



XIV TORNEIO TAÇA "CIDADE DE ALCOBAÇA"

REGULAMENTO

1. A competição é organizada de acordo com o regulamento Geral da Federação Portuguesa de Natação, estando a arbitragem a cargo do Conselho Regional de Arbitragem da Associação Natação do Distrito de Leiria.
2. Data: 16 de Janeiro 2010
3. Local: Piscina Municipal de Alcobaça (25 metros X 8 pistas)
4. Para esta edição são convidados 30 clubes.
5. Os nadadores serão divididos em sete categorias:
 - Open - (abrange a todas as categorias excepto a categoria de cadetes)
 - G 0 - (Masc. Seni+Jun; Fem. Seni+Jun.)
 - Juvenil (Fem. 96)
 - Juvenis A - (Masc. 94)
 - Juvenis B - (Masc. 95)
 - Infantis A - (Masc. 96; Fem. 97)
 - Infantis B - (Masc. 97; Fem 98)
6. Participação:
 - 6.1. Em todas as provas cada clube são poderá inscrever um nadador por categoria.
 - 6.1.1. Nas provas para nadadores G0, Juvenis, Juvenis A, Juvenis B, Infantis A e Infantis B. Cada clube terá de optar, por duas das quatro provas por categoria.
 - 6.2 Os Clubes convidados poderão inscrever no máximo de 15 nadadores no total.
 - 6.3 Ao clube organizador reserva-se no direito de preencher as pistas vagas com nadadores seus na condição extra competição.
7. As equipas devem **confirmar** a sua presença até ao **dia 11 de Dezembro de 2009** pelo telefone: 262 – 596445, fax: 262 – 585131 ou E-mail: geral@natacaoalcobaca.com e enviar as **inscrições** até ao dia **04 de Janeiro de 2010**, para:
 - CLUBE NATAÇÃO DE ALCOBAÇA
Piscina Municipal de Alcobaça
2460 ALCOBAÇA
 - E-mail: geral@natacaoalcobaca.com
competicao@natacaoalcobaca.com
 - Ficheiro informático Pro Swim do "Team Manager" ou o "Entry Editor" disponível em **WWW.natacaoalcobaca.com**

8. São permitidas **alterações** antes da realização da Taça até às 18h00m do dia **13 de Janeiro de 2010**. Só serão aceites alterações, desde que os atletas constem da lista onomástica.

9. Prémios:

CLUBES:

- a) Serão entregues troféus aos clubes classificados do 1º ao 8º lugar da classificação final, e um de presença para os restantes.

NADADORES:

Ao atleta de cada categoria que efectuar a prova mais pontuada, pela tabela FINA 2009, será entregue um troféu.

10. Prémios monetários:

CLUBES:

Aos 3 primeiros classificados : 1º - 550 €, 2º - 350 € e 3º - 200 €.

VALOR ENTREGUE AO CLUBE:

- a) Recorde do Torneio por categoria - 50 €.
b) Recorde Nacional por Categoria - 200 €
c) Recorde Nacional Absoluto - 500 €

11. Pontuação: Será atribuída a seguinte pontuação por prova e categoria:

- 1º Classificado - 9 pontos
- 2º Classificado - 7 pontos
- 3º Classificado - 6 pontos
- 4º Classificado - 5 pontos
- 5º Classificado - 4 pontos
- 6º Classificado - 3 pontos
- 7º Classificado - 2 pontos
- 8º Classificado - 1 ponto

As provas de estafetas pontuarão a dobrar.

PROGRAMA/HORÁRIO

SÁBADO 16 DE JANEIRO DE 2010

Abertura das piscinas **13h30m**

Aquecimento **13h45m**

Torneio **15h00m**

1ª Prova 50 LIVRES OPEN - FEM.

2ª Prova 50 LIVRES OPEN - MAS.

3ª Prova 200 BRUÇOS (G0, Juv , Inf A e Inf B) FEM.

4ª Prova 200 BRUÇOS (G0, Juv A, Juv B, Inf. A e Inf B) MAS.

5ª Prova 200 LIVRES (G0, Juv , Inf A e Inf B) FEM.

6ª Prova 200 LIVRES (G0, Juv A, Juv B, Inf. A e Inf B) MAS.

7ª Prova 200 MARIPOSA (G0, Juv , Inf A e Inf B) FEM.

8ª Prova 200 MARIPOSA (G0, Juv A, Juv B, Inf. A e Inf B) MAS.

9ª Prova 200 COSTAS (G0, Juv , Inf A e Inf B) FEM.

10ª Prova 200 COSTAS (G0, Juv A, Juv B, Inf. A e Inf B) MAS.

11ª Prova 400 LIVRES OPEN - FEM.

12ª Prova 400 LIVRES OPEN - MAS.

Intervalo 10 minutos

13ª Prova 4X100 ESTILOS OPEN - FEM.

14ª Prova 4X100 ESTILOS OPEN - MASC.