



## REGULAMENTO

# XXII TORNEIO "UNIÃO DE FREGUESIAS DE ALCOBAÇA E VESTIARIA" 19 JANEIRO 2019

## 1. Organização

A competição é organizada de acordo com o regulamento Geral da Federação Portuguesa de Natação, estando a arbitragem a cargo do Conselho Distrital de Arbitragem da Associação Natação do Distrito de Leiria esta competição tem cronometragem manual.

2. **Data**  
19 de janeiro de 2019

3. **Local**  
Piscina Municipal de Alcoabaça  
(25 metros X 8 pistas)

## 4. Categorias

Destina-se a nadadores filiados em Natação Pura pela F. P. N. do grupo de:

**CADETES A** Femininos 2008 e Masculinos 2007;

**CADETES B** Femininos 2009 e 2010 e Masculinos 2008 e 2009;

**CADETES C** Femininos 2011 e 2012 e Masculinos 2010 e 2011;

## 5. Participação

---

Cada clube poderá inscrever **dois nadadores por prova individual**, nas provas de **200 Estilos e estafetas só poderá inscrever um nadador e uma estafeta**. Cada nadador só poderá ser inscrito em duas provas individuais e uma estafeta ou uma prova individual e duas estafetas. O clube organizador reserva-se no direito de preencher as pistas vagas com nadadores seus na condição de extra competição.

## 6. Inscrições

---

As equipas devem confirmar a sua presença até ao dia **22 de Dezembro de 2018** pelo telefone, ou emai e enviar as inscrições até ao dia 6 de Janeiro de 2019 via email.

☎ 262 596 445

🌐 [natacaoalcobaca.com](http://natacaoalcobaca.com)

## 7. Alterações

---

São permitidas alterações antes da realização da Taça **até às 18H00 do dia 16 de Janeiro de 2019**. Só serão aceites alterações, desde que os atletas constem da lista onomástica.

## 8. Prémios

---

### CLUBES

8.1 Serão entregues troféus a todos os clubes classificados.

8.2 No final do Torneio será entregue lembranças a todos nadadores.

## 9. Classificação

---

Será atribuída a seguinte pontuação por prova e categoria:

- 1º Classificado** - 9 pontos
- 2º Classificado** - 7 pontos
- 3º Classificado** - 6 pontos
- 4º Classificado** - 5 pontos
- 5º Classificado** - 4 pontos
- 6º Classificado** - 3 pontos
- 7º Classificado** - 2 pontos
- 8º Classificado** - 1 ponto

As provas de estafetas pontuarão a dobrar.

# PROGRAMA

08H00 **Abertura das piscinas**

08H15 **Aquecimento**

09H30 **Começo do Torneio**

## SÁBADO 19 DE JANEIRO DE 2019

1 <sup>a</sup> PROVA	4X50 LIVRES	Feminino
2 <sup>a</sup> PROVA	4X50 LIVRES	Masculino
3 <sup>a</sup> PROVA	50 MARIPOSA	Feminino
4 <sup>a</sup> PROVA	50 MARIPOSA	Masculino
5 <sup>a</sup> PROVA	100 COSTAS	Feminino
6 <sup>a</sup> PROVA	100 COSTAS	Masculino
7 <sup>a</sup> PROVA	100 BRUÇOS	Feminino
8 <sup>a</sup> PROVA	100 BRUÇOS	Masculino
9 <sup>a</sup> PROVA	100 LIVRES	Feminino
10 <sup>a</sup> PROVA	100 LIVRES	Masculino
11 <sup>a</sup> PROVA	200 ESTILOS	Feminino
12 <sup>a</sup> PROVA	200 ESTILOS	Masculino
13 <sup>a</sup> PROVA	4X50 ESTILOS	Feminino
14 <sup>a</sup> PROVA	4X50 ESTILOS	Masculino