

## CAMPEONATO NACIONAL DE VERÃO DE NATAÇÃO ADAPTADA

### 1. LOCAL

Complexo de Piscinas Municipais de Abrantes (25 metros).

### 2. DATA

Competição – 2 e 3 de julho.

### 3. PROGRAMA – HORÁRIOS

2 DE JULHO DE 2020 – 9:30H 1ª JORNADA – 1ª SESSÃO		3 DE JULHO DE 2020 – 09.30H 2ª JORNADA – 1ª SESSÃO	
1	100 Livres Fem. – Todas as classes	26	800 Livres Fem. – S14 / S15 / S17 & S21
2	100 Livres Masc. – Todas as classes	27	800 Livres Masc. – S14 / S15 / S17 & S21
3	200 Costas Fem. – S14 / S15 / SB17 & S21	28	100 Bruços Fem. – SB4 a SB17 & SB21
4	200 Costas Masc. – S14 / S15 / SB17 & SB21	29	100 Bruços Masc. – SB4 a SB17 & SB21
5	150 Estilos Fem. – SM1 a SM4	30	100 Estilos Fem. – S14 / S17 & S21
6	150 Estilos Masc. – SM1 a SM4	31	100 Estilos Masc. – S14 / S17 & S21
7	200 Estilos Fem. – SM5 a SM17 & SM21	32	100 Mariposa Fem. – S8 a S17 & S21
8	200 Estilos Masc. – SM5 a SM17 & SM21	33	100 Mariposa Masc. – S8 a S17 & S21
9	50 Bruços Fem. – SB1 a SB3 / SB14 a SB21	34	200 Bruços Fem. – SB14 / SB15 / SB17 & SB21
10	50 Bruços Masc. – SB1 a SB3 / SB14 a SB21	35	200 Bruços Masc. – SB14 / SB15 / SB17 & SB21
11	50 Mariposa Fem. – S1 a S7 / S14 a S21	36	200 Mariposa Fem. – S14 / S15 / S17 & S21
12	50 Mariposa Mas. – S1 a S7 / S14 a S21	37	200 Mariposa Masc. – S14 / S15 / S17 & S21
13	1500 Livres Fem. – S14 / S15 / S17 & S21	38	50 Livres Fem. – Todas as classes
14	1500 Livres Masc. – S14 / S15 / S17 & S21	39	50 Livres Masc. – Todas as classes
2 DE JULHO DE 2020 – 16.00H 1ª JORNADA – 2ª SESSÃO		40	4x100 estilos 34 pontos / S14 & S21
15	400 Livres Fem. – S6 a S17 & S21		
16	400 Livres Masc. – S6 a S17 & S21		
17	50 Costas Fem. – S1 a S5 / S14 / S17 a S21		
18	50 Costas Masc. – S1 a S5 / S14 / S17 & S21		
19	100 Costas Fem. – S1 / S2 / S6 a S17 & S21		
20	100 Costas Masc. – S1 / S2 / S6 a S17 & S21		
21	200 Livres Fem. – S1 a S5 / S14 a S21		
22	200 Livres Masc. – S1 a S5 / S14 a S21		
23	400 Estilos Fem. – SM14 / SM15 / SM17 & SM21		
24	400 Estilos Masc. – SM14 / SM15 / SM17 & SM21		
25	4x100 livres 34 pontos / S14 & S21		

**Nota** – aquecimento começa às 8h, 14.30h e 8h.

### 4. PARTICIPAÇÃO

Cada nadador só poderá ser inscrito, ao longo das 3 jornadas, em 6 provas individuais mais as estafetas, sendo-lhe permitido nadar um máximo de 2 provas por sessão.

## 5. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser realizadas por correio eletrónico para [luisa.garabito@fnatacao.pt](mailto:luisa.garabito@fnatacao.pt), através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página [www.fnatacao.pt](http://www.fnatacao.pt), ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em [www.swimrankings.net/manager/](http://www.swimrankings.net/manager/), até ao dia **20 de junho de 2022**.

A indicação da constituição das equipas de estafeta – uma por clube, categoria de deficiência e género - deverá ser enviada aquando das inscrições ou entregue no Secretariado da Competição, até 30 minutos antes do início de cada sessão.

Os nadadores que forem chamados a fazerem parte da estafeta nacional não poderão fazer parte da estafeta do clube.

## 6. ORGANIZAÇÃO DE SÉRIES

Os nadadores serão agrupados por séries, segundo os tempos de inscrição, independentemente da classe desportiva a que pertencem. Caso haja mais do que 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas. Nas provas de 400 estilos, 800 livres e 1500 livres caso não haja número suficiente de nadadores de cada género, irá realizar-se uma série única mista.

## 7. TEMPOS LIMITE

Nos 800 e 1500 metros livres existirão tempos limites para realizar a prova. Cada nadador que alcançar um tempo fora deste terá que pagar uma multa de 20€.

	MASCULINOS	FEMININOS
800 livres S14	13.44,52	15.57,27
800 livres S15	10:04,80	13:21,36
800 livres S17	13.44,52	15.57,27
800 livres S21	13:54,67	18:29,63
1500 livres S14	26:02,06	30:12,32
1500 livres S15	22:15,26	22:16,56
1500 livres S17	26:02,06	30:12,32
1500 livres S21	28:46,56	34:30,79