



Federação Portuguesa de Natação

Conselho de Arbitragem

Exmos Senhores

Informamos que no recente Congresso FINA ocorrido em Novembro 2014, foram alteradas 2 (duas) regras no âmbito da Natação Pura - **Sw 6.1 e Sw 7.1**.

Para conhecimento de todos a redação final das duas regras ficou assim:

Sw 6.1 Acrescento à regra atual:

SW 6.1 Prior to the starting signal, the swimmers shall line up in the water facing the starting end, with both hands holding the starting grips. Standing in or on the gutter or bending the toes over the lip of the gutter is prohibited. **When using a backstroke ledge at the start, the toes of both feet must be in contact with the end wall or face of the touchpad. Bending the toes over the top of the touchpad is prohibited.**

SW 6.1 Antes do sinal de partida, os nadadores deverão alinhar dentro de água de face para os blocos de partida, com ambas as mãos nas pegas dos mesmos É proibido apoiar os pés sobre a caleira ou curvar os dedos dos pés na sua borda. **Ao usar a plataforma para a partida de costas, os dedos de ambos os pés devem estar em contacto com a parede final ou com a placa eletrónica. Dobrar os dedos sobre a parte superior da placa eletrónica é proibido.**

Sw 7.1. (nova redação da regra)

SW 7.1 After the start and after each turn, the swimmer may take one arm stroke completely back to the legs during which the swimmer may be submerged. At any time prior to the first Breaststroke kick after the start and after each turn a single butterfly kick is permitted.

SW 7.1 Após a partida e após cada viragem, o nadador poderá fazer uma braçada completa até às pernas durante a qual pode estar submerso. Em qualquer momento antes da primeira pernada de bruços, após a partida, ou após a viragem, é permitida uma pernada de golfinho.

Mais se informa que as novas regras técnicas deverão entrar em vigor 2 (dois) meses depois do Congresso, isto é, **a 29 de Janeiro de 2015.**

Lisboa, 23 de Janeiro de 2015

Carlos Jesus

CNA