

CAMPEONATO DISTRITAL DE ABSOLUTOS - JUVENIS, JUNIORES E SÉNIORES (PC)**1 – LOCAL**

Piscina Municipal TOMAR

2 – DATA

16 e 17 de novembro 2024

3 – HORÁRIO –

AQUECIMENTO: 7h45/14h00

INÍCIO DA COMPETIÇÃO	MANHÃ	TARDE
16 de novembro	9h00	15h30
17 de novembro	9h00	15h30

4 – PARTICIPAÇÃO

Categorias: ABSOLUTOS. **Considera-se categoria de ABS os nadadores juvenis, juniores e seniores**

Cada clube apenas poderá apresentar uma equipa de estafetas por prova/género/em **Absolutos**:

Anotações específicas das estafetas

4x100 estilos mistos – só juvenis – obrigatório 2 nadadores femininos e 2 nadadores masculinos
4x100 livres mistos – só juvenis – obrigatório 2 nadadores femininos e 2 nadadores masculinos
4x100 Livres masculinos – só nadadores juniores + seniores ou só juniores e/ou só seniores
4x100 Livres Femininos – só nadadores juniores + seniores ou só juniores e/ou só seniores
4x100 estilos masculinos – só nadadores juniores + seniores ou só juniores e/ou só seniores
4x100 estilos Femininos – só nadadores juniores + seniores ou só juniores e/ou só seniores
4x50 estilos e 4x50 livres Femininos e Masculinos - Absolutos
4x200 livres Femininos e Masculinos - Absolutos

A participação de cada nadador está limitada a um máximo de duas provas (2) individuais e as coletivas, por sessão.

5 – INSCRIÇÕES

ALTERADO PARA 07-11-2024

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24H00 do dia **05/11/2024**.
Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações à lista inicial de inscrições.
Só serão permitidas desistência de provas sem direito a substituição.

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova/género.

7 – PRÉMIOS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por prova/género e categoria de

juvenis, juniores e seniores. No caso das estafetas as medalhas são atribuídas seguindo as

anotações, conforme inscrição e classificação. Este campeonato tem mínimos a cumprir, conforme tabela em anexo. **Qualquer nadador que não cumpra os mínimos exigidos para qualquer uma das provas na sua categoria não pode obter pódio.**

8- PROGRAMA DE PROVAS

16 de novembro 2024						17 de novembro 2024					
SESSÃO 1			SESSÃO 2			SESSÃO 1			SESSÃO 2		
Nº	Prova	Gen.	Nº	Prova	Gen.	Nº	Prova	Gen.	Nº	Prova	Gen.
1	4X50 E	MAS	13	400 L	MAS	26	1500 L	FEM	37	400 E	MAS
2	4X50 E	FEM	14	400 L	FEM	27	800 L	MAS	38	400 E	FEM
3	1500 L	MAS	15	100 M	MAS	INTERVALO 5 MINUTOS			39	100B	MAS
4	800 L	FEM	16	100 M	FEM	28	50 M	FEM	40	100 B	FEM
INTERVALO 5 MINUTOS			INTERVALO 5 MINUTOS			29	50 M	MAS	41	200 L	MAS
5	50 C	MAS	17	100 C	MAS	30	200 C	FEM	42	200 L	FEM
6	50 C	FEM	18	100 C	FEM	31	200 C	MAS	INTERVALO 5 MINUTOS		
7	200 B	MAS	19	200 E	MAS	32	100 L	FEM	43	50 L	MAS
8	200 B	FEM	20	200 E	FEM	33	100 L	MAS	44	50 L	FEM
9	100 E	MAS	21	50 B	MAS	ENTREGA DE MEDALHAS			45	200 M	MAS
10	100 E	FEM	22	50 B	FEM	34	4X100 L	FEM	46	200 M	FEM
INTERVALO 5 MINUTOS			INTERVALO 5 MINUTOS			35	4X100 L	MAS	ENTREGA DE MEDALHAS		
11	4X200 L	MAS	23	4X100 E	MAS	36	4X100 L	MISTO	47	4X50 L	MAS
12	4X200 L	FEM	24	4X100 E	FEM	ENTREGA DE MEDALHAS			48	4X50 L	FEM
ENTREGA DE MEDALHAS			25	4X100 E	MISTO				ENTREGA DE MEDALHAS		
			ENTREGA DE MEDALHAS								

JORNADA DE APURAMENTO DE CATEGORIAS (INFANTIS)

1 – LOCAL

Piscina Municipal TOMAR

2 – DATA

16 e 17 de novembro 2024

3 – HORÁRIO –

AQUECIMENTO: 7h45/14h00

INÍCIO DA COMPETIÇÃO	MANHÃ	TARDE
16 de novembro	9h00	15h30
17 de novembro	9h00	15h30

4 – PARTICIPAÇÃO

Categorias: **INFANTIS** (As provas decorrem em simultâneo com o Campeonato Distrital de Absolutos).

4.1- Nas provas de **1500L**, **800L**, **400 livres** e **400E** em ambos os géneros, a participação será condicionada pelo número de nadadores ABOLUTOS inscritos para o referido campeonato.

4.2 - Em caso de necessidade de restrição serão considerados os melhores tempos de inscrição.

4.3 - A participação de cada nadador está limitada a um máximo de duas provas (2) individuais e uma (1) colectiva por sessão, até ao máximo de cinco provas (5) individuais no total das sessões.

4.4 - Nas estafetas de 4X50L e 4x50E não é permitido a participação de nadadores infantis.

4.5 - As provas de 50 metros de qualquer técnica e os 100 Estilos não podem ser nadadas por atletas Infantis.

5 – INSCRIÇÕES

07-11-2024

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24.00 horas do dia ~~26/10/2021~~.

6 – CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por prova.

7 – PROGRAMA DE PROVAS

Igual ao do Campeonato Distrital de ABS, salvo as devidas exceções transcritas no ponto 4.

8 – Os nadadores Infantis estão isentos no cumprimento de tempos mínimos nesta jornada de apuramento.