



**REGULAMENTO DE
COMPETIÇÕES NACIONAIS**

2010/11



**ÁGUAS
ABERTAS**



Índice

1. Introdução.....	2
2. Quadro Competitivo Nacional de Águas Abertas	2
3. Considerações gerais	2
4. Categorias	3
5. Competições	4
5.1. C.N. de Longa Distância - Fase de Qualificação.....	4
5.2. C.N. de Longa Distância - Fase Final.....	7
5.3. C.N. de Águas Abertas.....	10

1. Introdu o

O presente documento regulamenta todas as competi es de  mbito nacional, na disciplina de  guas Abertas.

2. Quadro competitivo

No quadro abaixo, encontram-se discriminadas todas as competi es nacionais da  poca 2010/2011:

DATA	COMPETI�O	DISTÂNCIAS	LOCAL	DIREC�O
26-Fevereiro-2011	CN Longa Distância - Apuramento	3Km,5Km	Póvoa de Varzim	Juv, Jun e Sen
9-Abril-2011	CN Longa Distância - Final	3Km,5Km	A determinar	Juv, Jun e Sen
18-Junho-2011	CN 10Km	10Km	Setúbal	Jun e Sen
13-Agosto-2011	CN 5Km - Equipas	5Km	S.Martinho do Porto	Juv, Jun, Sen
15-Agosto-2011	CN 5Km	5Km	Montemor-o-Velho	Juv, Jun, Sen e Mas

3. Considera es gerais

Podem participar em todos os campeonatos os nadadores filiados na Federa o Portuguesa de Nata o, na disciplina de  guas Abertas, para a presente  poca.

A participa o fica condicionada ao pagamento de uma taxa de inscri o, de acordo com o regulamento de cada uma das competi es.

Os hor rios e outras informa es pertinentes das provas de  guas Abertas, ser o disponibilizados em data posterior, mais pr xima da competi o, atendendo   especificidade da disciplina.

De acordo com o regulamento da FPN,   vedada a participa o nestas competi es a praticantes com idade inferior a 14 anos.

As inscri es para cada uma das competi es devem ser efectuadas por interm dio do preenchimento das listas onom sticas anexas a este regulamento.

4. Categorias

Para a presente época, as idades correspondentes a cada uma das categorias são as seguintes:

CATEGORIAS	MASCULINOS	FEMININOS
JUVENIS	-	1997
JUVENIS B	1996	-
JUVENIS A	1995	-
JUNIORES	1994 e 1993	1996 e 1995
SENIORES	1992 e + Velhos	1994 e + Velhas

5. Competi es

CAMPEONATO NACIONAL DE LONGA DIST NCIA FASE DE QUALIFICA O

1. LOCAL

P voa de Varzim

Piscina da Varzim Lazer (50m x 8 pistas)

2. DATA

26 de Fevereiro de 2011

3. HOR RIO

26 de Fevereiro de 2011 - 1^a Sess o : 10.00 horas

26 de Fevereiro de 2011 - 2^a Sess o : 16.00 horas

4. PARTICIPA O

T m direito a participar todos os nadadores filiados na Federa o Portuguesa de Nata o, na disciplina de  guas Abertas, das seguintes categorias:

CATEGORIAS	FEMININOS	MASCULINOS
JUVENIS	1997	1995-1996
JUNIORES	1995-1996	1993-1994
SENIORES	1994 e + velhas	1992 e + velhos

A participa o dos nadadores est  condicionada ao pagamento duma taxa de inscri o.

A participa o est  limitada a um m ximo de 32 nadadores, de cada g nero, para as provas de 3000 metros e de 16 nadadores, de cada g nero, para as provas de 5000 metros.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser efectuadas pelo preenchimento das listas onomásticas em anexo, delas devendo constar o melhor tempo realizado na época de 2009/2010 nas provas de 800 metros Livres (femininos) e 1500 metros Livres (masculinos), em piscina de 50 metros, ou tempo convertido de piscina de 25 metros, realizado nessa mesma época.

Os nadadores que não tenham nadado essas provas no decorrer da época 2009/2010, devem ser inscritos sem tempo.

5.1. PRAZO LIMITE PARA AS INSCRIÇÕES

As listas onomásticas devem dar entrada na Federação Portuguesa de Natação até às 18.00 horas, do dia **18 de Fevereiro de 2011**.

As mesmas devem ser enviadas por correio electrónico, para o seguinte endereço: **fpnatacao.fpn@fpnatacao.pt**

5.2. TAXAS DE INSCRIÇÃO

A taxa de inscrição para esta competição é de **5.00 €**, por atleta.

5.3. PAGAMENTO

Todas as inscrições ficarão condicionadas à recepção do pagamento, **e do respectivo comprovativo**. O pagamento poderá ser efectuado por transferência bancária para o NIB 0018.0003.13330170020.88 ou IBAN PT50.0018.0003.13330170020.88, ou ainda por depósito em conta nº0003.13330170020 do Banco Santander.

6. AGRUPAMENTO POR SÉRIES

Em cada prova, os nadadores serão agrupados por séries de acordo com os tempos de inscrição, independentemente da sua categoria.

De acordo com o número de inscrições, poder-se-á optar pela colocação de dois nadadores por pista. Nesse caso, o ordenamento dos atletas nas séries será efectuado da seguinte forma:

TEMPO DE INSCRIÇÃO	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º	13º	14º	15º	16º
PISTA	4A	5A	3A	6A	2A	7A	1A	8A	4B	5B	3B	6B	2B	7B	1B	8B

7. CLASSIFICAÇÕES

Haverá classificações separadas por prova, categoria e género, ficando apurados para a fase final os seguintes atletas:

3000 metros Masculinos	-	10 primeiros classificados
3000 metros Femininos	-	10 primeiros classificados
5000 metros Masculinos	-	3 primeiros classificados Juniores
		3 primeiros classificados Seniores
		4 melhores marcas seguintes
5000 metros Femininos	-	3 primeiros classificados Juniores
		3 primeiros classificados Seniores
		4 melhores marcas seguintes

Os restantes participantes serão ordenados por tempos, ficando como suplentes a cada uma das provas a realizar na fase final.

8. DIVERSOS

Os casos omissos, serão resolvidos por uma comissão composta pelo Juiz Árbitro, Delegado da FPN à prova e Seleccionador Nacional das Águas Abertas.

9. PROGRAMA DE PROVAS

DIA 26 DE FEVEREIRO (1ª Sessão) - 10.00 horas			
Prova 1	3000 metros	Masculinos	Juvenis
Prova 2	5000 metros	Femininos	Juniores e Seniores
DIA 26 DE FEVEREIRO (2ª Sessão) - 16.00 horas			
Prova 3	3000 metros	Femininos	Juvenis
Prova 4	5000 metros	Masculinos	Juniores e Seniores

CAMPEONATO NACIONAL DE LONGA DISTÂNCIA

FASE FINAL

1. LOCAL

A determinar

2. DATA

9 de Abril de 2011

3. HORÁRIO

9 de Abril de 2011 - 1ª Sessão : 10.00 horas

9 de Abril de 2011 - 2ª Sessão : 16.00 horas

4. PARTICIPAÇÃO

Têm direito a participar os nadadores filiados na Federação Portuguesa de Natação, na disciplina de Águas Abertas, que se tenham apurado na fase de qualificação.

A Federação Portuguesa de Natação, emitirá um comunicado com o nome dos nadadores apurados para cada prova, bem como dos suplentes às mesmas.

A participação dos nadadores está condicionada ao pagamento duma taxa de inscrição.

5. INSCRIÇÕES

Os nadadores apurados para a fase final, devem confirmar a sua presença até às 18.00 horas do dia 1 de Abril de 2011, por correio electrónico, para o seguinte endereço: fpnatacao.fpn@fpnatacao.pt

Após essa data, proceder-se-á à chamada dos nadadores suplentes, de modo a preencher todos os lugares das finais.

A falta à final, depois de confirmada a presença, implicará o pagamento duma multa de 100 €, com excepção de motivos de força maior devidamente comprovados.

5.1. TAXAS DE INSCRIÇÃO

A taxa de inscrição para esta competição é de **5.00 €**, por atleta.

5.2. PAGAMENTO

Todas as inscrições ficarão condicionadas à recepção do pagamento, **e do respectivo comprovativo**. O pagamento poderá ser efectuado por transferência bancária para o NIB 0018.0003.13330170020.88 ou IBAN PT50.0018.0003.13330170020.88, ou ainda por depósito em conta nº0003.13330170020 do Banco Santander.

6. AGRUPAMENTO POR SÉRIES

Em cada prova, os nadadores serão agrupados nas finais de acordo com os tempos da fase de qualificação, independentemente da sua categoria.

O ordenamento dos atletas nas séries será efectuado da seguinte forma:

TEMPO DE INSCRIÇÃO	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º
PISTA	4	5	3	6	2	7	1	8	0	9

7. CLASSIFICAÇÕES

Serão atribuídos os seguintes títulos de Campeão Nacional: Juvenis (sem distinção do ano de nascimento), Juniores (sem distinção do ano de nascimento), Seniores a Absolutos, de cada género.

Serão ainda entregues medalhas aos três primeiros classificados de cada uma das categorias acima mencionadas.

8. DIVERSOS

Os casos omissos, serão resolvidos por uma comissão composta pelo Juiz Árbitro, Delegado da FPN à prova e Seleccionador Nacional das Águas Abertas.

9. PROGRAMA DE PROVAS

DIA 9 DE ABRIL (1ª Sessão) - 10.00 horas			
Prova 1	3000 metros	Masculinos	Juvenis
Prova 2	5000 metros	Femininos	Juniores e Seniores
DIA 9 DE ABRIL (2ª Sessão) - 16.00 horas			
Prova 3	3000 metros	Femininos	Juvenis
Prova 4	5000 metros	Masculinos	Juniores e Seniores

CAMPEONATO NACIONAL DE ÁGUAS ABERTAS

1. ÂMBITO

O presente regulamento aplica-se às provas individuais de 5000 e 10000 metros e de 5000 metros por equipas, organizadas pela FPN ou, por delegação desta, por uma das Associações distritais ou Clube filiado, com o propósito de apurar os Campeões Nacionais de Águas Abertas.

2. CALENDÁRIO

PROVA	DATA	EVENTO	LOCAL
10000 METROS	18-Junho-2011	Setúbal Bay ISM	Setúbal
5000 METROS/EQUIPAS	13-Agosto-2011	Travessia da Baía	S. Martinho do Porto
5000 METROS	15-Agosto-2011		Montemor-o-Velho
2500 METROS	15-Agosto-2011		Montemor-o-Velho

3. PARTICIPAÇÃO

Prova individual de 5 000 metros:

Têm direito a participar nadadores masculinos e femininos possuidores de licença FPN de Águas Abertas, nascidos em 1997 e mais cedo.

Os nadadores não nacionais, com filiação de Águas Abertas na FPN, poderão participar extra-competição, de acordo com o artigo 30º do Regulamento Geral em vigor.

Prova individual de 2500 metros - Master:

Têm direito a participar todos os nadadores femininos e masculinos possuidores de licença FPN Master de Águas Abertas, nascidos em 1986 e antes.

Os nadadores não nacionais, com filiação de Águas Abertas na FPN, poderão participar extra-competição, de acordo com o artigo 30º do Regulamento Geral em vigor.

Prova individual de 10 000 metros:

Têm direito a participar nadadores masculinos e femininos possuidores de licença FPN de Águas Abertas, nascidos em 1997 e mais cedo, que tenham cumprido os critérios definidos, no PAR 2011, para a participação na *Setubal Bay International Marathon 2010*.

Prova de 5 000 metros por equipas:

Serão aceites inscrições de clubes que apresentem uma equipa mista (2 masculinos e 1 feminino ou 1 masculino e 2 femininos), constituída por nadadores possuidores de licença FPN de Águas Abertas, nascidos em 1997 e mais cedo, num máximo de 20 equipas.

Caso existam mais de 20 inscrições, a selecção far-se-á de acordo com as seguintes prioridades:

- a) Todos os elementos tenham participado na prova de 5000 metros do Campeonato Nacional de Longa Distância;
- b) Todos os elementos tenham participado no Campeonato Nacional de Longa Distância (3000 ou 5000 metros)
- c) Ordem de chegada das inscrições à Federação Portuguesa de Natação.

4. INSCRIÇÕES

As fichas de inscrição, em anexo, deverão ser totalmente preenchidas e assinadas, podendo ser remetidas por correio electrónico para fpnatacao.fpn@fpnatacao.pt (cópia digitalizada e assinada), ou através do número de fax – 214191739.

As datas limite para a recepção das inscrições são as seguintes:

COMPETIÇÃO	PRAZO LIMITE DE INSCRIÇÃO
10000	9 de Junho de 2011
5000	5 de Agosto de 2011
2500 Master	5 de Agosto de 2011
5000/Equipas	5 de Agosto de 2011

5. TAXAS DE INSCRIÇÃO

A taxa de inscrição é de **10€** por prova, nas provas individuais e de **20€** por equipa na prova colectiva.

Na categoria Master, a taxa será de **5€** por prova individual.

Para a inscrição ser considerada válida, o valor da taxa terá que ser liquidado no acto de inscrição.

6. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

Ao inscrever-se em qualquer uma das provas deste evento, o participante assume e aceita que:

6.1. Se preparou adequadamente e que possui a robustez física necessária à conclusão da prova, participando por sua conta e risco neste evento.

6.2. Na eventualidade de não cumprir o tempo limite estabelecido para a prova, a equipa de arbitragem poderá recolhe-lo da água.

6.3. A organização poderá cancelar o evento por motivos de segurança, como tempestades, más condições do mar, ou outras situações que manifestamente possam colocar em perigo a integridade física dos participantes, não havendo lugar à restituição da taxa de inscrição.

6.4. Poderá ser fotografado e filmado durante o evento, podendo essas imagens ser divulgadas publicamente ou utilizadas pela Federação Portuguesa de Natação para fins promocionais.

6.5. É conhecedor do Regulamento da Competição e dos Regulamentos da FPN que regem as provas de Natação.

6.6. A sua inscrição apenas será validada após a entrega do Termo de Responsabilidade.

7. DISPOSIÇÕES GERAIS

7.1. A segurança e apoio ao longo da prova serão da responsabilidade da Organização e assegurada por diversas embarcações, de acordo com o estipulado no Regulamento Geral da Federação Portuguesa de Natação.

7.2. Para além dos barcos de apoio referidos no ponto anterior a Organização colocará ao serviço dos participantes os seguintes meios: 1 (uma) ambulância; 1 (um) médico; 1 (um) barco de apoio equipado com serviço de primeiros socorros e paramédicos.

7.3. A organização não se responsabilizará por acidentes ou danos que os participantes sofram ou venham a sofrer no decorrer da prova. De igual modo, a organização não se responsabilizará por danos ou acidentes que os participantes venham a causar no decorrer da prova, decorrentes de má conduta desportiva ou desrespeito pelas regras em vigor.

7.4. A organização reserva-se o direito de impedir a participação na prova ou de recolher, durante o percurso, todos os indivíduos que não apresentem condições técnicas e físicas para terminar a prova em segurança.

7.5. Os nadadores serão marcados com o respectivo número nas costas, ombros e mãos, de acordo com o Regulamento da FINA.

7.6. Não é permitido o uso de fato isotérmico ou de quaisquer meios auxiliares de propulsão, flutuação ou respiração.

7.7. É obrigatória a apresentação do Bilhete de Identidade e a licença federativa, caso a organização o exija.

8. DISPOSIÇÕES TÉCNICAS

Campeonato Nacional de 10000 metros: esta prova disputa-se em simultâneo e no mesmo percurso, que a prova de 10km da *Setubal Bay International Swim Marathon*.

Campeonato Nacional de 5000 metros por equipas: esta prova será disputada em formato *contra-relógio*, com as equipas a partirem à vez, com 1 minuto de diferença entre elas. A ordem da partida será definida por sorteio no dia anterior à prova. Terá lugar no mesmo local e dia que a *Travessia da Baía de S.Martinho do Porto*

Campeonato Nacional de 5000 metros: esta prova terá lugar em Montemor-o-Velho.

Campeonato Nacional de 2500 metros - Masters: esta prova terá lugar em Montemor-o-Velho.

9. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

Campeonato Nacional de 10000 metros:

A classificação na prova de 10000 metros far-se-á por género em, Absolutos, Sénior e Júnior.

Para efeitos de classificação, o Tempo Limite termina 30 minutos após a chegada do 1º nadador português de cada género.

Campeonato Nacional de 5000 metros:

A classificação na prova de 5000 metros far-se-á por género em, Absolutos, Sénior, Júnior e Juvenis (A e B).

Para efeitos de classificação, o Tempo Limite termina 30 minutos após a chegada do 1º nadador de cada género.

Campeonato Nacional de 2500 metros - Master:

A classificação far-se-á de acordo com as seguintes categorias:

Grupo	Escalão Etário	Ano de Nascimento
A	25 - 29	86 - 82
B	30 - 34	81 - 77
C	35 - 39	76 - 72
D	40 - 44	71 - 67
E	45 - 49	66 - 62
F	50 - 54	61 - 57

Grupo	Escalão Etário	Ano de Nascimento
G	55 - 59	56 - 52
H	60 - 64	51 - 47
I	65 - 69	46 - 42
J	70 - 74	41 - 37
K	75 - 79	36 - 32
L	80 e +	31 e antes

Campeonato Nacional de 5000 metros, por equipas:

Para efeitos de classificação, apenas será considerado o tempo final do 3º nadador de cada equipa a concluir a prova. O tempo final só será válido se todos os 3 nadadores concluírem a prova.

Para efeitos de classificação, o Tempo Limite termina 30 minutos após a chegada da 1ª equipa.

A classificação na prova de 5 000 metros por equipas será absoluta.

10. PRÉMIOS

Campeonatos individuais:

Serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros classificados de cada categoria.

Campeonato por equipas:

Serão atribuídas troféus às 3 primeiras equipas.

NOTA IMPORTANTE: Na categoria Master, será entregue um prémio de presença a cada participante, ficando disponíveis posteriormente, para *download*, no site da FPN, os diplomas referentes à classificação de cada nadador.

11. ARBITRAGEM

A arbitragem estará a cargo do Conselho Nacional de Arbitragem.

12. SUBSÍDIOS

A FPN subsidiará, de acordo com as tabelas vigentes, até um máximo de 6 nadadores por clube, desde que os mesmos tenham participado no Campeonato Nacional de Longa Distância.

A FPN subsidiará ainda, de acordo com as tabelas vigentes, um oficial para clubes que apresentem uma participação igual ou inferior a 3 nadadores (que cumpram o supracitado) e 2 oficiais para clubes que apresentem uma participação superior a 3 nadadores (que cumpram o supracitado).

13. JÚRI DE APELO

Os protestos serão aceites pela organização até 30 minutos após a publicação dos resultados de cada prova. Terão que ser submetidos por escrito pelo delegado do clube ou pelo nadador individual.

A apresentação de um protesto implica a obrigação de o acompanhar com a importância correspondente a um salário mínimo nacional, reembolsável no caso do mesmo acolher decisão favorável.

Sempre que seja apresentado um protesto será constituído um Júri de Apelo, composto pelos seguintes elementos:

- Delegado da FPN à Prova
- Presidente do Comité Organizador da Prova
- Representante da Associação Regional/Distrital

O Júri de Apelo reunirá e deliberará de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso.