



Regulamento de Competições Regionais
2024/2025

Índice

DISPOSIÇÕES GERAIS	2
1. INTRODUÇÃO.....	2
2. PARTICIPAÇÃO.....	2
3. INSCRIÇÕES.....	2
3.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO.....	2
3.2. DATAS LIMITE	3
3.3. TAXAS DE INSCRIÇÃO	3
COMPETIÇÕES	4
1. LOCAL.....	4
2. PRESENÇA NO CAIS DA PISCINA	4
3. CERIMÓNIA ENTREGA DE PRÉMIOS	4
4. ARBITRAGEM	5
4.1. EQUIPA DE ARBITRAGEM	5
4.2. CRONOMETRAGEM.....	5
4.3. LICENCIAMENTO.....	5
5. PARTICIPAÇÕES – TORNEIOS EXTERNOS.....	6
5.1. DESLOCAÇÕES A COMPETIÇÕES NO TERRITÓRIO NACIONAL	6
5.2. DESLOCAÇÕES A COMPETIÇÕES NO ESTRANGEIRO.....	6
6. TORNEIOS DOS CLUBES DA ANMINHO	7
7. PENALIZAÇÕES	7
8. PARTICIPAÇÕES EXTRA-REGULAMENTO.....	7
9. HOMOLOGAÇÃO DE RECORDE NACIONAL.....	7
10. PERIODOS DE AQUECIMENTO.....	8
11. REUNIÃO DE DELEGADOS	8
12. PLANOS DE CONTIGÊNCIA	8
13. CASOS OMISSOS	9
14. REGULAMENTO SOBERANO	9
TORNEIO DE ABERTURA.....	12
CAMPEONATO REGIONAL JUV, JUN E SEM – P25	14
TORREGRI NATAL CADETES	17
TORNEIO NADADOR COMPLETO INFANTIS.....	17
TORNEIO DE INVERNO.....	19
TORNEIO DE ESCOLAS – TÉCNICAS ALTERNADAS	21
TORREGRI PÁSCOA CADETES	23
CAMPEONATO REGIONAL INFANTIS.....	23
CAMPEONATO REGIONAL JUV, JUN E ABS.....	26
TORNEIO TÉCNICAS ALTERNADAS DE CADETES.....	29
TORNEIO DE ESCOLAS – TÉCNICAS SIMULTÂNEAS.....	31
TORNEIO ANMINHO / TORNEIO DE FUNDO.....	33
TORNEIO TÉCNICAS SIMULTÂNEAS DE CADETES	35
TORNEIO DE ESCOLAS – TÉCNICAS COMBINADAS.....	37
TORREGRI DE VERÃO CADETES.....	39
CAMPEONATO REGIONAL INF, JUV, JUN E SEM	41
INFORMAÇÕES e CONTACTOS	44

DISPOSIÇÕES GERAIS

1. INTRODUÇÃO

O presente documento regulamenta todas as competições do âmbito jurisdicional da Associação de Natação do Minho, a ter lugar na época de 2024/2025.

2. PARTICIPAÇÃO

A participação em provas regionais é reservada a atletas filiados em Natação Pura na Federação Portuguesa de Natação (FPN) por intermédio da Associação de Natação do Minho (ANMinho), como individuais ou em representação de um Clube (também ele devidamente acreditado), estando a sua inscrição sujeita às regras e taxas previstas neste regulamento. De acordo com a legislação em vigor e com o Regulamento Geral FPN, só poderão participar nadadores com exame médico válido à data da competição, devidamente inserido e validado no programa FPNsystem. Em caso de incumprimento, as inscrições destes nadadores serão rejeitadas, e ao nadador individual ou clube será aplicada uma multa de **50€**.

Aos restantes atletas, filiados pela FPN ou outra federação reconhecida pela World Aquatics, é permitida a participação nas competições, em regime de extracompetição, sendo oficializados os tempos mas não as classificações. Tal condição também se verificará nas provas de estafetas caso sejam compostas por um ou mais atletas nas condições anteriormente descritas.

NOTA: Os atletas das categorias de CADETES e INFANTIS não poderão utilizar fatos de competição nas Competições Regionais.

3. INSCRIÇÕES

3.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO

As inscrições em todas as competições constantes do calendário regional, serão efetuadas através do ficheiro-convite específico para cada competição na área reservada para o efeito na plataforma do swimrankings (link abaixo).

<https://goo.gl/HH127s>

As inscrições devem ser realizadas por via eletrónica para o correio eletrónico anminho@gmail.com, através do programa informático definido pela FPN para o efeito – Entry Editor ou Team Manager da Splash Software Ltd. O ficheiro-convite deverá vir devidamente preenchido com a informação institucional, estabelecida/definida aquando da filiação.

Do processo de inscrição terá de constar, conforme a filiação realizada:

- Informação dos Nadadores: Nome (sem acentos ou cedilhas), data de nascimento, género, número de licença, provas e respetivos tempos de inscrição;
- Para as inscrições serem consideradas como corretas, no e-mail que as acompanhar terá que constar o nome do (s) técnico (s) assim como o do (s) delegado (s) e dos nadadores suplementares.
- Se um Clube for representado em prova por um delegado diferente do apresentado no ato de inscrição, o mesmo deverá estar filiado na FPN, e apresentar-se com uma credencial devidamente autenticada.
- Os delegados que não constem na informação enviada pelos Clubes ou que não apresentem credencial poderão assistir à reunião de delegados não tendo, no entanto, direito a voto.
- No caso dos nadadores individuais, deverão os mesmos tratar diretamente junto da ANMinho da sua inscrição.

3.2. DATAS LIMITE

As datas limite para as inscrições em cada uma das competições são as constantes do respetivo regulamento específico. Serão ainda aceites as inscrições rececionadas nos serviços da ANMinho até às **24:00 do 3º dia posterior ao final do prazo limite** estipulado no regulamento específico de cada um deles, acompanhado do comprovativo de pagamento de uma penalização correspondente a um agravamento de 10% sobre a respetiva taxa. **Após esse prazo não serão consideradas inscrições.**

3.3. TAXAS DE INSCRIÇÃO

Os valores das taxas de inscrição para as provas organizadas pela ANMinho são:

Tabela 1: Taxas ANMinho

		ANMINHO	OUTROS
Filiação/Renovação do Clube – Taxa Anual		100€	
Inscrições/Renovações	Nadadores	15€	
	Treinadores	15€	
	Dirigentes	15€	
	Delegados	15€	
Seguro Desportivo		3€*	
	Individual	2€	3,5€
Inscrições em Provas	Estafeta	3,5€	7€
	Clube		10€
Inscrição tardia (data posterior à prevista no regulamento)		10% Sobre o global das taxas	
Falta de Comparência	Individual	2,5€	3€
	Estafeta	6€	7,5€
	Clube	100€	100€
Processamento Programa Provas	Clubes	100€	400€

* Seguro Desportivo, âmbito do programa da FPN “Portugal a Nadar”

COMPETIÇÕES

1. LOCAL

O local de realização de cada competição é o constante no calendário regional 2024/2025. Em caso de alteração, os clubes serão informados com uma antecedência mínima de 22 dias.

2. PRESENÇA NO CAIS DA PISCINA

O número de Delegados de Clubes permitidos em qualquer prova terá em conta o n.º de atletas inscritos, segundo tabela:

⇒ de 1 a 20 nadadores inscritos – 1 Delegado

⇒ Mais de 20 nadadores inscritos - 2 Delegados

Apenas é permitido ao Delegado do Clube questionar o Delegado da Associação e o Juiz Árbitro da competição, estando vedado o contacto, sem autorização, de qualquer outro elemento à prova, designadamente o secretariado.

O não cumprimento desta norma, implica, em caso reiterado, na aplicação de uma multa de **€ 50,00** ao respetivo Clube, mediante a elaboração de auto de ocorrência, por parte do Delegado da Associação à prova. Por este motivo torna-se obrigatório aquando da inscrição na competição, nomear/comunicar à ANMinho, o Delegado e Técnicos designados para representar o clube e seus atletas (sendo que apenas serão considerados agentes devidamente filiados). A eventual alteração destes elementos deverá ser comunicada em tempo útil, e/ou em última instância em reunião de delegados, anterior à competição (considerando-se apenas motivos de força maior).

Quando o Juiz Árbitro ou Delegado da ANMinho entender que determinado agente desportivo estiver a causar perturbação ao normal desenrolar da prova, chamará primeiro a atenção àquele, e no caso de o mesmo insistir no seu propósito, será o Delegado do respetivo Clube alertado para o facto. Se mesmo assim tal situação irregular se mantiver, o Delegado da ANMinho deverá elaborar auto de ocorrência, sendo então aplicada uma multa de **€ 50,00** ao Clube prevaricador.

3. CERIMÓNIA ENTREGA DE PRÉMIOS

Para a cerimónia de entrega de prémios, o Clube é responsável pelo envio do nadador atempadamente em conformidade com os regulamentos ou por solicitação da organização.

O nadador deverá usar calções adequados, com camisola do clube que representa. Aquando da entrega da medalha ou troféu o nadador não poderá ter mais medalhas ao peito. Os participantes nas Competições devem-se apresentar corretamente vestidos e identificados com as insígnias da entidade que representam.

4. ARBITRAGEM

4.1. EQUIPA DE ARBITRAGEM

Para todas as competições organizadas pela ANMinho, serão constituídas equipas de arbitragem sob a responsabilidade do Conselho Regional de Arbitragem da ANMinho. Excetuam-se desta condição todos os Torneios de Escolas (Técnicas Alternadas, Simultâneas e Combinadas).

4.2. CRONOMETRAGEM

Todas as competições organizadas pela ANMinho terão cronometragem manual.

Os resultados serão publicados na plataforma virtual “Calendar”, disponibilizada pelos servidores Swimrankings, sendo igualmente disponibilizados, por opção dos Clubes, em suporte informático no final de cada sessão/jornada. Para tal, os Clubes devem estar munidos de um dispositivo USB.

4.3. LICENCIAMENTO

Os praticantes licenciados em natação pura pela Federação Portuguesa de Natação são agrupados, em ambos os sexos, nas seguintes categorias:

Tabela 2: Categorias e Escalões Etários

Categorias	G. Etário	MASC	FEM
Escola de Natação		Sem Limite de Idade	
Formação Desportiva		2016 e (+) novos	2017 e (+) novas
Cadetes C		(9 anos e mais novos)	(8 anos e mais novas)
Cadetes	Cadetes B	2014/2015	2015/2016
	Cadetes A	2013	2014
Infantis	Infantis B	2012	2013
	Infantis A	2011	2012
Juvenis	Juvenis B	2010	2011
	Juvenis A	2009	2010
Juniões	Júnior 1	2008	2009
	Júnior 2	2007	2008
	Júnior 3	---	2007
Seniores		2006 e (+) velhos	2006 e (+) velhas
Masters		2000 e (+) velhos	2000 e (+) velhas

5. PARTICIPAÇÕES – TORNEIOS EXTERNOS

Pelo interesse que assume para a natação regional a presença de atletas em provas de reconhecida importância, a Direção da ANMinho autoriza os clubes a participar em todos os Meeting's Internacionais organizados pelas congéneres nacionais na presente época.

Todas as restantes participações em competições extra ANMinho estão sujeitas à autorização desta Associação, devendo o respetivo pedido dar entrada na sede da ANMinho cumprindo os pressupostos dos pontos seguintes.

5.1. DESLOCAÇÕES A COMPETIÇÕES NO TERRITÓRIO NACIONAL

De acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, Secção V, artigo 144º:

- i. Os praticantes que pretendam participar em competições fora da área da sua associação, devem pedir autorização a esta, com a antecedência mínima de 10 (dez) dias em relação à data da competição.
- ii. Esta autorização só poderá ser concedida para competições oficiais, e constar de decisão expressa da associação, que a mesma dará conhecimento à FPN.
- iii. Excetua-se do disposto no número anterior a participação em competições organizadas pela F.P.N. ou torneios inter - associações constantes do Calendário Oficial.

5.2. DESLOCAÇÕES A COMPETIÇÕES NO ESTRANGEIRO

De acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, Secção V, artigo 146º:

- i. Qualquer praticante, Clube, ou Seleção Distrital/Regional, que pretenda deslocar-se ao estrangeiro deve solicitar previamente à FPN, através da sua Associação, autorização escrita para tal, com, pelo menos, 20 (vinte) dias de antecedência em relação à data da competição, instruindo o pedido com o regulamento da competição em causa.
- ii. No caso de Clubes ou Seleções, a solicitação deverá ser acompanhada de lista nominativa de participantes.
- iii. No prazo máximo de 5 (cinco) dias após a realização desta prova, deverá enviar à FPN os resultados completos das competições em que participou.
- iv. Quando nos resultados das competições de estafetas não forem incluídos os nomes de todos os nadadores, deverá o Clube Desportivo anexar a constituição das suas equipas.
- v. O incumprimento do disposto nos números anteriores implica a não homologação dos resultados obtidos.

6. TORNEIOS DOS CLUBES DA ANMINHO

A organização dos torneios dos clubes é da sua inteira responsabilidade, incluindo os encargos com a arbitragem e com o processamento informático do respetivo programa. Contando com a colaboração da ANMinho, para que o processamento informático do programa possa efetuar-se em tempo útil, as inscrições devem ser entregues pelo clube organizador na sede da ANMinho até 5 (cinco) dias úteis antes do início do torneio a que respeitam.

7. PENALIZAÇÕES

A falta de comparência de clubes ou atletas a provas em que se encontrem inscritos está sujeita a **sanções monetárias** devidamente expressas no ponto III do Anexo I do Regulamento Interno da ANMinho, referente ao artº 41º do mesmo regulamento. Ressalvando para o efeito a isenção do ponto anterior o escalão de cadetes.

8. PARTICIPAÇÕES EXTRA-REGULAMENTO

São aceites inscrições de nadadores extra regulamento de provas nas competições do calendário regional da ANMinho, até à data limite prevista, sendo que as mesmas serão depois selecionadas em função do número de pistas vagas na distribuição das séries para cada prova. Serão selecionadas as melhores inscrições com prioridade para os nadadores da ANMinho. As inscrições extracompetição estão condicionadas ao número de provas em que os nadadores estão inscritos nas diferentes competições, não podendo em qualquer circunstância o conjunto de provas extra e não extra ultrapassar o número máximo de participações especificadas nos regulamentos de cada competição.

Em circunstâncias especiais devidamente autorizadas pela direção da ANMinho poderão ser constituídas novas séries nos diversos torneios ou campeonatos regionais com nadadores extra-competição.

9. HOMOLOGAÇÃO DE RECORDE NACIONAL

Para homologação de tempos recordes nacionais em todas as competições regionais será necessário constituir uma **equipa de arbitragem específica** e por essa razão há a necessidade de informação prévia por parte dos clubes das tentativas que os atletas pretendam realizar.

Assim, o tempo de qualquer atleta em competições regionais da ANMinho só será homologado como recorde nacional se a intenção da obtenção desse resultado for comunicada à ANMinho dentro do prazo estipulado para as inscrições no respetivo torneio ou campeonato regional.

10. PERÍODOS DE AQUECIMENTO

Os períodos de aquecimento em vigor para a época 2024/2025 são os apresentados na tabela 3. Contudo, qualquer distribuição dos clubes no período de aquecimento poderá ser alterada, caso a organização da prova e/ou o número de clubes e atletas inscritos assim o exija.

Turnos de 35' de aquecimento na água + 15' aquecimento fora d'água. (últimos 10' de cada turno de aquecimento com pistas reservadas aos SPRINT'S) (piscinas com 8 pistas, SPRINT'S nas pistas 1 e 8, outras piscinas SPRINT'S na pista 5 ou 6).

Tabela 3: Períodos de Aquecimento

Piscinas	Períodos de Aquecimento
Barcelos	1º EDL, AMAMB, SCB 2º ADPB, EDV, VNC, SCCAM
Braga	1º EDL, AMAMB, SCB 2º ADPB, EDV, VNC, SCCAM
Ponte da Barca	1º ADPB, EDV, VNC, EDL, AMAMB 2º SCB, SCCAM
Ponte de Lima	1º ADPB, EDV, VNC, EDL 2º AMAMB, SCB, SCCAM
Vila Praia de Âncora	1º EDV, VNC, SCCAM, EDL 2º ADPB, AMAMB, SCB
Viana do Castelo	1º EDV, VNC, SCCAM, EDL 2º ADPB, AMAMB, SCB

NOTA: Nas piscinas com menos de 8 pistas, os clubes deverão utilizar o máximo de 2 pistas para efetuarem os aquecimentos, sendo eventualmente necessário a partilha de pistas por parte dos clubes. Não deverão ser utilizadas mais do que 3 pistas por um só clube, nas piscinas de Braga, Arcos, Ponte da Barca, Barcelos e Vila Praia de Âncora. Poderão ser utilizados mais espaços do que os estipulados desde que não estejam a ser utilizados. Esta distribuição não poderá, no entanto, substituir em definitivo a tolerância e o espírito de entreajuda e entendimento dos técnicos relativamente a esta matéria tendo em conta os atrasos e imprevistos que por vezes surgem, tanto na deslocação dos atletas como no horário previsto de abertura das piscinas ou em outras eventualidades.

11. REUNIÃO DE DELEGADOS

As reuniões de delegados terão lugar 30 minutos antes do início de cada sessão, salvo se o regulamento específico da competição indicar uma outra forma.

12. PLANOS DE CONTIGÊNCIA

Todas as competições terão o seu Plano de Contingência específico que será divulgado a todos os clubes inscritos na competição e cujas normas terão de ser rigorosamente cumpridas por todos os agentes desportivos envolvidos.

13. CASOS OMISSOS

Serão resolvidos pela Direção da ANMinho, de acordo com os regulamentos nacionais em vigor.

14. REGULAMENTO SOBERANO

Todas as competições realizadas no âmbito da ANMinho, cumprem as disposições do regulamento da FPN.

X EUROPEAN POLICE AND FIRE GAME

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho

LOCAL: Piscina Municipal da Rodovia (8x25m)

DATA: 11 a 13 de Outubro de 2024

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª Jornada Sexta, 11 OUT 2024	2ª Jornada Sábado, 12 OUT 2024	3ª Jornada Domingo, 13 OUT 2024
1ª Sessão	1ª Sessão	1ª Sessão
Abertura da Piscina – 08H00	Abertura da Piscina – 08H00	Abertura da Piscina – 08H00
Reunião Técnica – 08H30	Reunião Técnica – 08H30	Reunião Técnica – 08H30
Período de Aquecimento – 08h30-09h20	Período de Aquecimento – 08h30-09h20	Período de Aquecimento – 08h30-09h20
Início da Competição – 09h30	Início da Competição – 09h30	Início da Competição – 09h30

2. REUNIÃO TÉCNICA

A reunião técnica terá lugar durante o período de aquecimento. Será o local onde serão respondidas todas as questões e dúvidas relativas à competição e, também, o local onde serão entregues as inscrições de última hora.

3. CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação por grupo de idade e género em todas as provas do programa, estafetas incluídas.

4. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA			2ª JORNADA			3ª JORNADA		
Sexta, 11 OUT 2024			Sábado, 12 OUT 2024			Domingo, 13 OUT 2024		
4x50m	Estilos	Masc	4x50m	Estilos	Misto	4x50m	Livres	Fem
4x50m	Estilos	Fem	400m	Livres	Misto	4x50m	Livres	Masc
1500m	Livres	Masc	50m	Costas	Fem	800m	Livres	Fem
10' INTERVALO			50m	Costas	Masc	10' INTERVALO		
200m	Costas	Fem	200m	Mariposa	Fem	100m	Costas	Masc
200m	Costas	Masc	200m	Mariposa	Masc	100m	Costas	Fem
50m	Mariposa	Fem	10' INTERVALO			50m	Bruços	Masc
50m	Mariposa	Masc	100m	Livres	Fem	50m	Bruços	Fem
100m	Bruços	Fem	100m	Livres	Masc	100m	Mariposa	Masc
100m	Bruços	Masc	200m	Bruços	Fem	100m	Mariposa	Fem
50m	Livres	Fem	200m	Bruços	Masc	200m	Livres	Masc
50m	Livres	Masc	400m	Estilos	Misto	200m	Livres	Fem
200m	Estilos	Fem	10' INTERVALO			10' INTERVALO		
200m	Estilos	Masc	4x50m	Estilos	Misto	4x100m	Livres	Misto
10' INTERVALO								
4x100m	Livres	Fem						
4x100m	Livres	Masc						

TORNEIO DE ABERTURA

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho

LOCAL: Piscina Municipal de Barcelos (8x25m)

DATA: 19 e 20 de Outubro de 2024

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª JORNADA Sábado 19 OUT 2024		2ª JORNADA Domingo 20 OUT 2024	
1ª Sessão		1ª Sessão	
Abertura da Piscina – 13H30		Abertura da Piscina – 07H30	
Início do Aquecimento – 14H00		Início do Aquecimento – 08H00	
Início da Competição – 15H30		Início da Competição – 09H30	

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos pertencentes às categorias:

- ❖ SENIORES, JUNIORES, JUVENIS e INFANTIS.

Cada nadador poderá participar no total de **4 provas individuais**, num máximo de 2 provas por Jornada. Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição (piscina de 25m ou convertidos).

3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail através do ficheiro lxf. Até às 16h00 do dia **08 de OUTUBRO (terça-feira).**

4. CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual por categoria, grupo de idade e género.

5. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA			
Sábado 19 OUT 2024			
1ª Prova	400m	Livres	Fem.
2ª Prova	200m	Livres	Masc.
3ª Prova	100m	Bruços	Fem.
4ª Prova	100m	Mariposa	Masc.
5ª Prova	200m	Estilos	Fem.
6ª Prova	200m	Costas	Masc.
7ª Prova	100m	Costas	Fem.
8ª Prova	50m	Livres	Masc.
9ª Prova	50m	Mariposa	Fem.
INTERVALO 10'			
10ª Prova	100m	Estilos	Masc.
11ª Prova	200m	Mariposa	Fem.
12ª Prova	200m	Bruços	Masc.
13ª Prova	100m	Livres	Fem.
14ª Prova	50m	Costas	Masc.
15ª Prova	50m	Bruços	Fem.

2ª JORNADA			
Domingo 20 OUT 2024			
16ª Prova	400m	Livres	Masc.
17ª Prova	200m	Livres	Fem.
18ª Prova	100m	Bruços	Masc.
19ª Prova	100m	Mariposa	Fem.
20ª Prova	200m	Estilos	Masc.
21ª Prova	200m	Costas	Fem.
22ª Prova	100m	Costas	Masc.
23ª Prova	50m	Livres	Fem.
24ª Prova	50m	Mariposa	Masc.
INTERVALO 10'			
25ª Prova	100 m	Estilos	Fem.
26ª Prova	200m	Mariposa	Masc.
27ª Prova	200m	Bruços	Fem.
28ª Prova	100m	Livres	Masc.
29ª Prova	50m	Costas	Fem.
30ª Prova	50m	Bruços	Masc.

CAMPEONATO REGIONAL JUV, JUN E SEN – P25

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho

LOCAL: Piscina Municipal da Rodovia (8x25m)

DATA: 22 a 24 de Novembro de 2024

5. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª JORNADA Sexta, 22 NOV 2024	2ª JORNADA Sábado, 23 NOV 2024	3ª JORNADA Domingo, 24 NOV 2024
1ª Sessão	1ª Sessão	1ª Sessão
Abertura da Piscina – 16H00	Abertura da Piscina – 07H30	Abertura da Piscina – 07H30
Início do Aquecimento – 16H30	Início do Aquecimento – 08H00	Início do Aquecimento – 08H00
Início da Competição – 18H00	Início da Competição – 09H30	Início da Competição – 09H30
	2ª Sessão	
	Abertura da Piscina – 13H30	
	Início do Aquecimento – 14H00	
	Início da Competição – 15H30	

6. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos pertencentes às categorias:

- ❖ SENIORES, JUNIORES, JUVENIS
- ❖ INFANTIS
- ❖ NATAÇÃO ADAPTADA.

Os nadadores SENIORES e JUNIORES só poderão ser inscritos e participar no máximo de **6 provas individuais**, mais as estafetas, no conjunto das 3 Jornadas. O limite para a participação nas provas ao longo das 3 Jornadas para os nadadores JUVENIS, INFANTIS e NATAÇÃO ADAPTADA é de **5 provas individuais**, mais as estafetas.

Cada clube só poderá inscrever em cada prova uma equipa de estafetas por categoria (júnior e sénior), por grupo etário (Juvenil A e Juvenil B) e género. As restantes serão consideradas extracompetição. A indicação da constituição das estafetas deverá ser entregue na mesa do júri antes do início de cada sessão.

Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.

7. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail através do ficheiro lxf. até às 16h00 do dia **12 de NOVEMBRO (terça-feira)**.

8. CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação separa por prova, categoria, escalão etário e género.

9. PRÉMIOS

Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada prova nos escalões e classes desportivas da NATAÇÃO ADAPTADA, e nas categorias JUNIORES e SENIORES (estas categorias não serão premiadas nas estafetas mistas 4x100m Livres e 4x100m Estilos). Também serão premiados os três (3) primeiros classificados de cada prova dos grupos etários de JUVENIS A e JUVENIS B (estes grupos etários não serão premiados nas provas de 4x50m Estilos e 4x50m Livres). No que concerne ao escalão de INFANTIS, os resultados serão oficiais, mas não serão atribuídos prémios.

10. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA				2ª JORNADA			
Sexta, 22 NOV 2024				Sábado, 23 NOV 2024 – 1ª Sessão			
1ª Prova	800m	Livres	Masc	11ª Prova	4x50m	Estilos	Masc
2ª Prova	800m	Livres	Fem	12ª Prova	4x50m	Estilos	Fem
3ª Prova	50m	Mariposa	Masc	13ª Prova	400m	Estilos	Masc
4ª Prova	50m	Mariposa	Fem	14ª Prova	400m	Estilos	Fem
5ª Prova	100m	Bruços	Masc	15ª Prova	200m	Livres	Masc
6ª Prova	100m	Bruços	Fem	16ª Prova	200m	Livres	Fem
7ª Prova	50m	Costas	Masc	17ª Prova	50m	Bruços	Masc
8ª Prova	50m	Costas	Fem.	18ª Prova	50m	Bruços	Fem
ENTREGA DE MEDALHAS				19ª Prova	200m	Costas	Masc
9ª Prova	4x200m	Livres	Masc	20ª Prova	200m	Costas	Fem
10ª Prova	4x200m	Livres	Fem	ENTREGA DE MEDALHAS			
				21ª Prova	4x100m	Livres	Masc
				22ª Prova	4x100m	Livres	Fem

2ª JORNADA			
Sábado, 23 NOV 2024 – 2ª Sessão			
23ª Prova	4x100m	Livres	Misto
24ª Prova	100m	Mariposa	Fem
25ª Prova	100m	Mariposa	Masc
26ª Prova	200m	Bruços	Fem
27ª Prova	200m	Bruços	Masc
28ª Prova	50m	Livres	Fem
29ª Prova	50m	Livres	Masc
ENTREGA DE MEDALHAS			
30ª Prova	100m	Costas	Fem
31ª Prova	100m	Costas	Masc
32ª Prova	1500m	Livres	Fem
33ª Prova	1500m	Livres	Masc
34ª Prova	100m	Estilos	Fem
35ª Prova	100m	Estilos	Masc
ENTREGA DE MEDALHAS			
36ª Prova	4x100m	Estilos	Misto

3ª JORNADA			
Domingo, 24 NOV 2024			
37ª Prova	4x50m	Livres	Fem
38ª Prova	4x50m	Livres	Masc
39ª Prova	200m	Estilos	Fem
40ª Prova	200m	Estilos	Masc
41ª Prova	400m	Livres	Fem
42ª Prova	400m	Livres	Masc
ENTREGA DE MEDALHAS			
43ª Prova	200m	Mariposa	Fem
44ª Prova	200m	Mariposa	Masc
45ª Prova	100m	Livres	Fem
46ª Prova	100m	Livres	Masc
ENTREGA DE MEDALHAS			
47ª Prova	4x100m	Estilos	Fem
48ª Prova	4x100m	Estilos	Masc
ENTREGA DE MEDALHAS			

TORREGRI NATAL CADETES

TORNEIO NADADOR COMPLETO INFANTIS

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho

LOCAL: Piscina Municipal de Barcelos (8x25m)

DATA: 14 e 15 de Dezembro de 2024

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª JORNADA Sábado 14 DEZ 2024		2ª JORNADA Domingo 15 DEZ 2024	
1ª Sessão		1ª Sessão	
Abertura da Piscina – 13H30		Abertura da Piscina – 07H30	
Início do Aquecimento – 14H00		Início do Aquecimento – 08H00	
Início da Competição – 15H30		Início da Competição – 09H30	

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos pertencentes às categorias:

- ❖ INFANTIS A e B
- ❖ CADETES A e B.

Os nadadores INFANTIS (A e B) poderão ser inscritos em qualquer prova ou provas do programa, destinadas à sua categoria. Contudo, para se poderem classificar para o **Torneio do Nadador Completo** terão de participar obrigatoriamente em todas as provas do programa para a respetiva categoria.

No caso dos CADETES (A e B), cada nadador só poderá ser inscrito e participar no máximo de **2 provas individuais** por Jornada, mais as estafetas. O clube poderá inscrever um número ilimitado de estafetas que devem obrigatoriamente ser designadas por 1, 2, 3, etc. Apenas a equipa designada por 1 contará para a classificação.

Nas provas combinadas (2 técnicas) os nadadores têm de percorrer metade da distância em cada técnica (25m seguidos), iniciando a prova pela ordem das técnicas discriminadas no programa de provas deste regulamento específico.

3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail através do ficheiro lxf. até às 16h00 do dia **03 de DEZEMBRO (terça-feira)**.

4. CLASSIFICAÇÕES

As classificações serão separadas por grupo etário e género.

No caso dos nadadores INFANTIS A e B, haverá uma classificação agrupada e apurada em função do somatório dos pontos obtidos por cada nadador segundo a tabela World Aquatics em vigor, no conjunto de todas as provas do respetivo torneio. A falta ou desqualificação do nadador em qualquer uma das provas do programa implicará o seu afastamento imediato da classificação do Torneio, contudo poderá continuar a sua participação. Em caso de empate entre nadadores do mesmo grupo etário/género, proceder-se-á ao desempate em função dos 1ºs lugares obtidos, e assim sucessivamente até se encontrar o vencedor.

5. PRÉMIOS

Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados do **Torneio de Nadador Completo**, de cada grupo etário/género.

6. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA				
Sábado 14 DEZ 2024				
1ª Prova	4x50m	Livres	Fem	CAD A
2ª Prova	4x50m	Estilos ⁽¹⁾	Masc	CAD A
3ª Prova	100m	Livres	Fem	CAD B
4ª Prova	200m	Livres	Fem	CAD A
5ª Prova	400m	Livres	Fem	INF
6ª Prova	50m	Mar/Cos	Masc	CAD B
7ª Prova	100m	Mariposa	Masc	CAD A/INF
INTERVALO 10'				
8ª Prova	50m	Cos/Bru	Masc	CAD B
9ª Prova	100m	Estilos	Masc	CAD A
10ª Prova	200m	Estilos	Masc	INF
11ª Prova	50m	Bru/Crol	Fem	CAD B
12ª Prova	100m	Bruços	Fem	CAD A/INF
13ª Prova	50m	Livres	Masc	CAD B
14ª Prova	100m	Costas	Masc	CAD A/INF
15ª Prova	100m	Livres	Fem	INF
16ª Prova	4x25m	Livres	Fem	CAD B
17ª Prova	4x25m	Estilos	Masc	CAD B

2ª JORNADA				
Domingo 15 DEZ 2025				
18ª Prova	4x50m	Livres	Masc	CAD A
19ª Prova	4x50m	Estilos ⁽¹⁾	Fem	CAD A
20ª Prova	100m	Livres	Masc	CAD B
21ª Prova	200m	Livres	Masc	CAD A
22ª Prova	400m	Livres	Masc	INF
23ª Prova	50m	Mar/Cos	Fem	CAD B
24ª Prova	100m	Mariposa	Fem	CAD A/INF
INTERVALO 10'				
25ª Prova	50m	Cos/Bru	Fem	CAD B
26ª Prova	100m	Estilos	Fem	CAD A
27ª Prova	200m	Estilos	Fem	INF
28ª Prova	50m	Bru/Crol	Masc	CAD B
29ª Prova	100m	Bruços	Masc	CAD A/INF
30ª Prova	50m	Livres	Fem	CAD B
31ª Prova	100m	Costas	Fem	CAD A/INF
32ª Prova	100m	Livres	Masc	INF
33ª Prova	4x25m	Livres	Masc	CAD B
34ª Prova	4x25m	Estilos	Fem	CAD B

⁽¹⁾ Nas provas de 4x50 Estilos, os 1º e 2º elementos de cada equipa nadam 25m Mar + 25m Cos e os 3º e 4º elementos nadam 25m Bru + 25m Crol.

TORNEIO DE INVERNO

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho

LOCAL: Piscina Municipal de Ponte da Barca (8x25m)

DATA: 11 e 12 de Janeiro de 2025

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª JORNADA Sábado 11 JAN 2025	2ª JORNADA Domingo 12 JAN 2025
1ª Sessão	1ª Sessão
Abertura da Piscina – 13H30	Abertura da Piscina – 07H30
Início do Aquecimento – 14H00	Início do Aquecimento – 08H00
Início da Competição – 15H30	Início da Competição – 09H30

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos pertencentes às categorias:

- ❖ SENIORES, JUNIORES, JUVENIS e INFANTIS.

Cada nadador só poderá participar num total de **4 provas individuais**, sendo 2 provas em cada jornada. Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.

3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail através do ficheiro lxf. Até às 16h00 do dia **02 de Janeiro (quinta-feira)**.

4. CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual de categoria, grupo de idade e género.

5. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA			
Sábado, 11 JAN 2025			
1ª Prova	400m	Estilos	Masc
2ª Prova	200m	Estilos	Fem
3ª Prova	200m	Mariposa	Masc
4ª Prova	100m	Mariposa	Masc
5ª Prova	400m	Livres	Fem
6ª Prova	100m	Livres	Fem
7ª Prova	200m	Livres	Masc
8ª Prova	50m	Mariposa	Fem
9ª Prova	50m	Bruços	Masc
INTERVALO 10'			
10ª Prova	200m	Costas	Masc
11ª Prova	100m	Costas	Masc
12ª Prova	200m	Bruços	Fem
13ª Prova	100m	Bruços	Fem
14ª Prova	50m	Livres	Masc
15ª Prova	50m	Costas	Fem

2ª JORNADA			
Domingo, 12 JAN 2024			
16ª Prova	400m	Estilos	Fem
17ª Prova	200m	Estilos	Masc
18ª Prova	200m	Mariposa	Fem
19ª Prova	100m	Mariposa	Fem
20ª Prova	400m	Livres	Masc
21ª Prova	100m	Livres	Masc
22ª Prova	200m	Livres	Fem
23ª Prova	50m	Mariposa	Masc
24ª Prova	50m	Bruços	Fem
INTERVALO 10'			
25ª Prova	200m	Costas	Fem
26ª Prova	100m	Costas	Fem
27ª Prova	200m	Bruços	Masc
28ª Prova	100m	Bruços	Masc
29ª Prova	50m	Livres	Fem
30ª Prova	50m	Costas	Masc

TORNEIO DE ESCOLAS – TÉCNICAS ALTERNADAS

ORGANIZAÇÃO: Clubes da ANMinho

LOCAL: Piscina Municipal de Frederico Pinheiro (5x25m)

DATA: 08 de Fevereiro de 2025

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

JORNADA ÚNICA Sábado 08 FEV 2025
Abertura da Piscina – 14h00
Início do Aquecimento – 14H30
Início da Competição – 15H30

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos federados pertencentes às categorias:

- ❖ GRUPOS DE FORMAÇÃO DESPORTIVA – CADETES C e ESCOLAS DE NATAÇÃO.

Cada nadador só poderá ser inscrito e participar no máximo de **3 provas individuais** ao longo da jornada, mais as estafetas. Não há limite de inscrição de atletas por clube/escola de natação.

Cada clube/escola de natação convidado só poderá inscrever **3 equipas por prova de estafetas**. As equipas de estafetas são obrigatoriamente mistas, bastando para isso ter um elemento do sexo oposto.

3. INSCRIÇÕES

O prazo de inscrição será definido pelo clube ou entidade organizador(a) e previamente comunicado aos clubes/ escolas de natação.

4. ORGANIZAÇÃO

O Torneio de Escolas não terá arbitragem, no entanto caberá ao clube organizador a responsabilidade de constituir um corpo de cronometristas para registo de tempos e futuro tratamento dos mesmos.

Em cada prova os atletas serão agrupados nas séries, sempre que possível, pelo ano de nascimento.

Não haverá qualquer tipo de classificação, quer individual, quer coletiva, nem serão afixados durante a prova qualquer tipo de resultados.

Nas Provas nº 3 e 4 os atletas devem usar prancha e a partida é efetuada dentro de água. As Provas nº 11 e 12 serão efetuadas sem prancha.

5. PROGRAMA DE PROVAS

JORNADA ÚNICA			
Sábado 08 FEV 2025			
1ª Prova	4x25m	Livres	Mistos
2ª Prova	4x25m	Costas	Mistos
3ª Prova	25m	Pr. Livres	Femininos
4ª Prova	25m	Pr. Livres	Masculinos
5ª Prova	25m	Livres	Femininos
6ª Prova	25m	Livres	Masculinos
7ª Prova	50m	Costas	Femininos
8ª Prova	50m	Costas	Masculinos
INTERVALO 10'			
9ª Prova	4x50m	Livres	Mistos
10ª Prova	4x50m	Costas	Mistos
11ª Prova	25m	Pr. Costas	Femininos
12ª Prova	25m	Pr. Costas	Masculinos
13ª Prova	25m	Costas	Femininos
14ª Prova	25m	Costas	Masculinos
15ª Prova	50m	Livres	Femininos
16ª Prova	50m	Livres	Masculinos

(*) Os programas de cada Torneio devem incluir todas estas provas. Contudo, a sua organização deverá corresponder da melhor maneira às necessidades de cada entidade responsável, podendo acrescentar outras provas e/ou alterar a ordem das mesmas.

TORREGRI PÁSCOA CADETES

CAMPEONATO REGIONAL INFANTIS

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho

LOCAL: Piscina Municipal de Ponte da Barca (8x25m)

DATA: 07 a 09 de Março de 2025

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª JORNADA Sexta, 07 MAR 2025	2ª JORNADA Sábado, 08 MAR 2025	3ª JORNADA Domingo, 09 MAR 2025
1ª Sessão	1ª Sessão	1ª Sessão
Abertura da Piscina – 16H00	Abertura da Piscina – 13H30	Abertura da Piscina – 07H30
Início do Aquecimento – 16H30	Início do Aquecimento – 14H00	Início do Aquecimento – 08H00
Início da Competição – 18H00	Início da Competição – 15H30	Início da Competição – 09H30

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos pertencentes às categorias:

- ❖ INFANTIS A e B
- ❖ CADETES A e B e C.

No escalão INFANTIS, cada nadador só poderá participar no máximo em **4 provas individuais** ao longo das três jornadas, mais as estafetas. Os nadadores terão de se inscrever e participar obrigatoriamente em 4 provas individuais combinadas do programa (400 Livres, 200 Estilos, 200 metros de uma técnica e 100 de outra técnica diferente da escolhida aos 200 metros) para se poderem classificar no “Nadador Mais Completo de Infantis”. Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de estafetas por género, as quais obrigatoriamente devem ser designadas por 1, 2, 3 etc. A indicação da constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue na mesa do júri antes do início de cada sessão.

No escalão CADETES, cada nadador poderá participar em **2 provas individuais** por sessão, mais as estafetas.

Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.

3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail através do ficheiro lxf. até às 16h00 do dia **25 de FEVEREIRO (terça-feira)**.

4. CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação em cada prova por grupo etário e género. Nas provas de estafetas a classificação não terá separação por grupo etário.

Haverá uma classificação do “Nadador Mais Completo de Infantis”, apenas para os nadadores que optem por nadar 4 provas combinadas do programa (400 Livres, 200 Estilos, 200 metros de uma técnica e 100 de outra técnica diferente da escolhida aos 200 metros). A classificação final individual nesta classificação combinada é atribuída em função do somatório da pontuação Rudolph (tabela Rudolph em vigor à data da competição). Em caso de empate entre dois ou mais nadadores, o desempate será efetuado em função do tempo na prova dos 200 Estilos. Caso o empate persista, utilizar-se-á o tempo na prova de 400 Livres.

5. PRÉMIOS

Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada prova dos escalões INFANTIL A e INFANTIL B, bem como a entrega de prémio aos três primeiros classificados do “Nadador Mais Completo de Infantis” de cada escalão e género. Nas provas de estafetas, irão ser atribuídos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada género e nas estafetas mistas.

6. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA				
Sexta, 07 MAR 2025				
1ª Prova	4x50	Estilos	Misto	INF
2ª Prova	200m	Costas	Fem	INF
3ª Prova	200m	Costas	Masc	INF
4ª Prova	200m	Bruços	Fem	INF
5ª Prova	200m	Bruços	Masc	INF
6ª Prova	200m	Mariposa	Fem	INF
7ª Prova	200m	Mariposa	Masc	INF
8ª Prova	200m	Livres	Fem	INF
9ª Prova	200m	Livres	Fem	INF
ENTREGA DE MEDALHAS				
10ª Prova	4x50m	Livres	Misto	INF

2ª JORNADA				
Sábado 08 MAR 2025				
11ª Prova	4x50m	Livres	Fem	CAD B/ INF
12ª Prova	4x50m	Estilos ⁽¹⁾	Masc	CAD B
13ª Prova	4x100m	Estilos ⁽²⁾	Fem	CAD A
14ª Prova	4x100m	Livres	Masc	CAD A
15ª Prova	100m	Estilos	Fem	CAD B
16ª Prova	200m	Livres	Masc	CAD B
17ª Prova	200m	Estilos	Fem	CAD A/ INF
18ª Prova	400m	Livres	Masc	CAD A/ INF
ENTREGA DE MEDALHAS				
19ª Prova	50m	Bruços	Fem	CAD B
20ª Prova	50m	Costas	Masc	CAD B
21ª Prova	100m	Bruços	Fem	CAD A/ INF
22ª Prova	100m	Mariposa	Masc	CAD A/ INF
23ª Prova	50m	Livres	Fem	CAD B
24ª Prova	50m	Mariposa	Masc	CAD B
25ª Prova	100m	Livres	Fem	CAD A/ INF
26ª Prova	100m	Costas	Masc	CAD A/ INF
27ª Prova	4x50m	Estilos	Fem	INF
ENTREGA DE MEDALHAS				

3ª JORNADA				
Domingo 09 MAR 2025				
28ª Prova	4x50m	Livres	Masc	CAD B/ INF
29ª Prova	4x50m	Estilos ⁽¹⁾	Fem	CAD B
30ª Prova	4x100m	Estilos ⁽²⁾	Masc	CAD A
31ª Prova	4x100m	Livres	Fem	CAD A
32ª Prova	100m	Estilos	Masc	CAD B
33ª Prova	200m	Livres	Fem	CAD B
34ª Prova	200m	Estilos	Masc	CAD A/ INF
35ª Prova	400m	Livres	Fem	CAD A/ INF
ENTREGA DE MEDALHAS				
36ª Prova	50m	Bruços	Masc	CAD B
37ª Prova	50m	Costas	Fem	CAD B
38ª Prova	100m	Bruços	Masc	CAD A/ INF
39ª Prova	100m	Mariposa	Fem	CAD A/ INF
40ª Prova	50m	Livres	Masc	CAD B
41ª Prova	50m	Mariposa	Fem	CAD B
42ª Prova	100m	Livres	Masc	CAD A/ INF
43ª Prova	100m	Costas	Fem	CAD A/ INF
44ª Prova	4x50m	Estilos	Masc	INF
ENTREGA DE MEDALHAS				

(1) 4x50m Estilos CAD B: 1º e 2º elemento nadam 25m Mariposa + 25m Costas, 3º e 4º elementos nadam 25m Bruços + 25m Crol

(2) 4x100m Estilos CAD A: Cada elemento da estafeta nada 100m Estilos

CAMPEONATO REGIONAL JUV, JUN E ABS

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho

LOCAL: Piscina Municipal da Rodovia (8x25m)

DATA: 14 a 16 de Março de 2025

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª JORNADA Sexta, 14 MAR 2025	2ª JORNADA Sábado, 15 MAR 2025	3ª JORNADA Domingo, 16 MAR 2025
1ª Sessão	1ª Sessão	1ª Sessão
Abertura da Piscina – 16H00	Abertura da Piscina – 07H30	Abertura da Piscina – 07H30
Início do Aquecimento – 16H30	Início do Aquecimento – 08H00	Início do Aquecimento – 08H00
Início da Competição – 18H00	Início da Competição – 09H30	Início da Competição – 09H30
	2ª Sessão	
	Abertura da Piscina – 13H30	
	Início do Aquecimento – 14H00	
	Início da Competição – 15H30	

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos pertencentes às categorias:

- ❖ SENIORES, JUNIORES
- ❖ JUVENIS
- ❖ NATAÇÃO ADAPTADA.

Os nadadores SENIORES e JUNIORES só poderão ser inscritos e participar no máximo de **7 provas individuais**, mais as estafetas no conjunto das 3 Jornadas. O limite para a participação nas provas ao longo das 3 Jornadas para os nadadores JUVENIS e NATAÇÃO ADAPTADA é de **5 provas individuais**, mais as estafetas.

Cada clube só poderá inscrever em cada prova uma equipa de estafetas por categoria (júnior e sénior), por grupo etário (Juvenil A e Juvenil B) e género. As restantes serão consideradas extracompetição. A indicação da constituição das estafetas deverá ser entregue na mesa do júri antes do início de cada sessão.

Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.

3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail através do ficheiro lxf. Até às 16h00 do dia **04 de MARÇO (terça-feira)**.

4. CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação em cada prova para os grupos JUVENIL A e JUVENIL B e para as categorias JUNIOR e ABSOLUTA. Haverá também uma classificação para as classes desportivas dos escalões ESPERANÇAS e SENIORES na Natação Adaptada.

5. PRÉMIOS

Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada prova nos escalões e classes desportivas da NATAÇÃO ADAPTADA, e nas categorias JUNIORES e ABSOLUTOS. Também serão premiados os três (3) primeiros classificados de cada prova dos grupos etários de JUVENIS A e JUVENIS B.

6. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA			
Sexta, 14 MAR 2025			
1ª Prova	1500m	Livres	Fem
2ª Prova	1500m	Livres	Masc
3ª Prova	100m	Costas	Fem
4ª Prova	100m	Costas	Masc
5ª Prova	200m	Bruços	Fem
6ª Prova	200m	Bruços	Masc
7ª Prova	50m	Livres	Fem
8ª Prova	50m	Livres	Masc
ENTREGA DE MEDALHAS			
9ª Prova	4x200m	Livres	Fem
10ª Prova	4x200m	Livres	Masc

2ª JORNADA			
Sábado, 15 MAR 2025 – 1ª Sessão			
11ª Prova	4x50m	Estilos	Masc
12ª Prova	4x50m	Estilos	Fem
13ª Prova	400m	Livres	Masc
14ª Prova	400m	Livres	Fem
15ª Prova	50m	Bruços	Masc
16ª Prova	50m	Bruços	Fem
17ª Prova	100m	Mariposa	Masc
18ª Prova	100m	Mariposa	Fem
19ª Prova	50m	Costas	Masc
20ª Prova	50m	Costas	Fem
21ª Prova	200m	Estilos	Masc
22ª Prova	200m	Estilos	Fem
ENTREGA DE MADALHAS			
23ª Prova	4x100m	Estilos	Misto

2ª JORNADA			
Sábado, 15 MAR 2025 – 2ª Sessão			
24ª Prova	400m	Estilos	Fem
25ª Prova	400m	Estilos	Masc
26ª Prova	50m	Mariposa	Fem
27ª Prova	50m	Mariposa	Masc
28ª Prova	100m	Bruços	Fem
29ª Prova	100m	Bruços	Masc
30ª Prova	200m	Livres	Masc
31ª Prova	200m	Livres	Fem
ENTREGA DE MEDALHAS			
32ª Prova	4x100m	Livres	Masc
33ª Prova	4x100m	Livres	Fem
ENTREGA DE MEDALHAS			

3ª JORNADA			
Domingo, 16 MAR			
34ª Prova	4x50m	Livres	Masc
35ª Prova	4x50m	Livres	Fem
36ª Prova	800m	Livres	Masc
37ª Prova	800m	Livres	Fem
38ª Prova	200m	Mariposa	Masc
39ª Prova	200m	Mariposa	Fem
ENTREGA DE MEDALHAS			
40ª Prova	100m	Livres	Masc
41ª Prova	100m	Livres	Fem
42ª Prova	200m	Costas	Masc
43ª Prova	200m	Costas	Fem
ENTREGA DE MEDALHAS			
44ª Prova	4x100m	Estilos	Masc
45ª Prova	4x100m	Estilos	Masc
ENTREGA DE MEDALHAS			

TORNEIO TÉCNICAS ALTERNADAS DE CADETES

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho

LOCAL: Piscina Municipal de Ponte de Lima (6x25m)

DATA: 12 de Abril de 2025

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª JORNADA
Sábado 12 ABR 2025
Abertura da Piscina – 13h30
Início do Aquecimento – 14H00
Início da Competição – 15H30

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos federados pertencentes às categorias:

- ❖ CADETES A e B

As provas de estafetas terão de ser constituídas por **2 atletas de cada género** e os 2 primeiros percursos de 50 metros têm de ser percorridos no estilo de Mariposa e os 2 últimos no estilo de Bruços. Os nadadores e equipas de estafetas serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.

3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail através do ficheiro lxf. até às 16h00 do dia **01 de ABRIL (terça-feira)**.

4. CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação por prova e grupo etário. Haverá ainda uma classificação resultante do somatório dos pontos World Aquatics da tabela em vigor obtidos em TODAS as provas individuais do grupo Cadetes A.

5. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA				
Sábado 12 ABR 2025				
1ª Prova	4x50m	Mariposa / Bruços	Mistos	CAD A
2ª Prova	4x50m	Mariposa / Bruços	Mistos	CAD B
3ª Prova	100m	Livres	Femininos	CAD A
4ª Prova	100m	Livres	Masculinos	CAD A
5ª Prova	50m	Livres	Femininos	CAD B
6ª Prova	50m	Livres	Masculinos	CAD B
INTERVALO 10'				
7ª Prova	100m	Estilos	Femininos	CAD A
8ª Prova	100m	Estilos	Masculinos	CAD A
9ª Prova	100m	Estilos	Femininos	CAD B
10ª Prova	100m	Estilos	Masculinos	CAD B
11ª Prova	100m	Costas	Femininos	CAD A
12ª Prova	100m	Costas	Masculinos	CAD A
13ª Prova	50m	Costas	Femininos	CAD B
14ª Prova	50m	Costas	Masculinos	CAD B

TORNEIO DE ESCOLAS – TÉCNICAS SIMULTÂNEAS

ORGANIZAÇÃO: Clubes da ANMinho

LOCAL: Piscina Municipal de Frederico Pinheiro (5x25m)

DATA: 26 de Abril de 2025

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

JORNADA ÚNICA Sábado 26 ABR 2025
Abertura da Piscina – 14h00
Início do Aquecimento – 14H30
Início da Competição – 15H30

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos federados pertencentes às categorias:

- ❖ GRUPOS DE FORMAÇÃO DESPORTIVA – CADETES C e ESCOLAS DE NATAÇÃO.

Cada nadador só poderá ser inscrito e participar no máximo de **2 provas individuais** ao longo da jornada, mais as estafetas. Não há limite de inscrição de atletas por clube/escola de natação.

Cada clube/escola de natação convidado só poderá inscrever **2 equipas por prova de estafetas**. As equipas de estafetas são obrigatoriamente mistas, bastando para isso ter um elemento do sexo oposto.

3. INSCRIÇÕES

O prazo de inscrição será definido pelo clube ou entidade organizador(a) e previamente comunicado aos clubes/ escolas de natação.

4. ORGANIZAÇÃO

O Torneio de Escolas não terá arbitragem, no entanto caberá ao clube organizador a responsabilidade de constituir um corpo de cronometristas para registo de tempos e futuro tratamento dos mesmos.

Em cada prova os atletas serão agrupados nas séries, sempre que possível, pelo ano de nascimento.

Não haverá qualquer tipo de classificação, quer individual, quer coletiva, nem serão afixados durante a prova qualquer tipo de resultados.

5. PROGRAMA DE PROVAS

JORNADA ÚNICA			
Sábado 26 ABR 2025			
1ª Prova	4x25m	Mariposa	Mistos
2ª Prova	4x25m	Bruços	Mistos
3ª Prova	25m	Pr. Mariposa ⁽¹⁾	Femininos
4ª Prova	25m	Pr. Mariposa ⁽¹⁾	Masculinos
5ª Prova	25m	Mariposa	Femininos
6ª Prova	25m	Mariposa	Masculinos
7ª Prova	50m	Mariposa	Femininos
8ª Prova	50m	Mariposa	Masculinos
INTERVALO 10'			
9ª Prova	4x50m	Mariposa	Mistos
10ª Prova	4x50m	Bruços	Mistos
11ª Prova	25m	Pr. Bruços ⁽¹⁾	Femininos
12ª Prova	25m	Pr. Bruços ⁽¹⁾	Masculinos
13ª Prova	25m	Bruços	Femininos
14ª Prova	25m	Bruços	Masculinos
15ª Prova	50m	Bruços	Femininos
16ª Prova	50m	Bruços	Masculinos

(*) Os programas de cada Torneio devem incluir todas estas provas. Contudo, a sua organização deverá corresponder da melhor maneira às necessidades de cada entidade responsável, podendo acrescentar outras provas e/ou alterar a ordem das mesmas.

⁽¹⁾ 25m pernas Mariposa e Bruços, com a partida dentro de água, devendo o nadador deslocar-se apenas com a ação dos membros inferiores, com os membros superiores a segurar a placa em extensão à frente.

TORNEIO ANMINHO / TORNEIO REGIONAL DE FUNDO

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho

LOCAL: Piscina Municipal de Vila Verde (8x25m)

DATA: 10 e 11 de Maio de 2025

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª JORNADA Sábado 10 MAI 2025		2ª JORNADA Domingo 11 MAI 2025	
1ª Sessão		1ª Sessão	
Abertura da Piscina – 13H30		Abertura da Piscina – 07H30	
Início do Aquecimento – 14H00		Início do Aquecimento – 08H00	
Início da Competição – 15H30		Início da Competição – 09H30	

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos pertencentes às categorias:

- ❖ SENIORES, JUNIORES
- ❖ JUVENIS e INFANTIS.

Cada nadador só poderá participar num total de **4 provas individuais**, sendo 2 provas em cada jornada.

Os nadadores INFANTIS e JUVENIS para se classificarem para o Torneio de Fundo terão que se inscrever obrigatoriamente nas seguintes provas: 800m Livres/400m Estilos para o género feminino e 1500m Livres/400m Estilos para o género masculino. Na prova de 800m e 1500m Livres as partidas serão dadas com os atletas na água e com uma das mãos em contacto com a parede.

Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.

A ANMinho recomenda a participação dos atletas INFANTIS e JUVENIS nas provas do Torneio Regional de Fundo.

3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail através do ficheiro lxf. Até às 16h00 do dia **28 de ABRIL (quinta-feira)**.

4. CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação individual em todas as provas por categoria, grupo de idade e género.

Haverá uma classificação relativa ao Torneio de Fundo para os nadadores INFANTIS e JUVENIS. Essa classificação é apurada em função do somatório dos pontos obtidos por cada nadador segundo a tabela da World Aquatics, em vigor, no conjunto das duas provas do torneio de fundo. A falta ou desclassificação de um nadador em qualquer uma das provas implicará o afastamento imediato do nadador da classificação do torneio, contudo poderá continuar a sua participação. Esta prova servirá para a elaboração do Ranking Nacional e consequente classificação nacional (individual e coletiva).

5. PRÉMIOS

Serão entregues troféus para os três (3) primeiros classificados por género e grupo etário dos escalões de JUVENIS e INFANTIS referente à classificação do Torneio Regional de Fundo.

6. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA			
Sábado, 10 MAI 2025			
1ª Prova	1500m	Livres	Masc
2ª Prova	400m	Estilos	Fem
3ª Prova	200m	Estilos	Masc
INTERVALO 10'			
4ª Prova	50m	Mariposa	Masc
5ª Prova	100m	Mariposa	Fem
6ª Prova	50m	Costas	Masc
7ª Prova	100m	Costas	Fem
8ª Prova	100m	Bruços	Masc
9ª Prova	50m	Bruços	Fem
10ª Prova	50m	Livres	Masc
11ª Prova	100m	Livres	Fem

2ª JORNADA			
Domingo, 11 MAI 2025			
12ª Prova	800m	Livres	Fem
13ª Prova	400m	Estilos	Masc
14ª Prova	200m	Estilos	Fem
INTERVALO 10'			
15ª Prova	50m	Mariposa	Fem
16ª Prova	100m	Mariposa	Masc
17ª Prova	50m	Costas	Fem
18ª Prova	100m	Costas	Masc
19ª Prova	100m	Bruços	Fem
20ª Prova	50m	Bruços	Masc
21ª Prova	50m	Livres	Fem
22ª Prova	100m	Livres	Masc
ENTREGA DE PRÉMIOS			

TORNEIO TÉCNICAS SIMULTÂNEAS DE CADETES

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho

LOCAL: Piscina Municipal Vila Praia de Ancora (6x25m)

DATA: 31 de Maio de 2025

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª JORNADA
Sábado 31 MAI 2025
Abertura da Piscina – 13h30
Início do Aquecimento – 14H00
Início da Competição – 15H30

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos federados pertencentes às categorias:

- ❖ CADETES A e B

As provas de estafetas terão de ser constituídas por **2 atletas de cada género** e os 2 primeiros percursos de 50 metros têm de ser percorridos no estilo de Costas e os 2 últimos no estilo de Crol. Os nadadores e equipas de estafetas serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.

3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail através do ficheiro lxf. até às 16h00 do dia **20 de MAIO (terça-feira)**.

4. CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação por prova e grupo etário. Haverá ainda uma classificação resultante do somatório dos pontos World Aquatics da tabela em vigor obtidos em TODAS as provas individuais do grupo Cadetes A.

5. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA				
Sábado 31 MAI 2025				
1ª Prova	4x50m	Costas / Crol	Mistos	CAD A
2ª Prova	4x50m	Costas / Crol	Mistos	CAD B
3ª Prova	100m	Mariposa	Femininos	CAD A
4ª Prova	100m	Mariposa	Masculinos	CAD A
5ª Prova	50m	Mariposa	Femininos	CAD B
6ª Prova	50m	Mariposa	Masculinos	CAD B
7ª Prova	50m	Costas	Femininos	CAD
8ª Prova	50m	Costas	Masculinos	CAD
INTERVALO 10'				
9ª Prova	100m	Estilos	Femininos	CAD A
10ª Prova	100m	Estilos	Masculinos	CAD A
11ª Prova	100m	Estilos	Femininos	CAD B
12ª Prova	100m	Estilos	Masculinos	CAD B
13ª Prova	100m	Bruços	Femininos	CAD A
14ª Prova	100m	Bruços	Masculinos	CAD A
15ª Prova	50m	Bruços	Femininos	CAD B
16ª Prova	50m	Bruços	Masculinos	CAD B
17ª Prova	50m	Livres	Femininos	CAD
18ª Prova	50m	Livres	Masculinos	CAD

TORNEIO DE ESCOLAS – TÉCNICAS COMBINADAS

ORGANIZAÇÃO: Clubes da ANMinho

LOCAL: Piscina Municipal de Forjães (6x25m)

DATA: 14 de Junho de 2025

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

JORNADA ÚNICA Sábado 14 JUN 2025
Abertura da Piscina – 14h00
Início do Aquecimento – 14H30
Início da Competição – 15H30

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos federados pertencentes às categorias:

- ❖ GRUPOS DE FORMAÇÃO DESPORTIVA – CADETES C e ESCOLAS DE NATAÇÃO.

Cada nadador só poderá ser inscrito e participar no máximo de **2 provas individuais** ao longo da jornada, mais as estafetas. Não há limite de inscrição de atletas por clube/escola de natação.

Cada clube/escola de natação convidado só poderá inscrever **2 equipas por prova de estafetas**. As equipas de estafetas são obrigatoriamente mistas, bastando para isso ter um elemento do sexo oposto.

3. INSCRIÇÕES

O prazo de inscrição será definido pelo clube ou entidade organizador(a) e previamente comunicado aos clubes/ escolas de natação.

4. ORGANIZAÇÃO

O Torneio de Escolas não terá arbitragem, no entanto caberá ao clube organizador a responsabilidade de constituir um corpo de cronometristas para registo de tempos e futuro tratamento dos mesmos.

Em cada prova os atletas serão agrupados nas séries, sempre que possível, pelo ano de nascimento.

Não haverá qualquer tipo de classificação, quer individual, quer coletiva, nem serão afixados durante a prova qualquer tipo de resultados.

5. PROGRAMA DE PROVAS

JORNADA ÚNICA			
Sábado 14 JUN 2025			
1ª Prova	4x25m	Estilos	Mistos
2ª Prova	50m	Mariposa / Costas	Femininos
3ª Prova	50m	Mariposa / Costas	Masculinos
4ª Prova	100m	Livres	Femininos
5ª Prova	100m	Livres	Masculinos
6ª Prova	50m	Costas / Bruços	Femininos
7ª Prova	50m	Costas / Bruços	Masculinos
8ª Prova	100m	Costas	Feminino
9ª Prova	100m	Costas	Masculinos
10ª Prova	50m	Bruços / Crol	Femininos
11ª Prova	50m	Bruços / Crol	Masculinos
12ª Prova	100m	Bruços / Crol	Femininos
13ª Prova	100m	Bruços / Crol	Masculinos
14ª Prova	100m	Pr. Estilos ⁽¹⁾	Femininos
15ª Prova	100m	Pr. Estilos ⁽¹⁾	Masculinos
INTERVALO 10'			
16ª Prova	4x50m	Estilos ⁽²⁾	Mistos

(*) Os programas de cada Torneio devem incluir todas estas provas. Contudo, a sua organização deverá corresponder da melhor maneira às necessidades de cada entidade responsável, podendo acrescentar outras provas e/ou alterar a ordem das mesmas.

⁽¹⁾ 100m pernas Estilos, com partida dentro de água, devendo o nadador deslocar-se apenas com a ação dos Membros Inferiores mantendo os membros superiores em extensão a segurar a placa. Não é permitida viragem de rolamento, sendo por isso obrigatória a viragem aberta.

⁽²⁾ O 1º e 2º elementos da estafeta realizam 25m Mariposa+25m Costas e o 3º e 4º elementos nadam 25m Bruços+25m Crol.

TORREGRI DE VERÃO CADETES

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho + Associação Regional Natação do Nordeste

LOCAL: Piscinal Municipal Póvoa de Lanhoso (6x25m)

DATA: 28 e 29 de Junho de 2025

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª JORNADA Sábado 28 JUN 2025		2ª JORNADA Domingo 29 JUN 2025	
1ª Sessão		1ª Sessão	
Abertura da Piscina – 13H30		Abertura da Piscina – 07H30	
Início do Aquecimento – 14H00		Início do Aquecimento – 08H00	
Início da Competição – 15H30		Início da Competição – 09H30	

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos federados pertencentes às categorias:

- ❖ CADETES A e B

Cada nadador só poderá participar no máximo em 2 provas individuais por jornada, mais estafetas. As estafetas deverão ser mistas, com 2 nadadores de cada género. Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.

3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail através do ficheiro lxf. Até às 16h00 do dia **16 de JUNHO (terça-feira)**.

4. CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação por prova e grupo etário.

5. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA				
Sábado, 28 JUN 2025				
1ª Prova	4x50m	Livres	Misto	CAD B
2ª Prova	4x100m	Estilos ⁽¹⁾	Misto	CAD A
3ª Prova	100m	Estilos	Fem	CAD B
4ª Prova	100m	Estilos	Masc	CAD B
5ª Prova	800m	Livres	Fem	CAD A
6ª Prova	800m	Livres	Masc	CAD A
INTERVALO 10'				
7ª Prova	100m	Bruços	Fem	CAD B
8ª Prova	100m	Bruços	Masc	CAD B
9ª Prova	100m	Costas	Fem	CAD A
10ª Prova	100m	Costas	Masc	CAD A
11ª Prova	100m	Livres	Fem	CAD B
12ª Prova	100m	Livres	Masc	CAD B
13ª Prova	100m	Bruços	Fem	CAD A
14ª Prova	100m	Bruços	Masc	CAD A

2ª JORNADA				
Domingo, 29 JUN 2025				
15ª Prova	4x50m	Estilos ⁽²⁾	Misto	CAD B
16ª Prova	4x100m	Livres	Misto	CAD A
17ª Prova	400m	Livres	Fem	CAD B
18ª Prova	400m	Livres	Masc	CAD B
19ª Prova	200m	Estilos	Fem	CAD A
20ª Prova	200m	Estilos	Masc	CAD A
INTERVALO 10' – ENTREGA LEMBRANÇAS				
21ª Prova	100m	Costas	Fem	CAD B
22ª Prova	100m	Costas	Masc	CAD B
23ª Prova	100m	Mariposa	Fem	CAD A
24ª Prova	100m	Mariposa	Masc	CAD A
25ª Prova	50m	Mariposa	Fem	CAD B
26ª Prova	50m	Mariposa	Masc	CAD B
27ª Prova	100m	Livres	Fem	CAD A
28ª Prova	100m	Livres	Masc	CAD A

(1) Estafeta com 1º nadador a nadar 100m Costas, o 2º a nadar 100m Bruços, o 3º 100m Mariposa e o último 100m Livres

(2) Estafeta com 1º nadador a nadar 50m Costas, o 2º a nadar 50m Bruços, o 3º 50m Mariposa e o último 50m Livres

CAMPEONATO REGIONAL INF, JUV, JUN E SEN

ORGANIZAÇÃO: Associação Natação do Minho

LOCAL: Piscina Municipal de Ponte da Barca (8x25m)

DATA: 04 a 06 de Julho de 2025

1. HORÁRIO DAS JORNADAS

1ª JORNADA Sexta, 04 JUL 2025	2ª JORNADA Sábado, 05 JUL 2025	3ª JORNADA Domingo, 06 JUL 2025
1ª Sessão	1ª Sessão	1ª Sessão
Abertura da Piscina – 16H00	Abertura da Piscina – 07H30	Abertura da Piscina – 07H30
Início do Aquecimento – 16H30	Início do Aquecimento – 08H00	Início do Aquecimento – 08H00
Início da Competição – 18H00	Início da Competição – 09H30	Início da Competição – 09H30
	2ª Sessão	
	Abertura da Piscina – 13H30	
	Início do Aquecimento – 14H00	
	Início da Competição – 15H30	

2. PARTICIPAÇÃO

Destina-se a nadadores femininos e masculinos pertencentes às categorias:

- ❖ SENIORES, JUNIORES
- ❖ JUVENIS, INFANTIS
- ❖ NATAÇÃO ADAPTADA

Os nadadores SENIORES e JUNIORES só poderão ser inscritos e participar no máximo de **7 provas individuais**, mais as estafetas no conjunto das 3 Jornadas. O limite para a participação nas provas ao longo das 3 Jornadas para os nadadores INFANTIS, JUVENIS e NATAÇÃO ADAPTADA é de **5 provas individuais**, mais as estafetas.

Cada clube só poderá inscrever em cada prova uma equipa de estafetas por categoria (júnior e sénior) e género. As restantes serão consideradas extracompetição. A indicação da constituição das estafetas deverá ser entregue na mesa do júri antes do início de cada sessão.

Os nadadores serão agrupados por séries segundo os tempos de inscrição.

3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na Associação de Natação do Minho via e-mail através do ficheiro lxf. até às 16h00 do dia **24 de JUNHO (terça-feira)**.

4. CLASSIFICAÇÕES

Haverá uma classificação em cada prova para os grupos INFANTIL A, INFANTIL B e para as categorias JUVENIL, JUNIOR e SENIOR. Haverá também uma classificação para as classes desportivas dos escalões ESPERANÇAS e SENIORES na Natação Adaptada.

5. PRÉMIOS

Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados de cada prova nos escalões e classes desportivas da NATAÇÃO ADAPTADA, e nas categorias JUNIORES e ABSOLUTOS. Também serão premiados os três (3) primeiros classificados de cada prova dos grupos etários de INFANTIL A e INFANTIL B.

Serão concedidos prémios aos três primeiros classificados do “Nadador Mais Completo de Infantis” de cada escalão e género.

6. PROGRAMA DE PROVAS

1ª JORNADA			
Sexta, 04 JUL 2025			
1ª Prova	4x50m	Estilos	Misto
2ª Prova	1500m	Livres	Fem
3ª Prova	400m	Livres	Masc
4ª Prova	100m	Costas	Fem
5ª Prova	100m	Costas	Masc
6ª Prova	200m	Bruços	Fem
7ª Prova	200m	Bruços	Masc
8ª Prova	50m	Livres	Fem
9ª Prova	50m	Livres	Masc
ENTREGA DE MEDALHAS			
10ª Prova	4x200m	Livres	Fem
11ª Prova	4x200m	Livres	Masc

2ª JORNADA			
Sábado, 05 JUL 2025 – 1ª Sessão			
12ª Prova	4x50m	Estilos	Masc
13ª Prova	4x50m	Estilos	Fem
14ª Prova	1500m	Livres	Masc
15ª Prova	400m	Livres	Fem
16ª Prova	50m	Bruços	Masc
17ª Prova	50m	Bruços	Fem
18ª Prova	100m	Mariposa	Masc
19ª Prova	100m	Mariposa	Fem
20ª Prova	50m	Costas	Masc
21ª Prova	50m	Costas	Fem
22ª Prova	200m	Estilos	Masc
23ª Prova	200m	Estilos	Fem
ENTREGA DE MEDALHAS			
24ª Prova	4x100m	Estilos	Misto

2ª JORNADA			
Sábado, 05 JUL 2025 – 2ª Sessão			
25ª Prova	4x50m	Livres	Misto
26ª Prova	400m	Estilos	Masc
27ª Prova	800m	Livres	Fem
28ª Prova	50m	Mariposa	Masc
29ª Prova	50m	Mariposa	Fem
30ª Prova	100m	Bruços	Masc
31ª Prova	100m	Bruços	Fem
32ª Prova	200m	Livres	Masc
33ª Prova	200m	Livres	Fem
ENTREGA DE MEDALHAS			
34ª Prova	4x100m	Livres	Masc
35ª Prova	4x100m	Livres	Fem
ENTREGA DE MEDALHAS			
ENTREGA DE MEDALHAS			

3ª JORNADA			
Domingo, 06 JUL 2025			
36ª Prova	4x50m	Livres	Fem
37ª Prova	4x50m	Livres	Masc
38ª Prova	400m	Estilos	Fem
39ª Prova	800m	Livres	Masc
40ª Prova	200m	Mariposa	Fem
41ª Prova	200m	Mariposa	Masc
ENTREGA DE MEDALHAS			
42ª Prova	100m	Livres	Fem
43ª Prova	100m	Livres	Masc
44ª Prova	200m	Costas	Fem
45ª Prova	200m	Costas	Masc
ENTREGA DE MEDALHAS			
46ª Prova	4x100m	Estilos	Fem
47ª Prova	4x100m	Estilos	Masc
ENTREGA DE MEDALHAS			

INFORMAÇÕES e CONTACTOS

ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO MINHO

Morada: Av. Gaspar Castro, Pav. Sta. Maria Maior

C.Postal: 4900 – 462 Viana do Castelo

Tel. 258 824 344

e-mail: anminho@gmail.com

Website: www.anminho.pt