, colchões, pranchas ou qualquer objecto que ajude na sua locomoção.

§ - Exceptuam-se neste caso as ondas do mar.

- b) Será permitida aos concorrentes protecção específica contra o frio (fatos térmicos) ou utilização de vaselina e banha de porco.

Artº 12º- Não é permitido ao concorrente ser assistido dentro de qualquer barco de apoio.

Artº 13º- A prova pode ser disputada em qualquer estilo.

Artº 14º- Haverá as seguintes classificações:

- a) Geral Individual
b) Geral Colectiva



MEIA MARATONA INTERNACIONAL DA NAZARÉ

Associação de Cultura e Desporto

Apartado 33
2450-901 NAZARÉ

c) Individual por categorias (Artº 5º deste regulamento)

§ - Para a classificação Geral Colectiva contam os três primeiros concorrentes classificados de cada equipa, não sendo classificada aquela que terminar com menos de três concorrentes.

Artº 15º- A prova será disputada preferencialmente com Preia-mar, podendo no entanto, ser alterado o seu horário ou dia por condições adversas, do tempo ou estado do mar.

Artº 16º- A Organização compromete-se a prestar todo o apoio aos concorrentes, não se responsabilizando no entanto, por qualquer acidente.

Artº 17º- No final das provas, serão distribuídas lembranças a todos os participantes e atribuídos os seguintes prémios:

Grande Prova:

- a) Troféus aos cinco primeiros classificados da geral.
- b) Troféus às cinco primeiras equipas da geral.
- c) Troféus aos três primeiros classificados de cada categoria.

Prova Infantil:

- a) Troféus aos três primeiros classificados.

Artº 18º- Os prémios **não reclamados** aquando da cerimónia de entrega, **não serão atribuídos** perdendo o direito aos mesmos.

Nazaré, 20 de Julho de 2009

A Organização