



associação de natação de lisboa

# **POLO AQUÁTICO**

*Regulamento Desportivo*

*Época 2019/2020*

## ÍNDICE

<b>DISPOSIÇÕES GERAIS .....</b>	<b>4</b>
1. ÂMBITO.....	4
2. FICHA DE INSCRIÇÃO DE ATLETAS EM CAMPEONATOS.....	4
3. PARTICIPAÇÃO .....	4
4. INSCRIÇÃO NAS COMPETIÇÕES REGIONAIS DE APURAMENTO E NOS REGIONAIS .....	5
5. DISCIPLINA .....	6
6. ARBITRAGEM .....	6
7. SORTEIOS .....	6
8. CATEGORIAS.....	7
9. MATERIAL DE JOGO.....	7
10. EQUIPAMENTOS.....	8
11. ALTERAÇÃO DA DATA DOS JOGOS.....	9
12. FALTA ADMINISTRATIVA .....	10
13. FALTA DE COMPARÊNCIA .....	10
14. DESISTÊNCIA DE COMPETIÇÕES.....	10
15. SISTEMA DE PONTUAÇÃO E DESEMPATE.....	10
16. JOGOS NÃO TERMINADOS .....	10
17. PRÉMIOS .....	11
18. REGIME DE DESLOCAÇÕES FORA DA ÁREA A.N.L. ....	11
19. DELEGADOS ANL .....	12
20. TREINADORES .....	12
21. DELEGADOS.....	13
22. CASOS OMISSOS.....	13
<b>COMPETIÇÕES REGIONAIS .....</b>	<b>15</b>
TORNEIO DE ABERTURA ABSOLUTOS MACULINO .....	15
TORNEIO DE ABERTURA ABSOLUTOS FEMININO .....	16
ABSOLUTOS MASCULINOS .....	17
ABSOLUTOS FEMININAS .....	18
SUB 20 MASCULINOS .....	19
SUB 20 FEMININAS .....	20
SUB 18 MISTOS.....	21
SUB 16 MISTOS.....	22
SUB 14 MISTOS.....	24
<b>COMPETIÇÕES DE APURAMENTO REGIONAL.....</b>	<b>27</b>
SUB 20 MASCULINO.....	27
SUB 20 FEMININOS .....	28
SUB 18 MASCULINOS .....	29
SUB 18 FEMININOS .....	30
JUVENIL FEMININOS .....	31
JUVENIL MASCULINOS .....	32
INFANTIL MISTOS .....	33

# POLO AQUÁTICO

## REGULAMENTO GERAL COMPETIÇÕES REGIONAIS

### Época 2019/2020

Campo Desportivo Carlos Queiroz, Rua Gaspar Barreiros, Sala 6, 2790-212 Carnaxide  
NIF: 501 631 518 // Telefone: +350 917 950 382 // [geral@anlisboa.pt](mailto:geral@anlisboa.pt) // [www.anlisboa.pt](http://www.anlisboa.pt)



Regulamento  
Aprovado por:



## DISPOSIÇÕES GERAIS

### 1. ÂMBITO

O presente regulamento aplica-se a todas as competições do âmbito de Pólo Aquático e organizadas pela Associação de Natação de Lisboa (ANL) na época 2017/2018.

### 2. FICHA DE INSCRIÇÃO DE ATLETAS EM CAMPEONATOS

- 2.1. Para todas as competições a decorrer no território de jurisdição da Associação de Natação de Lisboa durante a época desportiva 2019/2020, e por cada campeonato a competir, as equipas participantes estão obrigadas a preencher a ficha de inscrição de atletas em campeonatos. Esta ficha, apresentada em anexo ao presente regulamento, é normalizada pela ANL, e nela deve constar os atletas a participar;
- 2.2. A ficha de inscrição de atletas em campeonatos, obrigatoriamente em formato excel (xls), tem de ser enviada aos Serviços Administrativos para validação, e com o conhecimento obrigatório do Diretor Técnico Regional, para os endereços [geral@anlisboa.pt](mailto:geral@anlisboa.pt) e [dtr.pa@anlisboa.pt](mailto:dtr.pa@anlisboa.pt);
- 2.3. Salvo alteração, ou exigência de regulamento específico, as fichas de inscrição de atletas em campeonatos são válidas por toda a época desportiva;
- 2.4. Em caso de alteração, e salvo regulamentação específica, deverão as equipas enviar as fichas de inscrição de atletas em campeonatos para validação dos serviços administrativos até 4 dias úteis antes do jogo a realizar;
- 2.5. Para efeito de atualização da data de exame médico desportivo, o clube não necessitará de enviar nova ficha de inscrição de atletas em campeonatos, mas tem de solicitar a atualização da mesma por parte da ANL, indicando quais as validações ocorridas;
- 2.6. Qualquer alteração à ficha de inscrição de atletas em campeonatos anterior deve mencionar no corpo do e-mail quais as alterações introduzidas, e enviadas com o conhecimento obrigatório do Diretor Técnico Regional para Polo Aquático, caso contrários as mesmas não serão atualizadas;
- 2.7. Os atletas constantes nas fichas de inscrição são considerados, para os demais efeitos, como inscritos e vinculados ao campeonato, clube e equipa a que pertence a ficha, independentemente se participou ou não em jogos desse campeonato;
- 2.8. Os serviços administrativos da ANL poderão recusar a inscrição de atletas por irregularidade de filiação ou qualquer outra irregularidade regulamentar.

### 3. PARTICIPAÇÃO

- 3.1. Apenas poderão participar nas competições da ANL atletas e clubes cujo estado de filiação se encontre devidamente validado à data da realização dos eventos em causa;
- 3.2. Os clubes inscritos nos Campeonatos Regionais de Apuramento e Regionais, apenas serão considerados efetivamente inscritos nas competições regionais após o envio da respetiva ficha de inscrição e mediante o pagamento da respetiva taxa;
- 3.3. Os clubes filiados na ANL que se inscrevam nas competições regionais e que queiram participar no campeonato nacional tem de apresentar a sua inscrição até à data limite divulgada em comunicado pela FPN;
- 3.4. Nas competições regionais será obrigatório nos jogos a apresentação à equipa de arbitragem da ficha de inscrição de atletas em campeonatos, a qual deverá ter sido solicitada conforme estipulado no ponto 2 do presente regulamento;
  - 3.4.1. Caso se verifique necessário a comprovação de identidade, deverão os atletas ser portadores do cartão de praticante FPN ou, na impossibilidade de apresentar o mesmo, o Bilhete de identidade/Cartão do Cidadão.

#### 4. INSCRIÇÃO NAS COMPETIÇÕES REGIONAIS DE APURAMENTO E NOS REGIONAIS

- 4.1. As inscrições em competições Apuramento Regional e/ou Regionais devem dar entrada na sede da ANL, até data a divulgar em circular ou comunicado específico para o efeito;
- 4.2. A inscrição deverá ser efetuada em formulário próprio, disponibilizado pela ANL, e enviada via correio eletrónico para [geral@anlisboa.pt](mailto:geral@anlisboa.pt) e [dtr.pa@anlisboa.pt](mailto:dtr.pa@anlisboa.pt).
- 4.3. Não serão aceites inscrições após o dia estipulado no ponto 4.1;
- 4.4. As equipas inscritas deverão indicar na ficha de inscrição uma piscina como fator casa e ceder a mesma para as jornadas concentradas/jogos em casa;
- 4.5. Por categoria, e para todas as equipas inscritas, será realizado um sorteio para distribuição dos jogos segundo respetivo calendário competitivo;
- 4.6. A distribuição dos planos de água para a realização do calendário será acordada entre os clubes participantes e aprovada pela direção técnica, e direção da ANL;
- 4.7. Equipas que não cedam plano de água terão um acréscimo de 75% no valor da taxa de inscrição sendo que 10% reverte para a ANL e o restante valor para os clubes que cedem plano de água;
- 4.8. As equipas inscritas e cuja Associação Territorial não tem disponibilidade para nomeação de equipa de arbitragem terão um acréscimo na taxa de inscrição. Este valor será calculado com base nos custos associados ao número de jogos a realizar;

- 4.9. Para cada um dos clubes da ANL que se inscrevam em qualquer competição regional de Polo Aquático, é obrigatório a participação de pelo menos dois elementos no curso elementar de arbitragem, a organizar durante a época desportiva;
- 4.10. Para efeitos do disposto no ponto 4.9, será incluído nas taxas de inscrição dos Campeonatos Apuramento Regional e Regional, uma caução de 50€ por cada elemento a inscrever;
- 4.11. As cauções referidas no ponto 4.10, serão devolvidas após a conclusão com aproveitamento;
- 4.12. As taxas de inscrição, bem como os prazos para pagamento serão divulgadas em comunicado;
- 4.13. Os pagamentos deverão ser efetuados por:
- Transferência bancária realizada para:  
IBAN: PT50 0018 0008 0404 3773 0207 5
  - Pessoalmente na sede da ANL após marcação prévia
- 4.14. O incumprimento do ponto 4.13 implicará a anulação da inscrição da equipa.

## 5. DISCIPLINA

Até divulgação do Regulamento Disciplinar ANL, todas as competições regionais regem-se pelo Regulamento Disciplinar da FPN.

## 6. ARBITRAGEM

- 6.1. A arbitragem estará a cargo do Conselho Regional de Arbitragem da ANL (CRA) em todas as provas regionais;
- 6.2. O clube que organiza a jornada concentrada (ou jogo em casa) pode, se assim o entender, solicitar ao CRA o segundo oficial de mesa, desde que o faça com 15 dias de antecedência à realização da competição. O pagamento do oficial de mesa solicitado deve ser efetuado até 10 dias úteis anteriores a realização do jogo ou jornada concentrada;
- 6.3. O incumprimento do ponto 6.2 implicará uma taxa de 50 Euros, a qual deverá ser liquidada até 10 dias úteis após a realização do jogo ou jornada concentrada;
- 6.4. A arbitragem deverá enviar a cópia da ata de jogo devidamente preenchida nas 24h seguintes ao término do jogo para [dtr.pa@anlisboa.pt](mailto:dtr.pa@anlisboa.pt).

## 7. SORTEIOS

Todos os sorteios realizar-se-ão na sede da ANL, em datas a divulgar oportunamente.

## 8. CATEGORIAS

- 8.1. Nas competições de Apuramento Regional rege as categorias do regulamento para o polo aquático da FPN;
- 8.2. Na presente época desportiva para provas regionais as categorias são:

ÉPOCA 2019/2020		
ESCALÕES	MASCULINO e FEMININO	
ABSOLUTO	1999	
S20	2000	2001
S18	2002	2003
S16	2004	2005
S14	2006	2007
S12	2008	2009
S10	2010	2013

- 8.3. Utilização de atletas de categorias inferiores:

- 8.2.1. Os atletas de categorias inferiores terão de possuir aptidão médica para jogarem na categoria superior, de acordo com o Decreto-Lei nº345/99, de 27 de agosto:

“Sempre que os praticantes desportivos pretendam competir no escalão imediatamente superior ao correspondente à sua idade têm de se submeter a exame de avaliação médico-desportiva geral, devendo especificar-se o escalão para o qual o examinado se encontra apto.”

“A sobre classificação de um praticante desportivo para além do escalão imediatamente superior ao correspondente à sua idade só é permitida em casos especiais, devidamente analisados através de exame de avaliação médico-desportiva específico, que será realizado nos Centros de Medicina Desportiva do IND\*.”

\*atual IPDJ

## 9. MATERIAL DE JOGO

- 9.1. O clube organizador da jornada concentrada (ou jogo em casa) é responsável pela montagem regulamentar do campo de jogo até 30 minutos antes da hora marcada para o início do primeiro jogo, e pelo fornecimento do seguinte material:

- 1) 8 (oito) bolas oficiais de qualquer marca, mas iguais, a serem utilizadas tanto no aquecimento como no jogo em perfeitas condições de pressão e de uso;

- 2) 4 (quatro) bolas a utilizar no jogo, para o aquecimento da equipa visitante;
- 3) 1 (um) jogo de bandeiras (1 Azul, 1 Branca, 1 Vermelha, e 1 Amarela);
- 4) Sinal sonoro para todo o jogo;
- 5) 3 Cronómetros;
- 6) Ata de Jogo;
- 7) Marcador de 30”;
- 8) Marcador de resultado.

9.2. Por cada jogo ou jornada concentrada, ao clube organizador que não preencha os requisitos do ponto 9.1 será cobrada uma taxa de 50 Euros.

## 10. EQUIPAMENTOS

- 10.1. Os atletas terão que se apresentar no campo de jogo devidamente equipados, entendendo-se como tal, fato de banho não transparente, o respetivo gorro e quando existir o uso de touca de silicone por baixo do gorro, deverão ambos ser da mesma cor, em conformidade com as regras WP4 e 5 da FINA e do Regulamento de Provas Nacionais de Polo Aquático da FPN.
- 10.2. Caso os árbitros considerem que há necessidade, conforme disposto na Regra FINA WP 4, poderão exigir a uma equipa que use gorros brancos ou azuis.
- 10.3. No caso de os clubes apresentarem gorros de cor diferente de branco ou azul, deverão proceder à entrega na mesa de jogo, de bandeira regulamentar com a cor dos gorros.
- 10.4. Nos Campeonatos de Apuramento Regionais e Regionais de ambos os gêneros, os atletas não serão obrigados, durante todo o jogo, a usar fato de banho da mesma cor, com o mesmo logótipo e/ou patrocinador, no entanto, durante apresentação dos atletas das equipas, nos inícios das partidas, só poderão estar alinhados para a referida apresentação, atletas que apresentem fatos de banho da mesma cor predominante, com o mesmo logótipo e/ou patrocinador, expeto nos escalões de S16, S14, S12 e S10.
- 10.5. Nas competições de Apuramento Regional e/ou Regionais, os restantes agentes desportivos terão que se apresentar no campo de jogo equipados de igual forma, entendendo-se como tal, vestuário de igual padrão e devidamente identificados com o clube.



## 11. ALTERAÇÃO DA DATA DOS JOGOS

- 11.1. Qualquer intenção de alteração de jogo ou jornada deve ser pedida à ANL e devidamente justificada, bem como os clubes envolvidos estarem previamente de acordo. O pedido tem que ser efetuado com o mínimo de 15 dias (consecutivos) de antecedência em relação ao dia que estiver marcada a realização do mesmo. Nenhum jogo pode ser alterado para uma data posterior à última jornada da competição;
- 11.2. O pedido de alteração de data de jogo terá de ser efetuado via e-mail para [dtr.pa@anlisboa.pt](mailto:dtr.pa@anlisboa.pt), com o conhecimento de todos os clubes envolvidos, acompanhando a taxa de 25 euros, a pagar pelo clube que efetua o pedido;
- 11.3. Uma equipa que realize mais que duas alterações de datas de jogo, independentemente do escalão, terá um acréscimo de 50% sobre o valor base às taxas aplicáveis até à quarta alteração e 100% sobre as seguintes;
- 11.4. Salvo motivos de força maior devidamente justificados e apreciados pela direção da ANL, o pedido de alteração de data de jogo após o prazo definido em 11.1, está sujeito a uma taxa de 50 euros. Se o pedido de alteração de jogo efetuar-se nos 5 dias que antecedem a competição, a taxa será de 100 euros;
- 11.5. Qualquer jogo que por algum motivo sai da jornada concentrada terá um acréscimo de 25 euros, para além da taxa prevista no ponto 11.2, 11.3 e 11.4, aplicada ao clube que efetua o pedido;
- 11.6. A não cedência da piscina para uma jornada concentrada previamente marcada, por alteração de um jogo da mesma, ao clube responsável será cobrada uma taxa de 250 euros;
- 11.7. A realização de estágios nacionais, que coincidam com jogos do campeonato regional, não impede a realização dos mesmos. Excetuam-se convocatórias para jogos em representação da seleção nacional com participação de atletas filiados na ANL;
- 11.8. A realização de jogos nacionais, que coincidam com jogos do campeonato regional ou apuramento regional, não impede a realização dos mesmos, exceto nas combinações indicadas no quadro abaixo:

Campeonatos FPN		Campeonatos ANL	
Absolutos		Absolutos	S20
S20		S20	S18
S18		S18	S16
S16		S16	S14
S14		S14	

- 11.9. Nenhuma jornada ou jogo será alterado sem conter acordo entre os clubes envolvidos e nova data de realização e aprovação da ANL.

## 12. FALTA ADMINISTRATIVA

- 12.1. É averbada com falta administrativa qualquer equipa que não cumpra o ponto 3.3.5, 3.3.5.1, 3.3.6 e 8.2 do presente regulamento, sendo atribuída uma derrota por (00-30);
- 12.2. Uma equipa que registe duas faltas administrativas será averbada com falta de comparência e é aplicável a taxa prevista por esse facto;
- 12.3. Uma equipa que registe três faltas administrativas será excluída da competição, sendo todos os jogos já efetuados anulados. Será também aplicada uma taxa de 300 euros.

## 13. FALTA DE COMPARÊNCIA

- 13.1. Pela falta de comparência de uma equipa a um jogo, é averbada uma derrota por (00-30) e aplicada uma taxa de 200 euros;
- 13.2. Uma equipa que registe duas faltas de comparência será excluída da competição, sendo todos os jogos já efetuados anulados. Será igualmente aplicada a taxa de 300 euros.

## 14. DESISTÊNCIA DE COMPETIÇÕES

Qualquer desistência solicitada por uma equipa de uma competição a nível regional, depois de estar incluída no sorteio está sujeita à taxa de 500 euros.

## 15. SISTEMA DE PONTUAÇÃO E DESEMPATE

15.1. Atribuição de pontos:

- ✓ Vitória - 3 pontos
- ✓ Empate- 1 ponto
- ✓ Derrota - 0 pontos
- ✓ Falta administrativa – 0 pontos, e atribuída uma derrota por (00-30)
- ✓ Falta de comparência - 0 pontos, e atribuída uma derrota por (00-30)
- ✓ Desistência - 0 pontos, e anulação de todos os resultados anteriores.

15.2. Fatores de desempate

- ✓ Maior número de pontos obtidos entre si;
- ✓ Diferença de golos entre si;
- ✓ Fair Play;
- ✓ Diferença de golos no campeonato.

## 16. JOGOS NÃO TERMINADOS

- 16.1. Quando a interrupção de um jogo seja imputada ao público afeto às equipas intervenientes, à ANL é reservado o direito de homologar o resultado existente à altura da interrupção, depois de apreciado o relatório dos árbitros;

- 16.2. Todas as outras situações que originem a interrupção do jogo ou impossibilitem a sua realização serão resolvidas pela Direção da ANL, de acordo com os Regulamentos da FPN em vigor.

## 17. PRÉMIOS

Para os Campeonatos Regionais organizados pela ANL, serão atribuídos os seguintes prémios:

- ✓ Taças aos três primeiros classificados de cada campeonato regional;
- ✓ Troféu “Equipa mais concretizadora”;
- ✓ Troféu “Equipa menos batida”;
- ✓ Troféu “Fair Play”;
- ✓ 25 Medalhas para o primeiro classificado de cada campeonato regional.

## 18. REGIME DE DESLOCAÇÕES FORA DA ÁREA A.N.L.

### 18.1. Nacionais

18.1.1. Em observância com o disposto no Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, Secção V, artigo 144º, a deslocação e participação de atletas e equipas fora da área da ANL está sujeita à formalização do respetivo pedido com antecedência mínima de 10 dias. A formalização deverá ser enviada via correio eletrónico para: [dtr.pa@anlisboa.pt](mailto:dtr.pa@anlisboa.pt);

18.1.2. Excetua-se ao disposto na alínea anterior:

- ✓ A participação de atletas ou equipas convocadas para a integração de estágios ou seleções de âmbito regional ou nacional;

18.1.3. A autorização de deslocações que sejam coincidentes em data e categorias com provas do calendário da ANL, estão sujeitas a:

- ✓ Formalização de pedido de autorização enviado com a antecedência mínima de 15 dias onde deverá constar a devida fundamentação;
- ✓ A deliberação do pedido será realizada pela Direção da ANL, e após análise do parecer do Departamento Técnico;

18.1.4. O incumprimento ao disposto das alíneas anteriores implicará a não autorização de deslocação;

18.1.5. A ANL dará resposta a todos os pedidos até ao prazo de 3 dias úteis;

18.1.6. Caso se verifique a participação de atletas ou equipas associadas em provas fora do âmbito da A.N.L e sem a devida autorização, fica o respetivo clube sujeito ao pagamento da multa de 100€ por jogo realizado.

### 18.2. Internacionais

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

“1. Qualquer praticante, Clube, ou Seleção Distrital ou Regional, que pretenda deslocar-se ao estrangeiro deve solicitar previamente à F.P.N., através da sua Associação, autorização escrita solicitada com, pelo menos, 20 dias de antecedência da data da competição;”

## 19. DELEGADOS ANL

- 19.1. A Associação de Natação de Lisboa poderá nomear delegados para os jogos na sua área territorial;
- 19.2. Os delegados nomeados elaborarão um relatório na qual constará as condições de organização, bem como o comportamento e disciplina dos agentes desportivos envolvidos;
- 19.3. O relatório será analisado pela Direção da ANL e, caso se verifique necessário, será dado a conhecer ao Conselho de Disciplina da ANL.

## 20. TREINADORES

- 20.1. Os clubes participantes em qualquer prova de categoria dita absoluta deverão ter no banco, um técnico acreditado pelo menos com o grau II e que esteja devidamente filiado FPN;
- 20.2. Os clubes participantes em qualquer prova de categorias de idades deverão ter no banco, um técnico com qualificação mínima exigida de grau I e que esteja devidamente filiado FPN;
- 20.3. Estabelecem-se com caráter extraordinário as seguintes exceções:
  - 20..2.1. Igualmente se aceitará que o segundo treinador, com a habilitação de grau I, possa exercer o papel de treinador principal nos seguintes casos:
    - 20..2.1.1. Exclusão (ou indisposição) durante o jogo, do treinador principal, ainda que sem os privilégios deste (não poderá levantar-se nem ir até aos 5 metros quando a sua equipa está a atacar);
    - 20..2.1.2. Nos jogos em que o treinador principal esteja impedido de participar pelo Conselho de Disciplina;
    - 20..2.1.3. Doença do treinador principal, sempre que devidamente comprovado;
  - 20.2.2. Excecionalmente, a ANL poderá habilitar com caráter provisório para realizar funções de treinador os agentes desportivos vinculados a esta disciplina mediante petição prévia, com o comprovativo de inscrição no curso de grau imediatamente superior ao que possuem, que se realize a partir desse momento;
  - 20.2.3. Os treinadores inscritos em determinada prova, não podem ser delegados nem árbitros, nessa prova;
  - 20.2.4. O clube que não apresente treinador num jogo ficará sujeito a uma coima de 50 Euros.

## 21. DELEGADOS

- 21.1 Os clubes participantes em qualquer prova têm obrigatoriamente que ter no banco, e em cada jogo, um delegado de equipa, o qual terá de estar filiado na ANL, e não pode ser atleta, treinador, nem árbitro, nessa prova;
- 21.2 Em todas as provas oficiais, a entidade promotora nomeará pelo menos um responsável (delegado de campo) que colocará à disposição exclusiva dos árbitros, vestiários separados e fechados com chave (masculino e feminino), durante todo o período da competição.
- 21.3 O delegado de campo, deverá estar ao dispor da equipa de arbitragem, para assegurar que apenas os agentes desportivos e pessoas devidamente autorizadas, permanecem no recinto de jogo delineado como tal;
- 21.4 É obrigatória a presença de um delegado de campo em cada jogo que a equipa dispute em sua casa;
- 21.5 O delegado de equipa e o delegado de campo podem ser a mesma pessoa nos jogos disputados em casa;
- 21.6 O clube que não apresente um delegado de equipa ou campo, será aplicada uma taxa de 25 euros.

## 22. CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos serão resolvidos pela direção da ANL, de acordo com os Regulamentos da FPN em vigor.



# POLO AQUÁTICO

## *REGULAMENTOS ESPECÍFICOS COMPETIÇÕES REGIONAIS Época 2019/2020*

Campo Desportivo Carlos Queiroz, Rua Gaspar Barreiros, Sala 6, 2790-212 Carnaxide  
NIF: 501 631 518 // Telefone: +350 917 950 382 // [geral@anlisboa.pt](mailto:geral@anlisboa.pt) // [www.anlisboa.pt](http://www.anlisboa.pt)



Regulamento  
Aprovado por:



## COMPETIÇÕES REGIONAIS

### TORNEIO DE ABERTURA ABSOLUTOS MASCULINO

#### 1. DATAS

A divulgar em circular.

#### 2. PARTICIPAÇÃO

- 2.1. Podem participar os atletas do gênero masculino, que tenham idade em conformidade com o disposto no ponto 8 das Disposições Gerais do presente regulamento;
- 2.2. Só podem participar os Clubes que estejam inscritos no Regional de Absolutos Masculino;
- 2.3. Cada clube pode inscrever mais que uma Equipa para disputar o Campeonato Regional.

#### 3. INSCRIÇÕES

- 3.1. Cada equipa inscrita deverá submeter para validação a ficha de inscrição de atletas em campeonatos normalizada da ANL com um número ilimitado de atletas. O prazo limite para submeter essa listagem serão as 24 horas do 2º dia útil que antecede o início da prova.

#### 4. FORMA

- 4.1. Cada equipa poderá utilizar um máximo de 15 atletas por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes;
- 4.2. Para todos os jogos estarão apenas disponíveis para cada equipa, 2 time-outs por jogo;
- 4.3. Os jogos deverão ser disputados em regime de concentração na mesma piscina;
- 4.4. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;
- 4.5. A forma competitiva a adotar, será definida por indicação da direção técnica da ANL, com a concordância dos sócios desportivos filiados na ANL e posteriormente divulgada em circular própria.

## TORNEIO DE ABERTURA ABSOLUTOS FEMININO

### 1. DATAS

A divulgar em circular.

### 2. PARTICIPAÇÃO

- 2.1. Podem participar os atletas do gênero feminino, que tenham idade em conformidade com o disposto no ponto 8 das Disposições Gerais do presente regulamento;
- 2.2. Só podem participar os Clubes que estejam inscritos no Regional de Absolutos Feminino;
- 2.3. Cada clube pode inscrever mais que uma Equipa para disputar o Campeonato Regional.

### 3. INSCRIÇÕES

- 3.1. Cada equipa inscrita deverá submeter para validação a ficha de inscrição de atletas em campeonatos normalizada da ANL com um número ilimitado de atletas. O prazo limite para submeter essa listagem serão as 24 horas do 2º dia útil que antecede o início da prova.

### 4. FORMA

- 4.1. Cada equipa poderá utilizar um máximo de 15 atletas por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes;
- 4.2. Para todos os jogos estarão apenas disponíveis para cada equipa, 2 time-outs por jogo;
- 4.3. Os jogos deverão ser disputados em regime de concentração na mesma piscina;
- 4.4. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;
- 4.5. A forma competitiva a adotar, será definida por indicação da direção técnica da ANL, com a concordância dos sócios desportivos filiados na ANL e posteriormente divulgada em circular própria.



## ABSOLUTOS MASCULINOS Campeonatos Regionais

### 1. DATAS

A divulgar em circular.

### 2. PARTICIPAÇÃO

- 2.1. Podem participar os atletas do gênero masculino, que tenham idade em conformidade com o disposto no ponto 8 das Disposições Gerais do presente regulamento;
- 2.2. Cada clube pode inscrever mais que uma Equipa para disputar o Campeonato Regional.

### 3. INSCRIÇÕES

- 3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

### 4. FORMA

- 4.1. As equipas inscritas no Campeonato Regional jogam todas contra todas a duas voltas, no sistema casa/fora;
- 4.2. Os jogos serão efetuados de preferência durante a semana;
- 4.3. Cada equipa poderá utilizar um máximo de 15 atletas por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes;
- 4.4. O jogo terá a duração de 4 períodos, com duração de 8 minutos, de tempo útil, por período e com 2 minutos de intervalo entre todos os períodos;
- 4.5. Para todos os jogos nos Campeonatos Regionais, estarão apenas disponíveis para cada equipa 2 time-outs por jogo;
- 4.6. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;
- 4.7. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN vigente para a mesma categoria.

## ABSOLUTOS FEMININAS Campeonatos Regionais

### 1. DATAS

A divulgar em circular.

### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas do gênero feminino, que tenham idade em conformidade com o disposto no ponto 8 das Disposições Gerais do presente regulamento;

2.2. Cada clube pode inscrever mais que uma Equipa para disputar o Campeonato Regional.

### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no Campeonato Regional jogam todas contra todas a duas voltas, no sistema casa/fora;

4.2. Os jogos serão efetuados de preferência durante a semana;

4.3. Cada equipa poderá utilizar um máximo de 15 atletas por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes;

4.4. O jogo terá a duração de 4 períodos, com duração de 8 minutos, de tempo útil, por período e com 2 minutos de intervalo entre todos os períodos;

4.5. Para todos os jogos nos Campeonatos Regionais, estarão apenas disponíveis para cada equipa 2 time-outs por jogo;

4.6. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;

4.7. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

## SUB 20 MASCULINOS

### Campeonatos Regionais

#### 1. DATAS

A divulgar em circular.

#### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas do gênero masculino, que tenham idade em conformidade com o disposto no ponto 8 das Disposições Gerais do presente regulamento;

2.2. Cada clube pode inscrever mais que uma Equipa para disputar o Campeonato Regional.

#### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

#### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no Campeonato Regional jogam todas contra todas a duas voltas, no sistema casa/fora;

4.2. Os jogos serão efetuados de preferência durante a semana;

4.3. Cada equipa poderá utilizar um máximo de 15 atletas por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes;

4.4. O jogo terá a duração de 4 períodos, com duração de 8 minutos, de tempo útil, por período e com 2 minutos de intervalo entre todos os períodos;

4.5. Para todos os jogos nos Campeonatos Regionais, estarão apenas disponíveis para cada equipa 2 time-outs por jogo;

4.6. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;

4.7. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

## SUB 20 FEMININAS Campeonatos Regionais

### 1. DATAS

A divulgar em circular.

### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas do gênero feminino, que tenham idade em conformidade com o disposto no ponto 8 das Disposições Gerais do presente regulamento;

2.2. Cada clube pode inscrever mais que uma Equipa para disputar o Campeonato Regional.

### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no Campeonato Regional jogam todas contra todas a duas voltas, no sistema casa/fora;

4.2. Os jogos serão efetuados de preferência durante a semana;

4.3. Cada equipa poderá utilizar um máximo de 15 atletas por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes;

4.4. O jogo terá a duração de 4 períodos, com duração de 8 minutos, de tempo útil, por período e com 2 minutos de intervalo entre todos os períodos;

4.5. Para todos os jogos nos Campeonatos Regionais, estarão apenas disponíveis para cada equipa 2 time-outs por jogo;

4.6. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;

4.7. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

## SUB 18 MASCULINOS

### Campeonatos Regionais

#### 1. DATAS

A divulgar em circular.

#### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas do gênero masculino, que tenham idade em conformidade com o disposto no ponto 8 das Disposições Gerais do presente regulamento;

2.2. Cada clube pode inscrever mais que uma Equipa para disputar o Campeonato Regional.

#### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

#### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no Campeonato Regional jogam todos contra todos a duas voltas, preferencialmente no sistema jornadas concentradas;

4.2. Os jogos serão efetuados de preferência ao fim de semana;

4.3. Cada equipa poderá utilizar um máximo de 15 atletas por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes;

4.4. O jogo terá a duração de 4 períodos, com duração de 8 minutos, de tempo útil, por período e com 2 minutos de intervalo entre todos os períodos;

4.5. Para todos os jogos nos Campeonatos Regionais, estarão apenas disponíveis para cada equipa 2 time-outs por jogo;

4.6. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;

4.7. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

## SUB 18 FEMININAS Campeonatos Regionais

### 1. DATAS

A divulgar em circular.

### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas do gênero feminino, que tenham idade em conformidade com o disposto no ponto 8 das Disposições Gerais do presente regulamento;

2.2. Cada clube pode inscrever mais que uma Equipa para disputar o Campeonato Regional.

### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no Campeonato Regional jogam todas contra todas a duas voltas, no sistema casa/fora;

4.2. Os jogos serão efetuados de preferência durante a semana;

4.3. Cada equipa poderá utilizar um máximo de 15 atletas por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes;

4.4. O jogo terá a duração de 4 períodos, com duração de 8 minutos, de tempo útil, por período e com 2 minutos de intervalo entre todos os períodos;

4.5. Para todos os jogos nos Campeonatos Regionais, estarão apenas disponíveis para cada equipa 2 time-outs por jogo;

4.6. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;

4.7. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

## SUB 16 MISTOS Campeonatos Regionais

### 1. DATAS

A divulgar em circular.

### 2. PARTICIPAÇÃO

- 2.1. Podem participar os atletas do gênero masculino, que tenham idade em conformidade com o disposto no ponto 8 das Disposições Gerais do presente regulamento;
- 2.2. Podem participar os atletas do gênero feminino, que tenham idade em conformidade com os escalões Absolutos, S18 e S16 disposto no ponto 8 das Disposições Gerais do presente regulamento;
- 2.3. Cada clube pode inscrever mais que uma Equipa para disputar o Campeonato Regional.

### 3. INSCRIÇÕES

- 3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

### 4. FORMA

- 4.1. As equipas inscritas no Campeonato Regional jogam todos contra todos a duas voltas, preferencialmente no sistema jornadas concentradas;
- 4.2. Os jogos serão efetuados de preferência ao fim de semana;
- 4.3. Cada equipa poderá utilizar um máximo de 15 atletas por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes;
- 4.4. O jogo terá a duração de 4 períodos, com duração de 7 minutos, de tempo útil, por período e com 2 minutos de intervalo entre todos os períodos;
- 4.5. Para todos os jogos nos Campeonatos Regionais, estarão apenas disponíveis para cada equipa 2 time-outs por jogo;
- 4.6. A bola a utilizar é a WP5;
- 4.7. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;
- 4.8. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

## SUB 14 MISTOS

### Campeonatos Regionais

#### 1. DATAS

A divulgar em circular.

#### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas dos gêneros masculinos e femininos, que tenham idade em conformidade com o disposto no ponto 8 das Disposições Gerais do presente regulamento;

2.2. Cada clube pode inscrever mais que uma Equipa para disputar o Campeonato Regional.

#### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

#### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no Campeonato Regional jogam todos contra todos a duas voltas, preferencialmente no sistema jornadas concentradas;

4.2. Os jogos serão efetuados de preferência ao fim de semana;

4.3. Cada equipa poderá utilizar um máximo de 15 atletas por jogo, sendo 13 de campo e 2 guarda-redes;

4.4. O jogo terá a duração de 6 períodos, com duração de 4 minutos, de tempo útil, por período e com 2 minutos de intervalo entre todos os períodos;

4.5. Não há possibilidade de pedir Time-Out;

4.6. Não se aplicará a premiação pontual por inscrição na ata de jogo um maior número de atletas ou diferença de gênero;

4.7. Durante os 4 primeiros períodos de jogo não se poderão efetuar substituições (com exceção das circunstâncias de lesão ou sangramento e ainda de 3 faltas pessoais) no decorrer dos mesmos. Será permitido realizar as substituições pretendidas, no decorrer dos 2 últimos períodos do jogo;

4.8. É obrigatório que todos os atletas nomeados na ata de jogo joguem pelo menos 1 período completo do jogo, devendo fazê-lo nos primeiros 4 períodos. Os oficiais de mesa deverão anotar esse cumprimento e sinalizar, através de uma luz no marcador ou de uma bandeira, quando uma equipa já cumpriu essa obrigação. Deverão os árbitros obrigar as equipas a cumprir este ponto;

4.9. A bola a utilizar é a WP:4;



- 4.10. Neste escalão não se aplica a regra FINA WP 14.3 d);
- 4.11. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 150 cm;
- 4.12. O vencedor do jogo será encontrado após a soma dos pontos obtidos nos períodos, voltado o marcador ao início no início de cada um dos mesmos;
- ✓ Vitória Período - 1 ponto;
  - ✓ Empate Período - 1 ponto;
  - ✓ Derrota Período - 0 pontos.
- 4.13. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

# POLO AQUÁTICO

## *REGULAMENTOS ESPECÍFICOS COMPETIÇÕES APURAMENTO REGIONAL Época 2019/2020*

associação de natação de lisboa

Campo Desportivo Carlos Queiroz, Rua Gaspar Barreiros, Sala 6, 2790-212 Carnaxide  
NIF: 501 631 518 // Telefone: +350 917 950 382 // [geral@anlisboa.pt](mailto:geral@anlisboa.pt) // [www.anlisboa.pt](http://www.anlisboa.pt)



Regulamento  
Aprovado por:



## COMPETIÇÕES DE APURAMENTO REGIONAL

### SUB 20 MASCULINO Competições de Apuramento Regional

#### 1. DATAS

A divulgar em circular.

#### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas do gênero masculino, que tenham idade em conformidade com o disposto no regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

#### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

#### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no campeonato de apuramento regional jogam no sistema de todas contra todas ou de playoff;

4.2. Os jogos serão efetuados em regime de torneio de 1, 2 ou 3 dias ou campeonato a 1 ou 2 voltas;

4.3. O ponto 4.1 e 4.2 está dependente do número de equipas inscritas e plano de água disponível pelo clube coorganizador;

4.4. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;

4.5. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

## SUB 20 FEMININOS

### Competições de Apuramento Regional

#### 1. DATAS

A divulgar em circular.

#### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas do gênero feminino, que tenham idade em conformidade com o disposto no regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

#### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

#### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no campeonato de apuramento regional jogam no sistema de todas contra todas ou de playoff;

4.2. Os jogos serão efetuados em regime de torneio de 1, 2 ou 3 dias ou campeonato a 1 ou 2 voltas;

4.3. O ponto 4.1 e 4.2 está dependente do número de equipas inscritas e plano de água disponível pelo clube coorganizador;

4.4. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;

4.1. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

## SUB 18 MASCULINOS

### Competições de Apuramento Regional

#### 1. DATAS

A divulgar em circular.

#### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas do gênero masculino, que tenham idade em conformidade com o disposto no regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

#### 3. INSCRIÇÕES

3.2. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

#### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no campeonato de apuramento regional jogam no sistema de todas contra todas ou de playoff;

4.2. Os jogos serão efetuados em regime de torneio de 1, 2 ou 3 dias ou campeonato a 1 ou 2 voltas;

4.3. O ponto 4.1 e 4.2 está dependente do número de equipas inscritas e plano de água disponível pelo clube coorganizador;

4.4. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;

4.1. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

## SUB 18 FEMININOS

### Competições de Apuramento Regional

#### 1. DATAS

A divulgar em circular.

#### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas do gênero feminino, que tenham idade em conformidade com o disposto no regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

#### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

#### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no campeonato de apuramento regional jogam no sistema de todas contra todas ou de playoff;

4.2. Os jogos serão efetuados em regime de torneio de 1, 2 ou 3 dias ou campeonato a 1 ou 2 voltas;

4.3. O ponto 4.1 e 4.2 está dependente do número de equipas inscritas e plano de água disponível pelo clube coorganizador;

4.4. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;

4.1. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

## JUVENIL FEMININOS

### Competições de Apuramento Regional

#### 1. DATAS

A divulgar em circular.

#### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas do gênero masculino, que tenham idade em conformidade com o disposto no regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

#### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

#### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no campeonato de apuramento regional jogam no sistema de todas contra todas ou de playoff;

4.2. Os jogos serão efetuados em regime de torneio de 1, 2 ou 3 dias ou campeonato a 1 ou 2 voltas;

4.3. O ponto 4.1 e 4.2 está dependente do número de equipas inscritas e plano de água disponível pelo clube coorganizador;

4.4. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;

4.5. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

## JUVENIL MASCULINOS

### Competições de Apuramento Regional

#### 1. DATAS

A divulgar em circular.

#### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas do gênero feminino, que tenham idade em conformidade com o disposto no regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

#### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

#### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no campeonato de apuramento regional jogam no sistema de todas contra todas ou de playoff;

4.2. Os jogos serão efetuados em regime de torneio de 1, 2 ou 3 dias ou campeonato a 1 ou 2 voltas;

4.3. O ponto 4.1 e 4.2 está dependente do número de equipas inscritas e plano de água disponível pelo clube coorganizador;

4.4. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 180 cm;

4.5. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.



## INFANTIL MISTOS

### Competições de Apuramento Regional

#### 1. DATAS

A divulgar em circular.

#### 2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar os atletas dos gêneros masculinos e femininos, que tenham idade em conformidade com o disposto no regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

#### 3. INSCRIÇÕES

3.1. Cumpre-se o exposto no ponto 4 das Disposições Gerais do presente regulamento.

#### 4. FORMA

4.1. As equipas inscritas no campeonato de apuramento regional jogam no sistema de todas contra todas ou de playoff;

4.2. Os jogos serão efetuados em regime de torneio de 1, 2 ou 3 dias ou campeonato a 1 ou 2 voltas;

4.3. O ponto 4.1 e 4.2 está dependente do número de equipas inscritas e plano de água disponível pelo clube coorganizador;

4.4. A piscina terá de ter uma profundidade mínima de 150 cm;

4.5. Para os casos omissos, aplicar-se-á o definido em regulamento específico de provas nacionais da FPN, vigente para a mesma categoria.

