



I Torneio de Masters do Litoral Alentejano

REGULAMENTO

O Torneio é organizado de acordo com o regulamento geral da Federação Portuguesa de Natação, estando a arbitragem ao cargo da Associação de Natação do Distrito de Santarém (ANDS) e da Associação de Natação do Alentejo (ANALEN), com sistema de cronometragem electrónica.

Organização:

- Clube de Natação do Litoral Alentejano (CNLA)
- Associação de Natação do Distrito de Santarém (ANDS)
- Associação de Natação do Alentejo (ANALEN)

Apoio:

- Câmara Municipal de Sines

Data:

08 de Janeiro de 2011 (Sábado), em 1 Jornada (2 Sessões).

Local:

Piscinas Municipais “Carlos Manafaia” em **Sines** (25 metros x 8 pistas)

Horário:

- 1ª Sessão: 9h30
- 2ª Sessão: 16h00

A piscina estará disponível para aquecimento 1h30 antes do início das sessões.

Participação:

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

Grupo	Escalão Etário	Ano de Nascimento	Grupo	Escalão Etário	Ano de Nascimento
A	25 – 29	86 - 82	G	55 - 59	56 - 52
B	30 – 34	81 - 77	H	60 - 64	51 - 47
C	35 – 39	76 - 72	I	65 - 69	46 - 42
D	40 – 44	71 - 67	J	70 - 74	41 - 37
E	45 – 49	66 - 62	K	75 - 79	36 - 32
F	50 – 54	61 - 57	L	80 e +	31 e antes

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

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



Os atletas do escalão Sénior (**masculinos nascidos em 1992 e mais velhos; femininos nascidos em 1994 e mais velhas**) poderão competir extra-competição, em séries separadas e antes dos atletas Masters.

A participação é aberta a todos os atletas e clubes portugueses (filiados na FPN) ou estrangeiros, desde que filiados nas respectivas Federações reconhecidas pela FINA, devendo ser enviado para a organização um comprovativo juntamente com as inscrições.

Não há nº limite de participação por equipa;

Cada nadador pode participar em **três (3) provas por sessão (entre individuais e estafetas)**.

Ao clube organizador reserva-se o direito de preencher as pistas vagas com nadadores do seu clube.

Os nadadores serão organizados por séries, de acordo com o seu sexo e o tempo de inscrição. Os nadadores extra-competição serão inscritos sem tempo.

Haverá um **almoço-convívio organizado pelo CNLA**, aberto a todos os participantes (atletas, treinadores, dirigentes, familiares, árbitros e amigos), por **7,50 €** cada participante. Os interessados terão que fazer uma pré-inscrição em folha anexa, a enviar para cnla2001@gmail.com, até ao dia 04 de Janeiro de 2011.

Inscrições:

As inscrições devem ser realizadas por via electrónica, através do programa informático definido pela FPN para o efeito: FPN – Entry Editor ou Team Manager da GeoLogix, e deverão ser enviadas por correio electrónico para ands@ands.pt.

O ficheiro-convite estará disponível em www.ands.pt e em www.cnla2001.blogspot.com, a partir do dia 27 de Dezembro de 2010.

Serão aceites inscrições até ao dia **04 de Janeiro de 2011 às 18h00**.

As inscrições terão um custo de **1,50€ por prova individual e 5€ por estafeta**.

O ficheiro para confirmação de inscrições ficará disponível em www.ands.pt e em www.cnla2001.blogspot.com a partir do dia 05 de Janeiro de 2011. **Eventuais alterações deverão ser comunicadas à ANDS até ao dia 06 de Janeiro às 18h00**. O programa de provas ficará disponível online em www.ands.pt e www.cnla2001.blogspot.com no dia 07 de Janeiro de 2011.

Pagamentos:

Nadadores Nacionais

Formas de Pagamento:

- Cheque emitido à ordem da ANDS
- Numerário
- Transferência Bancária - Millennium BCP - NIB **003 300 005 003 691 000 205**

Nadadores Internacionais

IBAN: **PT50 003 300 005 003 691 000 205**

BIC: **BCOMPTPL**

As inscrições enviadas só serão consideradas válidas desde que tenha dado entrada na ANDS o respectivo comprovativo de pagamento.



Prémios:

- Prémio colectivo “Somos Muitos” – Para a equipa com maior nº de nadadores inscritos na prova.
- Prémio Carreira – Prémio para os atletas (fem/masc) mais idosos em competição.
- Prémios de participação para todos os clubes e atletas.
- Troféu para as três (3) primeiras equipas no I Torneio de Masters do Litoral Alentejano.
- Troféu para o nadador (Feminino/Masculino) mais pontuado (tabela FINA 2010) de cada grupo etário.

Classificação:

Colectiva – os clubes participantes serão ordenados pela soma dos pontos obtidos pelo melhor atleta através da classificação por Grupo de Idades nas provas individuais do programa, obtidos segundo a tabela abaixo indicada:

- 1º Classificado: 12 Pontos
- 2º Classificado: 9 Pontos
- 3º Classificado: 7 Pontos
- 4º Classificado: 5 Pontos
- 5º Classificado: 4 Pontos
- 6º Classificado: 3 Pontos
- 7º Classificado: 2 Pontos
- 8º Classificado: 1 Ponto

Nas estafetas as equipas pontuarão a dobrar, segundo o mesmo critério.

Haverá uma classificação colectiva em conjunto com os torneios do CNLA e dos Pimpões – Caldas da Rainha (30 de Abril), com prémio a ser entregue à melhor equipa aquando da realização deste último.

Os atletas Seniores não obtêm classificação.

Normas: É obrigatório o uso de calçado apropriado pelos atletas, dirigentes, treinadores e árbitros.

Programa:

	1ª Sessão	Prova:	2ª Sessão	Prova:
Nº da Prova	1	50L Fem	13	50L Masc
	2	400L Masc	14	400L Fem
	3	200E Fem	15	200E Masc
	4	100E Masc	16	100E Fem
	Intervalo 10 mins		Intervalo 10 mins	
	5	50M Fem	17	50M Masc
	6	100M Masc	18	100M Fem
	7	50C Fem	19	50C Masc
	8	100C Masc	20	100C Fem
	9	50B Fem	21	50B Masc
	10	100B Masc	22	100B Fem
	Intervalo 5 mins		Intervalo 5 mins	
11	4x50L Fem	23	4x50L Masc	
12	4x50E Masc	24	4x50E Fem	
Almoço-convívio			Entrega de prémios	