# CAMPEONATOS E TORNEIO REGIONAL DE FUNDO DE JUVENIS E CAMPEONATOS ABSOLUTOS DE LISBOA – PISCINA CURTA

| | |
|---|---|
| **Local** | Piscina Fernando Sacadura (Sport Algés e Dafundo) |
| **Data** | 13 a 15 de novembro de 2026 |
| **Arbitragem** | A arbitragem estará a cargo do Conselho Regional de Arbitragem da ANL |
| **Cronometragem** | Cronometragem eletrónica |
| **Fatos de Competição** | Os fatos de competição devem cumprir as regras definidas pela World Aquatics |

**Horários**

| | | Data | Aquecimento | Início de Provas |
|---|---|---|---|---|
| 1ª Jornada | 1ª Sessão | 13-nov-26 | 14h00 | 15h30 |
| 2ª Jornada | 1ª Sessão | 14-nov-26 | 7h30 | 9h00 |
| | 2ª Sessão | | 14h30 | 16h00 |
| 3ª Jornada | 1ª Sessão | 15-nov-26 | 7h30 | 9h00 |
| | 2ª Sessão | | 14h30 | 16h00 |

**Programa**

**1ª JORNADA**

| 1ª Sessão | | |
|---|---|---|
| 1 | 4x50 Estilos | Misto |
| 2 | 400 Estilos | F |
| 3 | 100 Livres | M |
| 4 | 100 Livres | F |
| Entrega de Medalhas | | |
| 5 | 50 Bruços | M |
| 6 | 50 Bruços | F |
| 7 | 100 Estilos | M |
| 8 | 100 Estilos | F |
| Entrega de Medalhas | | |
| 9 | 1500 Livres | M |
| Entrega de Medalhas | | |

**2ª JORNADA**

| 1ª Sessão | | |
|---|---|---|
| 10 | 200 Livres | F |
| 11 | 200 Livres | M |
| 12 | 100 Bruços | F |
| 13 | 100 Bruços | M |
| Entrega de Medalhas | | |
| 14 | 50 Costas | F |
| 15 | 50 Costas | M |
| 16 | 100 Mariposa | F |
| 17 | 100 Mariposa | M |
| Entrega de Medalhas | | |
| 18 | 4x50 Livres | F |
| 19 | 4x50 Livres | M |
| Entrega de Medalhas | | |

| 2ª Sessão | | |
|---|---|---|
| 20 | 400 Livres | M |
| 21 | 400 Livres | F |
| 22 | 100 Costas | M |
| 23 | 100 Costas | F |
| Entrega de Medalhas | | |
| 24 | 50 Livres | M |
| 25 | 50 Livres | F |
| 26 | 200 Mariposa | M |
| 27 | 200 Mariposa | F |
| Pausa de 10 minutos | | |
| 28 | 4x100 Estilos | M |
| 29 | 4x100 Estilos | F |
| Entrega de Medalhas | | |

**3ª JORNADA**

| 1ª Sessão | | |
|---|---|---|
| 30 | 400 Estilos | M |
| 31 | 4x100 Livres | F |
| 32 | 4x100 Livres | M |
| Entrega de Medalhas | | |
| 33 | 200 Bruços | F |
| 34 | 200 Bruços | M |
| 35 | 50 Mariposa | F |
| 36 | 50 Mariposa | M |
| Entrega de Medalhas | | |
| 37 | 800 Livres | F |
| Entrega de Medalhas | | |

| 2ª Sessão | | |
|---|---|---|
| 38 | 4x50 Estilos | M |
| 39 | 4x50 Estilos | F |
| Entrega de Medalhas | | |
| 40 | 200 Estilos | M |
| 41 | 200 Estilos | F |
| 42 | 200 Costas | M |
| 43 | 200 Costas | F |
| 44 | 4x50 Livres | Misto |
| Entrega de Medalhas | | |
| 45 | 800 Livres | M |
| 46 | 1500 Livres | F |
| Entrega de Medalhas | | |

**Organização de Séries**

- As séries das provas nº 2, 9, 30, 37, 45 e 46 (1500L, 800L e 400 E) serão organizadas dos tempos mais rápidos para os mais lentos.
- As séries das restantes provas serão organizadas dos tempos mais lentos para os mais rápidos

**Participação**

- Poderão participar nadadores filiados em natação pura na categoria de Juvenis, Juniores e Seniores que tenham obtido tempos iguais ou inferiores aos mínimos estabelecidos para cada prova (Anexo I), ou desde que sujeitos ao disposto no articulado referente a Mínimos de Participação do ponto 4 das Disposições Gerais do presente Regulamento Desportivo.

**JUNIORES E SENIORES**

- Nadadores das categorias de Juniores e Seniores poderão participar até ao máximo de seis (6) provas individuais mais estafetas não excedendo o limite de duas (2) provas individuais por sessão.
- Os atletas em Regime de Alto Rendimento não estão sujeitos a limite de número de provas a participar.

**JUVENIS**

- Os nadadores da categoria de Juvenis não poderão participar nas provas:

  - 1500 Livres femininos, 800 Livres Masculinos, (provas nº 45 e 46)

  - Apenas pode participar nas provas de 100m estilos, desde que tenha mínimo de acesso, na prova de 200m estilos.

**ESTAFETAS**

- Nestas provas, os clubes poderão optar por participar com até quatro (4) equipas de estafetas com as seguintes possibilidades de constituição;

  - Até três (3) equipas de estafetas constituídas por escalão (Juvenis (A+B), Juniores ou Seniores) e uma (1) equipa de estafeta constituída em regime absoluto a participar como extracompetição.

**Provas de 1500 e 800 Livres**

- As provas de 800 Livres Femininos e 1500 Livres Masculinos estão sujeitas aos seguintes limites de participação:
  - **Juvenis:**
    - ***Inscritos no Torneio Regional de Fundo:*** cumprem as regras das Disposições Gerais
    - ***Não inscritos Torneio Regional de Fundo:*** 14 melhores tempos de inscrição
  - **Juniores:** 14 melhores tempos de inscrição
  - **Seniores:** 10 melhores tempos de inscrição
- As provas de 800 Livres Masculinos e 1500 Livres Femininos estão sujeitas aos seguintes limites de participação
  - **Juniores:** 14 melhores tempos de inscrição
  - **Seniores:** 10 melhores tempos de inscrição

Caso existam vagas as mesmas poderão ser ocupadas por nadadores que tenham ficado como excedentários nos seus escalões. Nesta situação, e em função das vagas existentes, serão admitidos um por escalão começando dos mais novos para os mais velhos e repetindo o processo até preenchimento das vagas ou pela admissão de todos os inscritos.

**Torneio Regional de Fundo de Juvenis**

- Os nadadores juvenis para se classificarem no Torneio Regional de Fundo terão de se inscrever obrigatoriamente nas 2 provas do programa do respetivo género (1500L/400E para género masculino e 800L/400 E para o género feminino).
- Os resultados dos participantes neste Torneio terão os tempos enviados para a FPN para elaboração do ranking nacional e classificação nacional (individual e por clubes).
- Os Mínimos de Participação são os estipulados para participação nos Campeonatos.

**Classificação**

- As classificações individuais serão realizadas por prova e de acordo com as seguintes categorias e escalões etários:
  - ▪ Juvenis B ▪ Juvenis A ▪ Juniores 17 ▪ Juniores 18 ▪ Séniores
- As classificações de estafetas serão realizadas por prova e de acordo com as seguintes categorias e escalões etários:
  - ▪ Juvenis (A+B) ▪ Juniores ▪ Séniores

**Prémios**

Serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados por prova e de acordo com as categorias e escalões etários definidos no ponto anterior.

**Inscrições**

- As inscrições deverão dar entrada até às 24h do dia 5 de novembro de 2026.
- Para efeitos da validação de inscrição serão considerados os tempos obtidos entre 1 de outubro de 2025 e o término do prazo de inscrição.
- Todas as inscrições, alterações e anulações, devem respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (Anexo II)

## CATEGORIAS DE JUVENIS JUNIORES SENIORES

### Tempos Limite de Participação obtidos em Piscina Curta

| Femininos | | | | | | Prova | Masculinos | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Juv B | Juv A | Jun 1 | Jun 2 | Sen 1 | Sen + | | Juv B | Juv A | Jun 1 | Jun 2 | Sen 1 | Sen + |
| 00:32.36 | 00:31.73 | 00:31.11 | 00:30.50 | 00:29.90 | 00:29.60 | 50 L | 00:28.14 | 00:27.59 | 00:27.05 | 00:26.52 | 00:26.00 | 00:25.74 |
| 01:11.06 | 01:08.33 | 01:06.34 | 01:05.04 | 01:03.76 | 01:03.12 | 100 L | 01:02.61 | 01:00.20 | 00:58.45 | 00:57.30 | 00:56.18 | 00:55.62 |
| 02:34.35 | 02:28.42 | 02:24.10 | 02:21.27 | 02:18.50 | 02:17.12 | 200 L | 02:18.69 | 02:13.36 | 02:09.47 | 02:06.93 | 02:04.44 | 02:03.20 |
| 05:25.81 | 05:13.28 | 05:04.15 | 04:58.19 | 04:52.34 | 04:49.42 | 400 L | 04:55.45 | 04:44.08 | 04:35.81 | 04:30.40 | 04:25.10 | 04:22.45 |
| 11:00.66 | 10:35.25 | 10:16.75 | 10:04.66 | 09:52.80 | 09:46.87 | 800L | 10:02.17 | 09:39.01 | 09:22.15 | 09:11.13 | 09:00.32 | 08:54.92 |
| 21:34.09 | 20:44.31 | 20:08.07 | 19:44.38 | 19:21.16 | 19:09.55 | 1500 L | 19:06.43 | 18:22.34 | 17:50.23 | 17:29.24 | 17:08.67 | 16:58.38 |
| 02:15.93 | 02:13.27 | 02:05.58 | | 02:04.32 | | 4x50 L | 01:58.20 | 01:55.88 | 01:49.20 | | 01:48.11 | |
| 04:58.45 | 04:46.97 | 04:33.15 | | 04:25.11 | | 4x100 L | 04:22.97 | 04:12.85 | 04:00.68 | | 03:53.60 | |
| 10:48.29 | 10:23.36 | 09:53.33 | | 09:35.88 | | 4x200 L | 09:42.50 | 09:20.10 | 08:53.12 | | 08:37.44 | |
| 00:37.48 | 00:36.75 | 00:36.03 | 00:35.32 | 00:34.63 | 00:34.28 | 50 C | 00:32.59 | 00:31.95 | 00:31.33 | 00:30.71 | 00:30.11 | 00:29.81 |
| 01:21.62 | 01:18.48 | 01:16.20 | 01:14.70 | 01:13.24 | 01:12.51 | 100 C | 01:11.18 | 01:08.44 | 01:06.45 | 01:05.15 | 01:03.87 | 01:03.23 |
| 02:55.38 | 02:48.63 | 02:43.72 | 02:40.51 | 02:37.37 | 02:35.79 | 200 C | 02:34.18 | 02:28.25 | 02:23.93 | 02:21.11 | 02:18.34 | 02:16.96 |
| 00:41.13 | 00:40.33 | 00:39.54 | 00:38.76 | 00:38.00 | 00:37.62 | 50 B | 00:35.13 | 00:34.44 | 00:33.76 | 00:33.10 | 00:32.45 | 00:32.13 |
| 01:31.80 | 01:28.27 | 01:25.70 | 01:24.02 | 01:22.37 | 01:21.54 | 100 B | 01:20.13 | 01:17.05 | 01:14.80 | 01:13.34 | 01:11.90 | 01:11.18 |
| 03:16.37 | 03:08.82 | 03:03.32 | 02:59.72 | 02:56.20 | 02:54.44 | 200 B | 02:54.22 | 02:47.52 | 02:42.64 | 02:39.45 | 02:36.32 | 02:34.76 |
| 00:34.85 | 00:34.17 | 00:33.50 | 00:32.84 | 00:32.20 | 00:31.88 | 50 M | 00:30.02 | 00:29.43 | 00:28.85 | 00:28.28 | 00:27.73 | 00:27.45 |
| 01:18.92 | 01:15.88 | 01:13.67 | 01:12.23 | 01:10.81 | 01:10.10 | 100 M | 01:08.74 | 01:06.10 | 01:04.17 | 01:02.91 | 01:01.68 | 01:01.06 |
| 02:53.28 | 02:46.61 | 02:41.76 | 02:38.59 | 02:35.48 | 02:33.92 | 200 M | 02:34.57 | 02:28.63 | 02:24.30 | 02:21.47 | 02:18.69 | 02:17.31 |
| 01:20.39 | 01:18.82 | 01:17.27 | 01:15.76 | 01:14.27 | 01:13.53 | 100 E | 01:09.67 | 01:08.30 | 01:06.96 | 01:05.65 | 01:04.36 | 01:03.72 |
| 02:55.98 | 02:49.21 | 02:44.28 | 02:41.06 | 02:37.90 | 02:36.33 | 200 E | 02:37.62 | 02:31.56 | 02:27.14 | 02:24.26 | 02:21.43 | 02:20.02 |
| 06:09.49 | 05:55.28 | 05:44.93 | 05:38.17 | 05:31.54 | 05:28.22 | 400 E | 05:33.36 | 05:20.54 | 05:11.20 | 05:05.10 | 04:59.12 | 04:56.13 |
| 02:38.38 | 02:32.29 | 02:16.90 | | 02:15.53 | | 4x50 E | 02:21.86 | 02:16.40 | 02:02.62 | | 02:01.39 | |
| 05:39.93 | 05:26.86 | 04:47.45 | | 04:44.57 | | 4x100 E | 05:06.69 | 04:54.90 | 04:19.34 | | 04:16.74 | |

# DISPOSIÇÕES GERAIS

## 1. OBRIGATORIEDADE DE FILIAÇÃO

**1.1.** Conforme disposição do Regulamento Geral da Federação Portuguesa de Natação, a participação em competições regionais constantes do presente regulamento é exclusiva a agentes desportivos filiados na FPN na disciplina de Natação Pura na época em curso;

**1.2.** O regulamento específico de qualquer uma das competições poderá definir condições específicas de participação de agentes desportivos filiados na FPN em outras disciplinas;

**1.3.** Para efeitos de participação nas competições regionais, os agentes desportivos terão de ter a licença federativa ativa para a época em curso à data do encerramento do prazo de inscrição de cada evento.

## 2. CATEGORIAS/ESCALÕES ETÁRIOS DOS PRATICANTES

De acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, as idades devem ser completadas no ano civil em que termina a época, constituindo-se do seguinte modo as categorias para a época 2026/2027:

| | Masculinos e Femininos | | |
|---|---|---|---|
| **Categorias** | **Idade** | **Ano de Nascimento** | **Escalões** |
| **Escolas de Formação**[1] | **Sem limite mínimo de idade** | | |
| **Cadetes C**<br>**Grupos de Formação Desportiva**[2] | **9 anos e mais novos** | *2018 e mais novos* | **Cadetes** |
| **Cadetes B**[3] | **10 e 11 anos** | *2017 e 2016* | |
| **Cadetes A**[3] | **12 anos** | *2015* | |
| **Infantis B**[3] | **13 anos** | *2014* | **Infantis** |
| **Infantis A** | **14 anos** | *2013* | |
| **Juvenis B** | **15 anos** | *2012* | **Juvenis** |
| **Juvenis A** | **16 anos** | *2011* | |
| **Juniores** | **17 e 18 anos** | *2010 e 2009* | **Juniores** |
| **Seniores** | **19 anos e mais velhos** | *2008 e mais velhos* | **Seniores** |

[1] *Os praticantes da categoria de Escolas de Natação têm filiação própria na FPN âmbito do presente regulamento. A filiação destes nadadores é apenas enquadrada no programa Portugal a Nadar da FPN.*

[2] *Os praticantes com idades referentes à categoria de Grupos de Formação Desportiva têm filiação própria na FPN fora do âmbito do presente regulamento;*

[3] *Os nadadores da categoria de Cadetes e Infantis estão sujeitos à aplicação das regras de utilização de fatos segundo o exposto na regulamentação de provas nacionais da FPN.*

## 3. NORMAS GERAIS DE PROVAS ORGANIZADAS PELA ANL

| | |
|---|---|
| **Arbitragem** | Todas as competições realizadas na área de jurisdição da Associação de Natação de Lisboa terão arbitragem a cargo do Concelho Regional de Arbitragem da ANL. |
| **Cronometragem** | • Todas as competições de Cadetes de organização da ANL terão cronometragem manual;<br>• Todas as competições de organização ANL nas categorias de Infantis, Juvenis, Juniores, Seniores terão cronometragem eletrónica;<br>• Excetua-se ao ponto anterior as competições que, por natureza técnica, logística ou financeira impossibilitem a utilização daquele sistema de cronometragem. |
| **Regulamentos Específicos** | Os Regulamentos específicos de cada prova encontram-se em estrita observância com os regulamentos federativos. |
| **Organização das Séries** | Salvo o regulamento específico de competição indique o contrário, nas provas em formato de final direta os nadadores serão agrupados por séries de acordo com o seu tempo de inscrição, da série lenta para a mais rápida. |
| **Duração das Sessões** | Findo o período de inscrições, sempre que a uma sessão tiver duração prevista superior a 4h, pode Associação de Natação de Lisboa decidir proceder ao ajuste do regime de participação ou à eliminação de provas do programa. Quaisquer alterações a implementar serão submetidas a aprovação na FPN e dadas a conhecer aos clubes participantes de modo que estes possam proceder em conformidade dentro dos prazos definidos. |
| **Entrega da Constituição de Estafetas** | Salvo regulamentação específica, a entrega da constituição das equipas de estafetas, ou suas alterações, terão de ser realizadas até 30 minutos antes do início da respetiva Jornada/Sessão. |
| **Reuniões de Delegados** | Salvo regulamentação específica em contrário, as reuniões de delegados para os clubes participantes das competições com duas ou três sessões terão lugar entre 30 e 45 minutos antes do início da primeira sessão de cada competição. Nas competições com mais sessões de competição ou maior complexidade organizativa (Campeonatos Regionais, Meetings, entre outros) as reuniões ocorrerão via remota (plataforma ZOOM ou outra) em data e hora a divulgar quando da emissão/envio da lista de inscritos à competição. |
| **Programas de Prova** | Os programas de prova serão distribuídos pelos clubes participantes em formato digital. |
| **Resultados** | Os resultados serão disponibilizados em:<br>• www.anlisboa.pt<br>• http://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&Nation=POR |
| **Protestos** | Salvo regulamentação específica, todos os protestos deverão ser entregues por escrito ao juiz-árbitro até 30 minutos após o final da sessão e acompanhados de uma taxa de 50€. Caso o protesto seja deferido, o valor da taxa será devolvido.<br><br>Todos os protestos deverão ser baseados em questões de direito e será apreciado pelo Júri de Apelo composto pelo Diretor da Prova, Representante nomeado pelo Conselho Regional de Arbitragem da ANL, e Diretor Técnico da ANL. |
| **Pagamentos** | Por transferência bancária para o **IBAN: PT50 0018 0008 0404 3773 0207 5** |

## 4. NORMAS DAS INSCRIÇÕES E PARTICIPAÇÃO EM PROVAS ORGANIZADAS PELA ANL

| | |
|---|---|
| **Participação** | a. Podem participar nadadores pertencentes à ANL devidamente filiados na disciplina de Natação Pura até à data-limite de inscrição definido para a competição em causa;<br>b. A confirmação do pagamento deve ser realizada até 48h após a conclusão do prazo de inscrições ou alterações (caso este esteja previsto). A ausência do pagamento pode implicar que os atletas do clube sejam retirados da competição;<br>c. Podem também participar, em regime extracompetição, atletas não pertencentes à ANL, desde que:<br>• Estejam devidamente filiados em Natação Pura à data-limite das inscrições;<br>• A participação seja devidamente autorizada pelo Departamento Técnico da ANL. |
| **Local** | Todas as inscrições deverão ser realizadas via eletrónica, através do programa informático Team Manager da Geologix ou pelo Entry Editor, e os respetivos ficheiros enviados para o e-mail inscricoes@anlisboa.pt;<br><br>O processo de inscrições deve respeitar o disposto no Regulamento de Inscrições em Prova **(Anexo II)**. |
| **Data e hora limite** | As datas e horas limites para as inscrições de cada uma das competições regionais constarão no respetivo regulamento específico. |
| **Tempos de inscrição** | **Provas Individuais**<br>• Os tempos de inscrição para cada prova deverão corresponder ao melhor registo obtido de acordo com os prazos estipulados em regulamento específico;<br>• Todos os tempos de inscrição serão verificados e se necessário automaticamente retificados, de acordo com os registos da base de dados do Swimrankings, à data-limite para o envio das inscrições (excetua-se desta regra as provas da categoria de Cadetes);<br>• Sempre que necessário, para efeitos de conversão de tempos entre piscinas de diferente tipologia, será utilizada a percentagem de 3% para as provas de Bruços e Mariposa, e de 2% para os restantes estilos, salvo outra determinação no regulamento específico da competição;<br>• Sempre que um atleta não tenha qualquer registo de tempo para a prova a participar, ser-lhe-á atribuído um tempo igual ao pior registo de inscrição observado para a sua categoria, salvo nas provas para a categoria de Cadetes onde os clubes deverão indicar tempos de referência;<br>• Com base em registos anteriores, o Departamento Técnico da ANL tem ainda autonomia para ajustar os tempos de inscrição desde que devidamente fundamentada esta opção;<br>**Provas de Estafetas**<br>• Na inscrição de equipas de estafetas é obrigatório estar definido o tempo de inscrição, a categoria, e a completa constituição dos elementos que a integram;<br>• O tempo de inscrição deverá corresponder à soma dos parciais dos atletas que constituem a equipa;<br>• Todas as inscrições de estafetas que deem entrada sem tempo, constituição, ou categoria definida, não serão consideradas. |
| **Das inscrições** | • O processo de inscrições tardias, alterações ou anulações, deve respeitar o estipulado no Regulamento de Inscrições em Provas (**Anexo II**);<br>• Em incumprimento do prazo estabelecido para o envio das suas inscrições, a aceitação destas só poderá ser feita após o pagamento da taxa prevista (consultar tabela de taxas), e não poderá ultrapassar a data-limite determinado para as alterações;<br>• Após o prazo de alterações, as anulações de participação em provas não isentam o clube do pagamento das taxas de inscrição efetuadas. |

| | |
|---|---|
| **Mínimos de participação** | • Em todas as competições para as quais estejam definidos mínimos de participação, poderão ser inscritos todos os atletas e equipas de estafetas que, dentro dos prazos definidos em regulamento específico tenham efetuado tempos iguais ou inferiores aos estabelecidos, desde que devidamente homologados à data-limite de envio das inscrições;<br>• Salvo o regulamento específico do evento assim indique, podem ainda inscrever-se atletas ou equipas que não respeitem o definido na alínea anterior estando sujeitos, caso os resultados obtidos não cumpram os mínimos estabelecidos, à aplicação das taxas de incumprimento previstos no presente regulamento;<br>• A faturação resultante da aplicação das taxas previstas no disposto anterior será enviada para os respetivos clubes que por sua vez dispõem de 5 dias úteis para contestar as mesmas junto da ANL Após este prazo não serão aceites quaisquer reclamações sobre a aplicação das referidas taxas. |
| **Faltas às competições** | • Todas as faltas de comparência que não tenham enquadramento na disposição do ponto 6 do Regulamento de Inscrições (Anexo II) estão sujeitas à apresentação de atestado médico justificativo sob pena de serem aplicadas aos clubes as taxas previstas no presente regulamento;<br>• Os originais ou digitalizações a cores das justificações médicas referidas na alínea anterior têm de ser enviadas por email para os serviços administrativos da ANL até 3 dias úteis após a realização da competição. |
| **Isenção de taxas** | Ficam isentos do pagamento de taxas de inscrição ou de incumprimento de mínimos todos os atletas pertencentes à ANL:<br>• Que integrem o Regime de Alto Rendimento;<br>• Que a partir de 1 de março de 2026 tenham integrado a Seleção Nacional em competições fora do território nacional. |

## 5. COMPETIÇÕES NÃO ORGANIZADAS PELA ANL

**5.1.** A organização de competições oficiais dentro da área territorial da ANL deverá cumprir as normas dispostas no **Anexo III** do presente regulamento;

**5.2.** A aprovação dos regulamentos propostos, bem como o processamento do serviço de inscrições e elaboração do programa informático de competição, está sujeito à taxa única de **75€,** a ser pago **até ao 2º dia útil anterior à realização da competição.**

## 6. REGIME DE DESLOCAÇÕES PARA PARTICIPAR EM COMPETIÇÕES FORA DA ÁREA DA ANL

| | |
|---|---|
| **Nacionais** | Em observância com o disposto no Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, Secção V, artigo 143º, a deslocação e participação de atletas fora da área da ANL está sujeita à formalização do respetivo pedido com antecedência mínima de 10 dias, a qual deverá ser enviada via correio eletrónico para **dtr@anlisboa.pt** e **geral@anlisboa.pt**.<br>Pedidos que deem entrada após este prazo, até ao limite de antecedência de 5 dias, serão considerados desde que mediante o pagamento de uma **taxa de 15€.**<br><br>Excetua-se ao disposto anteriormente:<br>a. A participação de atletas ou equipas convocadas para a integração de estágios ou seleções de âmbito regional ou nacional;<br>b. A participação de atletas em competições destinadas às suas categorias e que integrem o Plano de Alto Rendimento; |

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

a. Formalização de pedido de autorização enviado com a antecedência mínima de 15 dias onde deverá constar a devida fundamentação;

b. A deliberação do pedido será realizada pela Direcção da ANL, e após análise do parecer do Departamento Técnico;

c. O não cumprimento ao disposto das alíneas **a.** ou **b.** implica que a deslocação não está autorizada.

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

Caso se verifique a participação de atletas ou equipas associadas em provas fora do âmbito da ANL sem a devida autorização, fica o respetivo clube sujeito ao pagamento da taxa de incumprimento (consultar tabela de taxas), bem como à não homologação dos resultados obtidos.

**Internacionais**

De acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, Secção V, artigo 145º:

*"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;*

*2. No prazo máximo de cinco dias após a realização desta prova, deverá enviar à F.P.N. os resultados completos das competições em que participou;*

*3. 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;*

*4. O incumprimento do disposto nos números anteriores implica, entre outros, a não homologação dos resultados obtidos."*

Os pedidos enviados à ANL serão encaminhados à FPN, com o devido parecer da Direção da ANL, competindo àquela a resposta ao pedido.

Para além do disposto acima, as deslocações que sejam coincidentes em data e categorias com provas do calendário da ANL, estão sujeitas a:

a. Formalização de pedido de autorização enviado com a antecedência mínima de 25 dias, onde deverá constar a devida fundamentação;

b. A deliberação do pedido será realizada pela Direcção da ANL, e após análise do parecer do Departamento Técnico;

A Direção da ANL, mediante parecer do seu Departamento Técnico, enviará resposta no prazo de 3 dias úteis. O não cumprimento ao disposto das alíneas **a.** ou **b.** implica que a deslocação não está autorizada;

As formalizações dos pedidos de deslocação internacionais devem ser encaminhadas para **dtr@anlisboa.pt** e **geral@anlisboa.pt** .

Caso se verifique a participação de atletas ou equipas em competições internacionais que não estejam devidamente autorizados, fica o clube sujeito ao pagamento da taxa de incumprimento (consultar tabela de taxas), bem como à não homologação dos resultados.

## 7. TABELAS DE TAXAS

### 7.1. Taxas de Inscrição em provas de organização ANL

Salvo regulamentação específica, as taxas de inscrição nas competições da ANL são as seguintes:

| CLUBES SÓCIOS ANL | | | | CATEGORIAS | OUTROS CLUBES | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Provas Individuais | | Provas Estafetas | | | Provas Individuais | Provas Estafetas |
| Escalão 1 | Escalão 2 | Escalão 1 | Escalão 2 | | | |
| 1.40 € | 2.40 € | 4.20 € | 6.20 € | Cadetes | 3.40 € | 8.20 € |
| 1.80 € | 2.80 € | 5.40 € | 7.40 € | Infantis | 3.80 € | 9.40 € |
| 2.30 € | 3.30 € | 7.00 € | 9.00 € | Juvenis | 4.30 € | 11.00 € |
| 2.80 € | 3.80 € | 8.00 € | 10.00 € | Juniores e Seniores | 4.80 € | 12.00 € |

Condições de acesso aos escalões para os Clubes Sócios da ANL:

| | |
|---|---|
| Escalão 1 | **a)** Clubes sem piscina própria ou não homologada para competições Natação Pura<br><br>**b)** Clubes com piscina homologada e que colabora com a ANL na execução do calendário regional Natação Pura (cede para competições) |
| Escalão 2 | Clubes com piscina homologada e com condições de receber eventos ANL, mas não colaborante na execução do calendário regional Natação Pura (não cede para competições) |

### 7.2. Taxas de incumprimentos dos mínimos de participação

Os valores aplicáveis são divididos em dois escalões:

- **Escalão A:** Incumprimentos inferiores a 1 segundo por cada 50 metros
- **Escalão B:** Incumprimentos superiores a 1 segundo por cada 50 metros

| Diferença do Tempo Final para o Mínimo de Acesso | | |
|---|---|---|
| Distância Prova | Escalão A | Escalão B |
| 50m | <= 1s | > 1s |
| 100m | <= 2s | > 2s |
| 200m | <= 4s | > 4s |
| 400m | <= 8s | > 8s |
| 800m | <= 16s | > 16s |
| 1.500m | <= 30s | > 30s |
| 4x50m | <= 4s | > 4s |
| 4x100m | <= 8s | > 8s |
| 4x200m | <= 16s | > 16s |

| | Taxas de incumprimento | |
|---|---|---|
| Categorias | Escalão A | Escalão B |
| Cadetes e Infantis | 3.00 € | 6.00 € |
| Juvenis, Juniores e Seniores | 5.00 € | 10.00 € |

### 7.3. Taxas de outros incumprimentos

| Incumprimento | Taxa |
|---|---|
| Inscrições tardias - por clube | 60.00 € |
| Inscrições tardias - atleta individual | 15.00 € |
| Falta a prova individual | 2.00 € |
| Falta a prova de estafeta | 6.00 € |
| Deslocação nacional não autorizada | 20.00 € / atleta |
| Deslocação internacional não autorizada | 60.00 € / atleta |

## 8. NORMAS E PROCEDIMENTOS NOS PERÍODOS DE AQUECIMENTO EM COMPETIÇÕES NA ANL

A organização e gestão das competições sancionadas e reguladas pela ANL ou na sua área de jurisdição, será responsável por garantir que a aplicação de todas as normas de segurança, gestão de riscos e procedimentos de aquecimento são cumpridos

**Considerações Gerais**

- Durante todos os períodos de aquecimento programados, é da responsabilidade de todos os participantes (treinadores, nadadores, delegados e funcionários) cumprir e fazer cumprir com estes procedimentos.
- A organização nomeará um ou mais responsáveis pela supervisão ativa dos períodos de aquecimento na piscina de competição e garantir a conformidade com esses procedimentos. Caso outros agentes observem inconformidades no cumprimento daqueles, devem os mesmos notificar os responsáveis/organização.
    - ❖ Caso existam e estejam disponíveis, os mesmos procedimentos de segurança devem ser cumpridos nas piscinas secundárias, ficando a sua supervisão sob a responsabilidade de nadadores-salvadores, ou dos treinadores cujos nadadores se encontram a utilizar esse plano de água.
- A organização e os responsáveis do aquecimento devem ser previamente informados da existência de quaisquer nadadores portadores de deficiência a realizar os períodos de aquecimento.
- Para assegurar melhor eficácia e segurança nos períodos de aquecimento, a organização tem o direito de poder dividir o aquecimento como considere adequado (com separação definida em função do número de nadadores por pista, por clube, por provas a realizar, por sexo ou idade, etc.).
- Sempre que houver divisão de aquecimentos os clubes têm de ser informados, podendo esta comunicação ser feita através de anúncio geral nas Reuniões de Delegados ou Técnicas, ou ser enviada por email.
    - ❖ Nos aquecimentos com separação por diferentes períodos de realização, os treinadores estão incumbidos pelo cumprimento de horários e de quaisquer outras condições estabelecidas para os mesmos.
- O não cumprimento destes procedimentos poderá resultar em advertência ou remoção do nadador do aquecimento e possível comunicação ao Juiz Árbitro da prova ao abrigo da regra SW 2.1.1. da World Aquatics.

| | |
|---|---|
| **Procedimentos nos períodos de aquecimento** | • A organização poderá definir pistas de Sprints e de Ritmo de Competição a utilizar durante todo o período de aquecimento. Caso tal se verifique as mesmas serão divulgadas em conjunto com a lista de inscritos final da competição ou em comunicação complementar<br>• No início dos períodos de aquecimento os nadadores deverão entrar na água de "pés", de forma cautelosa e respeitando os nadadores que possam já estar a circular na pista;<br>• Os saltos de partida são apenas permitidos nos períodos e pistas definidos para SPRINTS<br>• Não é permitido mergulhar a partir dos lados da piscina nem correr no deck da piscina;<br>• Durante a execução dos aquecimentos todos devem procurar e assegurar o respeito pelos restantes nadadores a circular na mesma pista, e serem promotores na preservação da integridade física evitando comportamentos de risco.<br><br>Salvo diferente indicação, estabelecida em regulamento específico ou comunicada pela organização da competição, os aquecimentos devem cumprir os seguintes procedimentos<br><br>• Os clubes devem procurar distribuir os nadadores nas pistas procurando evitar a sobrelotação.<br>• Só são permitidos Sprints com partidas nos últimos **10 minutos** dos períodos de aquecimento e apenas realizados nas pistas de Sprint.<br>• A 10 minutos do final dos períodos de aquecimento, as pistas exteriores devem ser libertadas passando a ser consideradas como **pistas de Sprint.** Durante este período a circulação na pista só pode ser realizada em sentido único.<br>• Sempre que possível e necessário a organização irá colocar sinalética nas pistas indicadas para realização de aquecimento.<br>• Caso não exista divisão de aquecimento em períodos, a libertação de pistas e a duração do período de sprints será de **20 minutos**. |
| **Material permitido nos aquecimentos** | • Durante os aquecimentos apenas é permitido o uso de **Prancha**, **Pull-Buoy**, **Snorkel**, **Dragsocks**.<br><br>• **O uso de Barbatanas e/ou Palas não é permitido** exceto se previamente divulgado pela organização da competição.<br><br>EXCEÇÃO: será possível em Piscina de 50, mediante o número de nadadores inscritos, ou nos períodos de aquecimento intermédios que possam existir e cujo número de nadadores permite assegurar baixo risco para a integridade física. |

## 9. CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos serão resolvidos pela Direcção da Associação de Natação de Lisboa de acordo com a lei e a regulamentação da Federação Portuguesa de Natação vigente.

## CATEGORIAS DE JUVENIS JUNIORES SENIORES

### Tempos Limite de Participação obtidos em Piscina Longa

| Femininos | | | | | | Prova | Masculinos | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Juv B | Juv A | Jun 1 | Jun 2 | Sen 1 | Sen + | | Juv B | Juv A | Jun 1 | Jun 2 | Sen 1 | Sen + |
| 00:33.01 | 00:32.36 | 00:31.73 | 00:31.11 | 00:30.50 | 00:30.19 | 50 L | 00:28.71 | 00:28.14 | 00:27.59 | 00:27.05 | 00:26.52 | 00:26.25 |
| 01:12.48 | 01:09.69 | 01:07.66 | 01:06.34 | 01:05.04 | 01:04.38 | 100 L | 01:03.86 | 01:01.41 | 00:59.62 | 00:58.45 | 00:57.30 | 00:56.73 |
| 02:37.44 | 02:31.39 | 02:26.98 | 02:24.10 | 02:21.27 | 02:19.86 | 200 L | 02:21.46 | 02:16.02 | 02:12.06 | 02:09.47 | 02:06.93 | 02:05.66 |
| 05:32.32 | 05:19.54 | 05:10.23 | 05:04.15 | 04:58.19 | 04:55.20 | 400 L | 05:01.35 | 04:49.76 | 04:41.32 | 04:35.81 | 04:30.40 | 04:27.70 |
| 11:13.87 | 10:47.96 | 10:29.08 | 10:16.75 | 10:04.66 | 09:58.61 | 800L | 10:14.22 | 09:50.59 | 09:33.39 | 09:22.15 | 09:11.13 | 09:05.62 |
| 21:59.97 | 21:09.20 | 20:32.23 | 20:08.07 | 19:44.38 | 19:32.54 | 1500 L | 19:29.36 | 18:44.38 | 18:11.63 | 17:50.23 | 17:29.24 | 17:18.75 |
| 02:18.65 | 02:15.93 | 02:08.09 | | 02:06.81 | | 4x50 L | 02:00.57 | 01:58.20 | 01:51.38 | | 01:50.27 | |
| 05:04.42 | 04:52.71 | 04:38.61 | | 04:30.42 | | 4x100 L | 04:28.23 | 04:17.91 | 04:05.49 | | 03:58.27 | |
| 11:01.26 | 10:35.82 | 10:05.20 | | 09:47.40 | | 4x200 L | 09:54.15 | 09:31.30 | 09:03.78 | | 08:47.79 | |
| 00:38.23 | 00:37.48 | 00:36.75 | 00:36.03 | 00:35.32 | 00:34.97 | 50 C | 00:33.24 | 00:32.59 | 00:31.95 | 00:31.33 | 00:30.71 | 00:30.41 |
| 01:23.26 | 01:20.05 | 01:17.72 | 01:16.20 | 01:14.70 | 01:13.96 | 100 C | 01:12.61 | 01:09.81 | 01:07.78 | 01:06.45 | 01:05.15 | 01:04.50 |
| 02:58.89 | 02:52.01 | 02:47.00 | 02:43.72 | 02:40.51 | 02:38.91 | 200 C | 02:37.26 | 02:31.21 | 02:26.81 | 02:23.93 | 02:21.11 | 02:19.70 |
| 00:42.37 | 00:41.54 | 00:40.72 | 00:39.92 | 00:39.14 | 00:38.75 | 50 B | 00:36.18 | 00:35.47 | 00:34.78 | 00:34.09 | 00:33.43 | 00:33.09 |
| 01:34.55 | 01:30.91 | 01:28.27 | 01:26.54 | 01:24.84 | 01:23.99 | 100 B | 01:22.53 | 01:19.36 | 01:17.05 | 01:15.54 | 01:14.06 | 01:13.32 |
| 03:22.26 | 03:14.48 | 03:08.82 | 03:05.12 | 03:01.49 | 02:59.67 | 200 B | 02:59.45 | 02:52.54 | 02:47.52 | 02:44.23 | 02:41.01 | 02:39.40 |
| 00:35.90 | 00:35.20 | 00:34.51 | 00:33.83 | 00:33.17 | 00:32.83 | 50 M | 00:30.92 | 00:30.31 | 00:29.72 | 00:29.13 | 00:28.56 | 00:28.28 |
| 01:21.28 | 01:18.16 | 01:15.88 | 01:14.39 | 01:12.93 | 01:12.21 | 100 M | 01:10.80 | 01:08.08 | 01:06.10 | 01:04.80 | 01:03.53 | 01:02.90 |
| 02:58.47 | 02:51.61 | 02:46.61 | 02:43.34 | 02:40.14 | 02:38.54 | 200 M | 02:39.21 | 02:33.08 | 02:28.63 | 02:25.71 | 02:22.85 | 02:21.43 |
| | | | | | | 100 E | | | | | | |
| 02:59.50 | 02:52.60 | 02:47.57 | 02:44.28 | 02:41.06 | 02:39.45 | 200 E | 02:40.77 | 02:34.59 | 02:30.09 | 02:27.14 | 02:24.26 | 02:22.82 |
| 06:16.88 | 06:02.39 | 05:51.83 | 05:44.93 | 05:38.17 | 05:34.79 | 400 E | 05:40.03 | 05:26.95 | 05:17.43 | 05:11.20 | 05:05.10 | 05:02.05 |
| 02:41.55 | 02:35.34 | 02:19.64 | | 02:18.25 | | 4x50 E | 02:24.70 | 02:19.13 | 02:05.07 | | 02:03.82 | |
| 05:46.73 | 05:33.40 | 04:53.19 | | 04:50.26 | | 4x100 E | 05:12.83 | 05:00.80 | 04:24.52 | | 04:21.88 | |