

XXIII TAÇA

Cidade de Alcobaça

19.JAN 15:00H



clube de nata o de alcobaça

XXII TORNEIO

União de Freguesias
de Alcobaça e Vestiaria

19.JAN 09:30H



**200 ESTILOS
MIX**

PR MIOS MONETÁRIOS

COLETIVOS

300  1  classificado

200  2  classificado

100  3  classificado

INDIVIDUAIS

15  recorde torneio

50  recorde nacional cat.

100  recorde nacional abs.

NOVA PROVA

Série de 200 estilos com os 8 melhores
tempos de inscri o de cada g nero e ordem
de estilos sorteada!

25  PR MIO!

organiza o:



clube de nata o de alcobaça

apoios:



Contactos:

  262 596 445

  natacaoalcobaca.com

f fb.com/natacaoalcobaca



REGULAMENTO

XXIII TAÇA "CIDADE DE ALCobaça" 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 eletrónica.

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

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

4. Categorias

OPEN Abrange a todas as categorias excepto a categoria de cadetes;
G0 Masculino Seniores + Juniores, Femininos Seniores + Juniores;
Juvenis A Masculinos 03 e Femininos 04;
Juvenis B Masculinos 04 e Femininos 05;
Infantis A Masculinos 05 e Femininos 06;
Infantis B Masculinos 06 e Femininos 07;

5. Participação

5.1 Nas provas OPEN (50Livres, 400 Livres e 4x100Estilos) cada clube só poderá inscrever um nadador ou uma equipa.

5.1.1 Nas provas de 200 Bruços, 200Livres, 200 Mariposa e 200 Costas clube terá de optar por duas das quatro para pontuar por categoria (G0, Juvenis A, Juvenis B, Infantis A e Infantis B)

Ex.: (Inf A fem – 200B+200C) (Inf B fem – 200 B+200M) (Juv A Fem – 200 C+200L)

5.2 Os Clubes convidados poderão inscrever no máximo de 16 nadadores no total.

5.3 Ao clube organizador reserva-se no direito de preencher as pistas vagas com nadadores seus na condição extra competição.

6. 200 Estilos MIX

Haverá uma prova extra denominada 200 Estilos MIX, que se realizará após a conclusão das estafetas, não contará para a classificação geral de clubes. Esta prova, de 200 Estilos para cada sexo, será organizada com os oito melhores tempos de inscrição da presente época desportiva, realizados em Piscina de 25m, ou para ela convertidos (conversor FPN), tendo os atletas de estar inscritos numa outra qualquer prova do programa. Cada clube pode inscrever dois atletas para esta prova, que será disputada da seguinte forma:

1º Por ordem de ranking (Masculino e Feminino) o nadador(a) retira uma bola de um saco onde lhe é indicado qual a pista e a ordem de estilos que terá que nadar.

2º Todos os nadadores independentemente do estilo que iniciarem a prova poderão partir com salto do bloco ou dentro de água.

3º O vencedor terá um premio monetário de 25€ que lhe é entregue no final da prova.

7. 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

8. 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.

9. Prémios

CLUBES

Serão entregues troféus aos clubes classificados do 1º ao 8º lugar da classificação final, e um de presença para os restantes.

NADADORES

Ao atleta de cada categoria que efectuar a prova mais pontuada, pela tabela FINA 2017, será entregue um troféu.

Prémios monetários

CLUBES

1º classificado **300€**

2º classificado **200€**

3º classificado **100€**

Só serão entregues os prémios monetários após a receção do respetivo recibo.

NADADORES

Recorde Nacional Absoluto **100€**

Recorde nacional por Categoria **50€**

Recorde do Torneio por categoria **100€**

11

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

13H30 **Abertura das piscinas**

13H45 **Aquecimento**

15H00 **Começo do Torneio**

SÁBADO 19 DE JANEIRO DE 2019

1ª PROVA	50 LIVRES	Open - Fem
2ª PROVA	50 LIVRES	Open - Masc
3ª PROVA	200 BRUÇOS	(G0, Juv A, Juv B, Inf A e Inf B) Fem
4ª PROVA	200 BRUÇOS	(G0, Juv A, Juv B, Inf. A e Inf B) Masc
5ª PROVA	200 LIVRES	(G0, Juv A, Juv B, Inf A e Inf B) Fem
6ª PROVA	200 LIVRES	(G0, Juv A, Juv B, Inf. A e Inf B) Masc
7ª PROVA	200 MARIPOSA	(G0, Juv A, Juv B, Inf A e Inf B) Fem
8ª PROVA	200 MARIPOSA	(G0, Juv A, Juv B, Inf. A e Inf B) Masc
9ª PROVA	200 COSTAS	(G0, Juv A, Juv B, Inf A e Inf B) Fem
10ª PROVA	200 COSTAS	(G0, Juv A, Juv B, Inf. A e Inf B) Masc
11ª PROVA	400 LIVRES	Open - Fem
12ª PROVA	400 LIVRES	Open - Masc

10 MINUTOS INTERVALO

13ª PROVA	4X100 ESTILOS	Open - Fem
14ª PROVA	4X100 ESTILOS	Open - Masc

5 MINUTOS INTERVALO

15ª PROVA	200 ESTILOS MIX	Open - Fem
16ª PROVA	200 ESTILOS MIX	Open - Masc