

CALENDÁRIO REGIONAL DA ANICentro
REGULAMENTO DE PROVAS



ÉPOCA DE 2024 / 2025

Índice

1. Filiações	3
2. Categorias	3
3. COMPETIÇÕES ORGANIZADAS PELA ANICENTRO	3
3.1. INSCRIÇÕES	3
3.2. CONFIRMAÇÃO DE INSCRIÇÕES, ALTERAÇÕES E ANULAÇÕES	3
3.3. FORMA	4
3.4. TEMPO DE INSCRIÇÃO	4
3.5. PARTICIPAÇÃO	4
3.6. TAXAS/ PAGAMENTOS	4
3.7. MULTAS.....	4
3.8. PROGRAMAS	4
3.9. RESULTADOS	4
3.10. CERIMÓNIA / PRÉMIOS.....	4
3.11. HORÁRIOS	5
3.12. DIVERSOS	5
Anexo 1. Equipamentos	6
4. COMPETIÇÕES NACIONAIS OU INTERNACIONAIS ORGANIZADAS FORA DA ANICENTRO	7
5. COMPETIÇÕES ORGANIZADAS POR CLUBES DA ANICENTRO.....	7
6. SELECÇÕES / ESTÁGIOS.....	7
TORNEIO DE ABERTURA ANICENTRO	9
PROVA DE PREPARAÇÃO / TORNEIO DE CADETES	10
CAMPEONATO REGIONAL ANIC E PREPARAÇÃO DE INFANTIS	11
I FESTIVAL AQUÁTICO	13
I TORREGRI DE CADETES.....	14
TORNEIO INTER-REGIONAL DE VELOCIDADE	16
TORNEIO DO NADADOR COMPLETO DE CADETES, INFANTIS, JUVENIS E ABS (JUN/SEN)	18
TORNEIO INTER-REGIONAL DE CLUBES DE INFANTIS / TORNEIO INTER-REGIONAL DE CLUBES DE ABSOLUTOS (JUV. JUN E SEN)	19
CAMPEONATO REGIONAL DE CATEGORIAS	21
II FESTIVAL AQUÁTICO	23
II TORREGRI DE CADETES.....	24
V TORNEIO INTERNACIONAL DE NATAÇÃO - CIDADE DOS 5'Fs (Farta, Forte, Fiel, Fria, Formosa)	26
TORNEIO DE FUNDO DE INFANTIS E JUVENIS.....	28
III TORREGRI DE CADETES E III FESTIVAL AQUÁTICO.....	30

1. Filiações

A filiação ou renovação de atletas na presente época deverá ter início 15 de setembro. O envio digital da documentação deve ser enviado para anic.secretaria@gmail.com

2. Categorias

CATEGORIAS	MASCULINOS		FEMININOS	
Escolas de Natação	Sem limite de idade		Sem limite de idade	
Cadetes C - Grupos de Formação Desportiva	9 anos a 6 anos	2016 a 2019	8 anos a 6 anos	2017 e 2019
Cadetes B	10,11 anos	2015 e 2014	9,10 anos	2016 e 2015
Cadetes A	12 anos	2013	11 anos	2014
Infantis B	13 anos	2012	12 anos	2013
Infantis A	14 anos	2011	13 anos	2012
Juvenis B	15 anos	2010	14 anos	2011
Juvenis A	16 anos	2009	15 anos	2010
Juniores	17,18 anos	2008 e 2007	16,17 e 18 anos	2009 a 2007
Seniores	19 anos e + velhos	2006 e anterior	19 anos e + velhas	2006 e anterior

Tendo em conta o regulamento geral da FPN, as idades devem ser completadas no ano civil do término da época.

3. COMPETIÇÕES ORGANIZADAS PELA ANICENTRO

3.1. INSCRIÇÕES

Só podem ser inscritos numa competição elementos (atletas, dirigentes e técnicos) filiados na Federação Portuguesa de Natação.

As inscrições terão de dar entrada na sede da ANIC, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com, até à data do regulamento específico de cada competição.

Juntamente com o ficheiro de inscrições, cada clube é obrigado a nomear os treinadores, delegados à prova e nadadores suplentes, assim como o seu número de filiado.

Se um clube se fizer representar por delegado diferente do apresentado no ato de inscrição, o mesmo deverá estar filiado na FPN e apresentar-se com uma credencial devidamente autenticada.

Os eventos Regionais que não possuam um Regulamento específico permitem a participação de atletas de Natação Pura e Natação Adaptada.

No caso dos nadadores individuais, deverão os mesmos tratar diretamente por e-mail da sua inscrição anic.inscricoes@gmail.com.

3.2. CONFIRMAÇÃO DE INSCRIÇÕES, ALTERAÇÕES E ANULAÇÕES

A ANIC não se responsabiliza por possíveis atrasos ou extravios na receção das inscrições, devendo os clubes efetuar a confirmação das suas inscrições por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com. Para tal, a ANIC disponibiliza a listagem das inscrições até às 24 horas da terça-feira anterior à competição, tendo os clubes um prazo limite de **24 horas** para corrigir eventuais anomalias nas inscrições enviadas. Para isso o clube deverá enviar novo ficheiro de inscrições e a organização apenas considerará a última versão. As anulações de inscrições deverão ser realizadas até ao envio do caderno de provas. Caso seja feita posteriormente, a inscrição do atleta será cobrada.

3.3. FORMA

As inscrições para as competições regionais deverão ser feitas por via eletrónica, através do programa informático, definido pela FPN para o efeito: Entry Editor ou Team Manager, respeitando os nomes atribuídos a cada nadador pela FPN. Qualquer anomalia nas inscrições implicará a sua anulação.

3.4. TEMPO DE INSCRIÇÃO

São considerados tempos de inscrição os tempos obtidos em:

- Competições organizadas pela FPN;
- Competições organizadas pela ANIC e filiados;
- Outras competições reconhecidas pela FPN, fora da área da ANIC, desde que devidamente autorizadas e cujos resultados oficiais sejam comunicados à ANIC.

O tempo de inscrição que a ANIC atribui ao nadador será a sua melhor marca obtida até um ano antes.

Quando o nadador não possuir marca na referida época, recorrer-se-á à melhor marca da época anterior, caso o nadador não tenha ainda efetuado a referida prova na época em curso.

Os tempos das estafetas serão os enviados pelos clubes, uma vez que estas poderão não vir constituídas.

3.5. PARTICIPAÇÃO

A direção da ANIC pode autorizar a participação nas competições regionais a atletas de clubes de outras associações.

Na presente época é obrigatório a apresentação do cartão individual FPN em todas as provas, podendo ficar impossibilitado de entrar/participar na mesma sem a apresentação deste.

3.6. TAXAS/ PAGAMENTOS

As taxas de inscrição para as provas regionais são as que estão de acordo com as taxas aprovadas.

Ver documento: Tabela de taxas.

O pagamento deverá ser feito através do **IBAN: PT50 0018 2242 0228 7060 020 20** e o comprovativo enviado para o e-mail anic.inscricoes@gmail.com.

As Taxas terão de ser liquidadas durante os 20 dias após a realização da prova ou até à inscrição do torneio seguinte, se o prazo for inferior. O seu incumprimento invalida as respetivas inscrições no torneio.

3.7. MULTAS

Após o início de um torneio, a falta de comparência às provas individuais dos nadadores inscritos será punida com uma multa de **3 Euros**. As faltas às estafetas implicarão uma multa de **5 Euros**. Estas multas só não se verificarão se for devido a motivo de força maior e por decisão do Juiz Árbitro.

3.8. PROGRAMAS

Cada clube receberá o programa de provas por via eletrónica na quinta-feira anterior à prova.

3.9. RESULTADOS

A ANIC enviará aos clubes, no mais curto espaço de tempo possível, os resultados das diversas provas da sua organização, por via eletrónica.

Os mesmos também estarão disponíveis no site: <https://www.swimrankings.net/>, logo que aprovados pela FPN.

3.10. CERIMÓNIA / PRÉMIOS

Os prémios serão indicados nos regulamentos específicos de cada competição e a sua entrega prescreve no final da mesma.

A cerimónia de entrega de prémios faz parte integrante da competição sendo o momento mais alto e solene da mesma. É o momento da atribuição da distinção em reconhecimento do feito conseguido pelo nadador, restante equipa e entidades envolvidas.



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

O nadador deverá apresentar-se devidamente equipado com a camisola do clube que representa. Aquando da entrega da medalha ou troféu o nadador não poderá ter mais medalhas ao peito.

3.11. HORÁRIOS

Os horários das competições regionais serão os indicados para o início das provas, constantes dos regulamentos específicos de cada competição, podendo os clubes utilizar as Instalações uma hora antes, para efetuarem o respetivo aquecimento.

Findo o tempo de inscrições, se a organização verificar que o horário da competição não é adequado à logística da mesma, poderão existir ajustes no início das sessões, assim como alguma alteração necessária na organização. Estas alterações deverão ser comunicadas aos clubes.

3.12. DIVERSOS

Todas as competições serão realizadas de acordo com o regulamento da FPN.

Todas as competições terão partida única.

Todas as competições terão cronometragem eletrónica da ANIC, à exceção dos Torregris que terá cronometragem manual.

Os nadadores das categorias Cadetes e Infantis não poderão utilizar fatos de competição, conforme Regulamento da FPN:

Anexo 1. Equipamentos

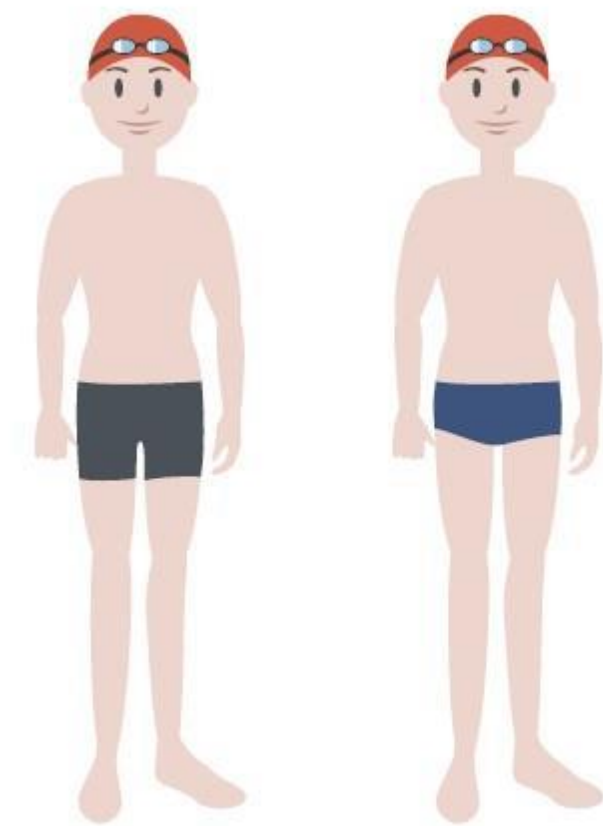


Figura 1 – Equipamentos de competição para os nadadores infantis.



Figura 2 – Equipamentos de competição para as nadadoras infantis.



A ordem e a indicação dos nadadores que integram as estafetas terão de ser obrigatoriamente entregues até **45 minutos antes do início da sessão** em que as mesmas estão integradas.

As reuniões de delegados deverão ter lugar cerca de 30 minutos antes do início de cada prova, sendo que a organização poderá ajustar o horário de acordo com as características da competição.

4. COMPETIÇÕES NACIONAIS OU INTERNACIONAIS ORGANIZADAS FORA DA ANICENTRO

A participação dos clubes ou atletas filiados na ANIC em competições fora da área desta associação (quer seja de outra associação nacional/internacional ou prova particular de um clube) carece de autorização prévia. O pedido terá de ser feito com **15 dias de antecedência**, juntamente com o regulamento da competição em causa. Posteriormente, os resultados deverão ser enviados para a ANIC.

A falta destes procedimentos ou o não acatamento da decisão da Direção da ANIC, implica o pagamento de uma multa de 250 euros.

Sempre que exista uma prova da ANIC, independentemente da categoria, o clube apenas poderá participar numa prova fora da associação, na mesma data, se estiver representado na competição do seu calendário regional.

Excetuam-se os torneios dos clubes da ANIC, onde cada clube filiado poderá optar por não participar.

Os clubes que não participem nos torneios de Torregris da ANIC, não poderão participar nos Torregris de outras associações.

5. COMPETIÇÕES ORGANIZADAS POR CLUBES DA ANICENTRO

Os clubes da ANIC que pretendam organizar provas, ficam obrigados a enviar atempadamente os regulamentos para aprovação. O pedido para realizar o Meeting deverá ser efetuado até 31 de Agosto da época anterior. No documento, deverá constar a solicitação de disponibilização da arbitragem e orçamento; indicação da data, horários e local da prova, assim como o regulamento da competição.

O deferimento estará dependente da compatibilidade de data e horário das restantes atividades da ANIC. Depois de analisado o regulamento da prova, a direção técnica da associação poderá requerer alguma alteração ou adequação de alguns itens que melhor se adequem à logística do evento.

A arbitragem será sempre da responsabilidade do Conselho Regional de Arbitragem da ANIC, com os respetivos custos inerentes.

Os clubes serão os únicos responsáveis pelos convites para a sua prova, não ficando desta forma obrigados a convidar os clubes da ANIC.

6. SELECÇÕES / ESTÁGIOS

Os nadadores dos clubes da ANIC, selecionados para representar a seleções regional, terão obrigatoriamente de o fazer. A falta não justificada dos mesmos obriga à sua não seleção em próximas oportunidades. A justificação da falta terá de ser feita por declaração escrita, médica ou parental, sendo esta enviada para a associação. Não será considerada justificação a participação do clube numa prova ou de férias do atleta, dentro do quadro competitivo regional ou nacional.

A deslocação e custos inerentes dos nadadores serão da responsabilidade da ANIC, a partir do local de encontro estipulado com cada clube, de acordo com a convocatória.

Os tempos considerados para as convocatórias são os referentes à época em vigor.

Para os Estágios e Seleções serão convocados os atletas consoante o melhor ranking, mantendo o mais ajustado possível conforme os critérios da Política Desportiva da época a vigorar. A par disso, caso a quota permita, a AT reserva-se no direito de selecionar os restantes atletas, até perfazer o número desejável e de maior abrangência possível.

Portalegre, 26 de Setembro de 2024

A Direção da ANICentro

Mês	PROVA	Responsável	Local	Disciplina	Data Limite Inscrições
Outubro					
5 e 6					
12 e 13	47º Congresso da APTN	APTN	Viseu		
19 e 20	Torneio de Abertura ANICentro	ANICentro	Elvas	NP	14.10.2024
26 e 27	Prova de Preparação / Torneio de Cadetes	ANICentro	Sertã	NP	21.10.2024
Novembro					
2 e 3	Qualificação da 3ª Divisão	FPN / ANDS	Santarém	NP	15.10.2024 / 22.10.2024
9 e 10	Conveção Portugal a Nadar / Gala FPN	FPN	Viseu		
9 e 10	IX Meeting do Algarve	ANALG	Albufeira	NP	
16 e 17	Meeting da Guarda	CNG	Guarda	NP	08.11.2024
23 e 24	Campeonato Regional ANIC e Preparação de Infantis	ANICentro	Castelo Branco	NP	15.11.2024
29	Campeonato Nacional de Clubes 3ª Divisão	FPN / ANL	Sto António de Cavaleiros	NP	15.10.2024 / 19.10.2024
30 e 1	Campeonato Nacional de Clubes 2ª Divisão	FPN / ANL	Sto António de Cavaleiros	NP	15.10.2024 / 19.10.2024
Dezembro					
7 e 8	Campeonato Nacional de Inverno de Natação Adaptada	FPN / ANICentro	Guarda	NA	
6, 7 e 8	Torneio Zonal de Juvenis - Zona Sul	FPN / ANDS	Abrantes	NP	
13, 14 e 15	Campeonato Nacional de JUN e SEN - PC	FPN / ANDS	Tomar	NP	03.12.2024
21 e 22	Campeonato Nacional de Clubes 1ª Divisão	FPN / ANALG	Albufeira	NP	15.10.2024 / 10.12.2024
21 e 22	I Torregri de Cadetes / I Festival Aquático	ANICentro	Sousel	NP	16.12.2024
Janeiro					
4 e 5					
11 e 12	Torneio Inter-Regional de Velocidade	ANDS / ANIC	A Definir	NP	
18 e 19	XXXII Taça Vale do Tejo	ANDS	Abrantes	NP	
25 e 26	Torneio do Nadador Completo de CAD. INF. JUV e ABS	ANICentro	Campo Maior	NP	20.01.2025
24, 25 e 26	Campeonato Nacional de Inverno de Masters	FPN / ANDS	Torres Novas	M	10.01.2025
Fevereiro					
1 e 2	XV Torneio de Natação "Cidade de Ponte de Sor"	CM Ponte de Sor	Ponte de Sor	NP	24.01.2025
1 e 2	Meeting de Abrantes	CNAB	Abrantes	NP	
8 e 9	Arena Lisbon Internation Meeting	ANL	Jamor	NP	
15 e 16	Torneio Inter-Regional de Clubes	ANIC/ANALEN/ANDS	Portalegre	NP	07.02.2025
22 e 23	Campeonato Nacional de Longa Distância	FPN / ANC	Coimbra	M	07.02.2025
22 e 23	Torneio de Fundo de Masters	FPN / ANC	Coimbra	AA	07.02.2025
Março					
1 e 2	(Carnaval)			NP	
7, 8 e 9	Campeonato Regional de Categorias	ANIC/ANALEN	Ponte de Sor	NP	27.02.2025
15 e 16	II Torregri de Cadetes / II Festival Aquático	ANICentro	Fundão	NP	10.03.2025
21, 22 e 23	Torneio Zonal de Infantis - Zona Sul	FPN / ANL	A Definir	NP	
29 e 30					
Abril					
3, 4, 5 e 6	Camp. Nacional de Juvenis, Juniores e Absolutos Open de Portugal	FPN / ANL	Jamor	NP	18.03.2025
12 e 13	V Torneio Internacional de Natação - Cidade dos 5 F's	ANIC / CMGuarda	Guarda	NP	04.04.2025
19 e 20	(Páscoa)				
26 e 27	XI Meeting de Castelo Branco	ANAR	Castelo Branco	NP	18.04.2025
Mai					
3 e 4	X Meeting Vila Franca de Xira	FPN / ANDS	Vila Franca de Xira	NP	
10 e 11	Torneio Regional de Fundo	ANICentro / ANDS	Campo Maior	NP	02.05.2025
17 e 18	OPEN de Portugal AA e Campeonato Nacional de 10KM, 7,5KM e 5KM	FPN / ANICentro	Trízio (Sertã)	AA	M-02.05.2025/AA-07.05.2025
24 e 25	XVII Meeting Cidade de Coimbra	ANC	Coimbra	NP	
24 e 25	Meeting Cidade de Portalegre	CNP	Portalegre	NP	16.05.2025
31 e 1	XI Meeting de Natação do Fundão	CNFU	Fundão	NP	23.05.2025
31 e 1	I Torneio Masters da Cereja / Cidade do Fundão	CNFU	Fundão	M	23.05.2025
31 e 1	Campeonato Nacional de Verão de Natação Adaptada	FPN / ANDS	Rio Maior	NA	19.05.2025
Junho					
7 e 8					
14 e 15	Meeting de Elvas	CEN	Elvas	NP	06.06.2025
21 e 22	Meeting do Especialista	ANDS	Rio Maior	NP	
28 e 29	III Torregri de Cadetes / III Festival Aquático	ANICentro	Castelo de Vide	NP	23.06.2025
Julho					
4, 5 e 6	Campeonato Regional de Inf. Juv. e Abs	ANALEN / ANICentro	Reguengos de Monsaraz	NP	27.06.2025
10, 11, 12 e 13	Campeonato Nacional de Verão de Masters	FPN / ANALEN	Reguengos de Monsaraz	M	27.06.2025
18, 19 e 20	Campeonato Nacional de Infantis	FPN / ANALG	Loulé	NP	08.07.2025
24, 25, 26 e 27	Campeonato Nacional de Juv., Jun. e Sen.	FPN / ANC	Coimbra	NP	08.07.2025
Agosto					
Setembro					
6 e 7	IX Travessia da Albufeira de Montargil	ANICentro	Montargil	AA	
ESTÁGIOS					
4 e 5 Janeiro	Estágio de Infantis	ANIC/ANALEN/ANALG	Portimão	NP	
	Encontro Nacional de Infantis	FPN	A Definir	NP	
	Encontro Nacional do Jovem Nadador	FPN	A Definir	NP	
	Festival de Estrelas do Mar	FPN	A Definir	ART	
FORMAÇÃO					
	Curso Elementar de Arbitragem	ANICentro		NA, NP, AA	



TORNEIO DE ABERTURA ANICENTRO

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela ANICENTRO.

2. Local e Data

Elvas – 19 de Outubro de 2024 em piscina de 25 metros / 6 pistas.

3. Horário

1ª Sessão → Aquecimento – 08:30 H – Início – 10:00 H

2ª Sessão → Aquecimento – 14:00 H – Início – 15:30 H

4. Participação

Têm direito a participar nesta prova todos os nadadores filiados pela FPN, na categoria de Absolutos.

Cada nadador poderá participar em 3 provas individuais mais as estafetas.

Limite de duas séries de 800 Livres para de cada género. **Serão aceites os 16 melhores tempos feitos entre 14 de Outubro de 2023 e 14 de Outubro de 2024.**

5. Inscrições

As inscrições deverão ser enviadas, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com, **impreterivelmente** até dia **14 de Outubro de 2024**. O NIB da ANICentro – PT50 0018 224202287060020 20

6. Classificações

As Classificação serão separadas por prova, grupo e género.

7. Diversos

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

8. Programa de Provas

1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	800 L	Fem	14	800 L	Mas
2	100 M	Mas	15	100 M	Fem
3	200 M	Fem	16	200 M	Mas
4	100 B	Mas	17	100 B	Fem
5	200 B	Fem	18	200 B	Mas
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
6	50 L	Mas	19	50 L	Fem
7	100 L	Fem	20	100 L	Mas
8	100 C	Mas	21	100 C	Fem
9	200 C	Fem	22	200 C	Mas
10	400 L	Mas	23	400 L	Fem
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
11	200 E	Fem	24	200 E	Mas
12	4 x 100 L	Mas	25	4 x 100 L	Fem
13	4 x 100 E	Fem	26	4 x 100 E	Mas



PROVA DE PREPARAÇÃO / TORNEIO DE CADETES

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela ANICentro.

2. Local e Data

Sertã – 26 de Outubro de 2024, em piscina de 25 metros / 6 pistas.

3. Horário

1ª Sessão → Aquecimento – 07:30 H – Início – 09:00H

2ª Sessão → Aquecimento – 14:30H – Início – 16:00H

4. Participação

Têm direito a participar neste Torneio os atletas filiados pela FPN, nas categorias de Absolutos e Cadetes A e B. Não há limite de inscrições por prova, sessão, atleta e equipas de estafetas. A constituição das equipas de estafetas é definida como Cadetes e Absolutos.

5. Inscrições

As inscrições deverão ser enviadas, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com, **impreterivelmente** até dia **21 de Outubro de 2024. O NIB da ANICentro – PT50 0018 224202287060020 20**

6. Classificações

Nas provas Absolutas, as classificações serão separadas por prova e género, à exceção das estafetas Mistas. Nas provas de Cadetes, estas serão separadas por géneros, à exceção das estafetas que serão Mistas.

7. Programa de Provas

1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	4 x 100 E	Misto*	11	4 x 100 L	Misto*
2	50 B	Todos CAD A/B	12	200 E	Fem
3	200 B	Fem	13	200 E	Mas
4	200 B	Mas	14	50 C	Todos CAD A/B
INTERVALO 10'			15	200 C	Fem
5	50 L	Todos CAD A/B	16	200C	Mas
6	200 L	Fem	INTERVALO 10'		
7	200 L	Mas	17	50 M	Todos CAD A/B
8	4 x 50 E	Misto CAD A/B	18	200 M	Fem
9	4 x 100 E	Fem	19	200 M	Mas
10	4 x 100 E	Mas	20	4 x 50 L	Misto CAD A/B
			21	4 x 100 L	Fem
			22	4 x 100 L	Mas

*- Estafetas somente para a categoria de Juvenis.



CAMPEONATO REGIONAL ANIC E PREPARAÇÃO DE INFANTIS

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela **ANICentro**.

2. Local e Data

Castelo Branco – 23 e 24 de Novembro de 2024, em piscina de 25 metros / 6 pistas.

3. Horário

1ª Jornada

1ª Sessão → Aquecimento – 07:30 H – Início – 09:00H

2ª Sessão → Aquecimento – 14:30H – Início – 16:00H

2ª Jornada

1ª Sessão → Aquecimento – 07:30H – Início – 09:00H

4. Participação

4.1 - Podem participar todos os atletas filiados pela FPN, na categoria de Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores.

4.2 - Os nadadores Absolutos poderão ser inscritos no máximo em oito (8) provas, ao longo das 2 jornadas, mais as estafetas. Os nadadores Infantis poderão ser inscritos num máximo de seis (6) provas ao longo das 2 jornadas, mais as estafetas.

4.3 - A cada clube é permitido inscrever uma equipa de estafetas por prova, género e categoria Infantis e Absolutos.

4.4 - As séries a realizar serão agrupadas de acordo com os tempos de inscrição dos atletas nas diversas provas.

4.5 – Os nadadores Infantis não poderão nadar as provas de 50 M/C/B/L, 100 Estilos e estafeta de 4 x 100 L Misto (somente para Juvenis).

5. Inscrições

As inscrições deverão ser enviadas, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com, **impreterivelmente** até dia **15 de Novembro de 2024. O NIB da ANICentro – PT50 0018 224202287060020 20**

6. Classificações

As Classificações serão separadas por prova e género em Infantis e Absolutos.

7. Prémios

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada prova e género em Absolutos.

8. Programa de Provas

1ª JORNADA			2ª JORNADA		
1ª SESSÃO			1ª SESSÃO		
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	800 L	Fem	32	4 x 50 E	Fem
2	800 L	Mas	33	4 x 50 L	Mas
3	100 C	Fem	34	1500 L	Fem
4	100 C	Mas	35	1500 L	Mas
5	200M	Fem	36	200 C	Fem
6	200 M	Mas	37	200 C	Mas
7	4 x 100 L	Misto*	38	100 L	Fem
INTERVALO 10'			39	100 L	Mas
8	400 L	Fem	40	4 x 100 E	Misto*
9	400 L	Mas	INTERVALO 10'		
10	100 B	Fem	41	50 B	Fem
11	100 B	Mas	42	50 B	Mas
12	50 C	Fem	43	100 E	Fem
13	50 C	Mas	44	100 E	Mas
14	4 x 100 E	Fem	45	200 E	Fem
15	4 x 100 E	Mas	46	200 E	Mas
2ª SESSÃO			INTERVALO 10'		
16	4 x 50 L	Fem	47	4 x 100 L	Fem
17	4 x 50 E	Mas	48	4 x 100 L	Mas
18	400 E	Fem	ENTREGA DE MEDALHAS		
19	400 E	Mas			
20	50 M	Fem			
21	50 M	Mas			
22	200 L	Fem			
23	200 L	Mas			
INTERVALO 10'					
24	50 L	Fem			
25	50L	Mas			
26	200 B	Fem			
27	200 B	Mas			
28	100 M	Fem			
29	100 M	Mas			
30	4 x 200 L	Fem			
31	4 x 200 L	Mas			

*- Estafeta somente para a categoria de Juvenis.

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela ANICentro.

2. Local e Data

Sousel – 21 de Dezembro de 2024 em piscina de 25 metros / 6 pistas.

3. Horário

Jornada Única → Aquecimento – 09:00 H – Início – 10:00 H

4. Participação

Têm direito a participar todos os nadadores não federados e todos os nadadores do Programa Portugal a Nadar, de ambos os géneros, nas Categorias de Cadetes (Masculinos de 2012 a 2018 e Femininos de 2013 a 2018), bem como Infantis (Masculinos de 2010 e 2011 e Femininos de 2011 e 2012). Os inscritos não poderão nadar mais de três (3) provas individuais, mais as estafetas.

5. Inscrições

As inscrições deverão ser enviadas, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com, **impreterivelmente** até dia **16 de Dezembro de 2024**. O NIB da ANICentro – PT50 0018 224202287060020 20

6. Classificações

As Classificações serão separadas por prova, grupo (Cadetes e Infantis) e género.

7. Prémios

Será atribuído um prémio de participação.

8. Diversos

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

9. Programa de Provas

JORNADA ÚNICA					
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	25 L	Cadetes	9	25 C	Cadetes
2	25 L	Infantis	10	25 C	Infantis
3	25 pernas L**	Cadetes	11	25 pernas C***	Cadetes
4	25 pernas L**	Infantis	12	25 pernas C***	Infantis
5	50 L	Cadetes	13	50 C	Cadetes
6	50 L	Infantis	14	50 C	Infantis
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
7	4 x 25 L	Misto Cadetes	15	4 x 25 E	Misto Cadetes
8	4 x 25 L	Misto Infantis	16	4 x 25 E	Misto Infantis

*** - 25m Pernas de Costas, com partida para nado dorsal, devendo o nadador deslocar-se sem placa, apenas com a ação dos membros inferiores na técnica de costas, mantendo a posição hidrodinâmica fundamental dorsal.

** - 25m Pernas de Livres (Crol/Bruços/Mariposa), com partida dentro de água, devendo o nadador deslocar-se apenas com a ação dos membros inferiores, com os membros superiores segurando a placa em extensão à frente.

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela **ANICentro**.

2. Local e Data

Sousel – 21 de Dezembro de 2024 em piscina de 25 metros / 6 pistas.

3. Horário

Jornada Única → Aquecimento – 14:00 H – Início – 15:00 H

4. Participação

4.1 - Têm direito a participar nesta prova todos os nadadores filiados pela FPN, de ambos os géneros, nas categorias de Cadetes A e B, inscritos na Associação de Natação do Interior Centro. Cada nadador, das Categorias A e B, não poderá participar em mais de quatro (4) provas entre individuais e estafetas, sendo obrigatório pelo menos a participação numa estafeta desde que o nadador seja inscrito em 4 provas.

4.2 – Têm direito a participar nesta prova os nadadores filiados pela FPN, de ambos os géneros, na Categoria de Cadetes C. Os nadadores Cadetes C não poderão nadar mais de três (3) provas individuais, tendo a possibilidade de nadar mais a estafeta.

5. Inscrições

As inscrições deverão ser enviadas, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com, **impreterivelmente** até dia **16 de Dezembro de 2024**. **O NIB da ANICentro – PT50 0018 224202287060020 20**

6. Classificações

As Classificações serão separadas por prova, grupo e género.

7. Prémios

Será atribuído um prémio de participação.

8. Diversos

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

9. Programa de Provas

JORNADA ÚNICA					
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	200 L	Fem Cadetes A	13	100 M	Mas Cadetes A
2	200 L	Mas Cadetes A	14	100 M	Fem Cadetes A
3	50 M/C	Fem Cadetes B	15	50 B/L	Mas Cadetes B
4	50 M/C	Mas Cadetes B	16	50 B/L	Fem Cadetes B
5	25 L	Todos Cadetes C	17	25 C	Todos Cadetes C
6	100 B	Fem Cadetes A	18	100 C	Mas Cadetes A
7	100 B	Mas Cadetes A	19	100 C	Fem Cadetes A
8	50 C/B	Fem Cadetes B	20	100 L	Mas Cadetes B
9	50 C/B	Mas Cadetes B	21	100 L	Fem Cadetes B
10	100 E	Fem Cadetes A	22	100 E	Mas Cadetes A
11	25 pernas C**	Todos Cadetes C	23	25 pernas L***	Todos Cadetes C
12	50 L	Todos Cadetes C	24	50 C	Todos Cadetes C
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
			25	4 x 25 L	Misto Cadetes C
			26	4 X 25 L	Todos Cadetes B
			27	4 x 50 L	Fem Cadetes A
			28	4 x 50 L	Mas Cadetes A
			29	4 x 25 C	Misto Cadetes C
			30	4 x 25 E	Todos Cadetes B
			31	4 x 50 E*	Fem Cadetes A
			32	4 x 50 E*	Mas Cadetes A

* - M.C / M.C / B.L / B.L (o 1º e o 2º elemento nadam 25 M e 25 C e o 3º e 4º elemento nadam 25 B e 25 L).

** - 25m Pernas de Costas, com partida para nado dorsal, devendo o nadador deslocar-se sem placa, apenas com a ação dos membros inferiores na técnica de costas, mantendo a posição hidrodinâmica fundamental dorsal.

*** - 25m Pernas de Crol/Bruços/Mariposa, com partida dentro de água, devendo o nadador deslocar-se apenas com a ação dos membros inferiores, com os membros superiores segurando a placa em extensão à frente.



TORNEIO INTER-REGIONAL DE VELOCIDADE

1. Introdu o

Este Torneio será organizado pela ANICentro / **ANDS**.

2. Local e Data

A Definir – 12 de Janeiro de 2025, em piscina de 25 metros / 8 pistas.

3. Horário

1^a Sessão → Aquecimento – 08:30H – Início – 09:30H

2^a Sessão → Aquecimento – 14:30H – Início – 15:30H

4. Participa o

Categorias **Inf/Juv/Jun e Sen**.

Cada nadador apenas poderá participar em 3 provas individuais e uma coletiva.

Os clubes são poderão alterar os nadadores das estafetas nas finais se não ultrapassar o número máximo de provas (4) por nadador entre provas individuais e coletivas.

5. Inscri es

As inscri es deverão ser enviadas, por via eletr nica para a Associa o de Nata o do Distrito de Santarém, conforme definido pela AT responsável.

A indica o da constitui o das equipas de estafetas deverá ser entregue no Secretariado da Competi o até 30 minutos antes do início de cada sessão.

S  serão permitidas desistência de provas, sem direito a substitui o.

6. Classifica es

São apurados para as finais (A - Infantis, B - Juvenis e C – Juniores e S niores) os 8 (oito) melhores tempos de cada categoria nas eliminatórias, **devendo os clubes até 1 hora após a afixa o dos resultados das eliminatórias informar da desistência de qualquer atleta. A falta dos atletas em qualquer uma das finais será punida com uma multa de 20 euros.**

Até a publica o da lista das finais os atletas classificados nas eliminatórias em 9^o e 10^o lugar de cada categoria serão reservados para a respetiva final.

Se numa prova, existir um número igual ou inferior a 8 (oito) nadadores por categoria, os nadadores não disputarão as eliminatórias, sendo colocados diretamente nas finais, de acordo com os seus tempos de inscri o;

Nas estafetas são haverá Final A – Infantis e Final B – Absolutos.

Caso dois ou mais nadadores fiquem empatados num lugar na classifica o onde um ou mais tenham de ser excluídos da final, haverá lugar   realiza o de um **“swim-off”** com os nadadores em questão, 15 minutos após o final da sessão;

A constitui o das equipas de estafetas deverá ser entregue no início da sessão;

Haverá uma classifica o individual por prova, categoria e género,   exce o das estafetas que são haverá classifica o de Infantis e Absolutos.

7. Prémios

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por Final (A, B e C),   exce o das estafetas que será classificada por Final A – Infantis e B - Absoluta.

8. Programa de Provas

1ª SESSÃO – ELIMINATÓRIAS			2ª SESSÃO - FINAIS		
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	100 E	Fem	1	100 E	Fem
2	100 E	Mas	2	100 E	Mas
3	50 L	Fem	ENTREGA DE MEDALHAS		
4	50 L	Mas	3	50 L	Fem
INTERVALO 10'			4	50 L	Mas
5	4 x 50 E	Fem	ENTREGA DE MEDALHAS		
6	4 x 50 E	Mas	5	4 x 50 E	Fem
7	50 M	Fem	6	4 x 50 E	Mas
8	50 M	Mas	ENTREGA DE MEDALHAS		
INTERVALO 10'			7	50 M	Fem
9	50 C	Fem	8	50 M	Mas
10	50 C	Mas	ENTREGA DE MEDALHAS		
11	50 B	Fem	9	50 C	Fem
12	50 B	Mas	10	50 C	Mas
13	4 x 50 L	Fem	ENTREGA DE MEDALHAS		
14	4 x 50 L	Mas	11	50 B	Fem
			12	50 B	Mas
			ENTREGA DE MEDALHAS		
			13	4 x 50 L	Fem
			14	4 x 50 L	Mas
			ENTREGA DE MEDALHAS		



TORNEIO DO NADADOR COMPLETO DE CADETES, INFANTIS, JUVENIS E ABS (JUN/SEN)

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela ANICentro.

2. Local e Data

Campo Maior – 25 de Janeiro de 2025 em piscina de 25 metros / 8 pistas

3. Horário

1ª Sessão → Aquecimento – 08:00H – Início – 09:30H

2ª Sessão → Aquecimento – 14:30H – Início – 16:00H

4. Participação

Podem participar todos os nadadores filiados pela FPN nas categorias de Cadetes, Infantis, Juvenis e Absolutos.

Todas as Categorias (Absolutos): 100 M + 100 B + 100 C + 100 L + 200 E.

Cadetes: 100 M + 100 B + 100 C + 100 L.

Deverá ser SEMPRE indicado um tempo estimativo de inscrição para nadadores que nunca tenham nadado estas provas.

5. Inscrições

As inscrições deverão ser enviadas, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com, **impreterivelmente** até dia **20 de Janeiro de 2025**. O NIB da ANICentro – PT50 0018 224202287060020 20

6. Classificações e Prémios

Haverá classificações separadas por prova, categoria e género, à exceção dos Infantis que será por escalão. O somatório (100 M + 100 B + 100 C + 100 L + 200 E) das pontuações Tabela FINA EM VIGOR de cada nadador(a) definirá um Ranking Regional deste Torneio, que permitirá atribuir um prémio aos três primeiros classificados a nível Regional no escalão de **Infantis A e Infantis B**, e por categoria nos **Juvenis e Abs (Juniões e Séniores) Masculinos e Femininos e um Troféu ao primeiro classificado Absoluto Masculino e primeiro classificado Absoluto Feminino**.

No escalão de CADETES, será atribuída um prémio de participação a cada Atleta.

7. Programa de Provas

1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	100 M	Fem	10	100 M	Mas
2	200 E	Mas	11	200 E	Fem
3	100 M	Fem Cadetes	12	100 L	Mas Cadetes
4	100 M	Mas Cadetes	13	100 L	Fem Cadetes
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
5	100 B	Fem	14	100 B	Mas
6	100 C	Mas	15	100 C	Fem
7	100 B	Fem Cadetes	16	100 C	Mas Cadetes
8	100 B	Mas Cadetes	17	100 C	Fem Cadetes
9	100 L	Fem	18	100 L	Mas



TORNEIO INTER-REGIONAL DE CLUBES DE INFANTIS / TORNEIO INTER-REGIONAL DE CLUBES DE ABSOLUTOS (JUV. JUN E SEN)

1. Introdu o

Este Torneio será organizado pela **ANICentro** / ANALEN / ANDS.

2. Local e Data

Portalegre – 15 de Fevereiro de 2025, em piscina de 25 metros / 6 pistas.

3. Horário

1^a Sessão → Aquecimento 08:00H – Início – 09:30H

2^a Sessão → Aquecimento 13:30H – Início – 15:00H

4. Participa o

Podem participar todos os Clubes da ANICentro / ANDS / ANALentejo filiados em Nata o Pura pela FPN, na categoria Infantis para o Torneio Inter-Regional de Clubes de Infantis, bem como na categoria de Absolutos (JUV. JUN e SEN) para o Torneio Inter-Regional de Absolutos.

5. Inscri es

As inscri es deverão ser enviadas, por via eletr nica para anic.inscricoes@gmail.com, **impreterivelmente** até dia **07 de Fevereiro de 2025. O NIB da ANICentro – PT50 0018 224202287060020 20**

  obrigatório no ato do envio das inscri es a constitui o das equipas de estafetas. A sua altera o deverá ser entregue no Secretariado da Competi o até 30 minutos antes do início de cada sessão.

6. Classifica es

6.1 - No Torneio Inter-Regional de Clubes de Infantis, os Clubes serão ordenados pelo somatório dos pontos obtidos em cada prova pelos seus nadadores e equipas de estafetas.

Funcionará como fator de desempate o número de 1^{os} lugares obtidos por cada Clube nas provas do campeonato. Se tal se revelar insuficiente, recorrer-se-  aos 2^{os}, 3^{os} e assim sucessivamente, até se conseguir o desempate. Se ainda subsistir o empate, recorrer-se-  ao melhor tempo, segundo tabela AQUA em vigor, obtido por cada Clube nas provas do Campeonato.

O sistema de pontua o será o seguinte:

- 1^o Classificado- N^o Clubes+1
- 2^o Classificado- N^o Clubes- 1
- 3^o Classificado- N^o Clubes- 2
- e assim sucessivamente até ao último classificado, que terá 1 ponto.
- Desclassificado- 0 pontos
- Desistência- 0 pontos

Em caso de empate entre dois ou mais nadadores, ou entre duas ou mais equipas de estafetas, será atribuída a pontua o referente   sua classifica o, mantendo-se para os restantes o sistema de pontua o vigente.

6.2 - No Torneio Inter-Regional de Clubes de Absolutos, a classifica o   apresentada nos mesmos moldes do ponto 6.1.

7. Prémios

7.1 - No Torneio Inter-Regional de Clubes de Infantis, serão atribuídos troféus aos três primeiros clubes Inter-Regionais Infantis Misto (Masculino + Feminino), e será atribuído por cada Associa o um troféu ao vencedor.

7.2 - No Torneio Inter-Regional de Clubes de Absolutos, serão atribuídos troféus aos três primeiros clubes Inter-Regionais Absoluto Misto (Masculino + Feminino), e será atribuído por cada Associa o um troféu ao vencedor.

8. Regras Específicas

8.1 - No Torneio Inter-Regional de Clubes de Infantis, cada Clube poderá fazer-se representar por **1 nadador(a) e 1 equipa de estafetas por prova**. Cada nadador(a) pode ser inscrito(a) num máximo de **3 (três) provas individuais mais as estafetas**.

8.2 - No Torneio Inter-Regional de Clubes de Absolutos, cada Clube poderá fazer-se representar por **1 nadador(a) e 1 equipa de estafetas por prova**. Cada nadador(a) pode ser inscrito(a) num máximo de **3 (três) provas individuais mais as estafetas**.

9. Substituições

9.1 - No Torneio Inter-Regional de Clubes de Infantis, serão permitidas **3 (três) substituições por sessão**, de nadadores inscritos nas provas, desde que:

- Os nadadores substitutos constem da lista onomástica;

- As alterações sejam comunicadas à organização, por escrito, em ficha própria para o efeito, até **1 (uma) hora** antes do início de cada sessão.

9.2 - No Torneio Inter-Regional de Clubes de Absolutos, aplica-se o mesmo critério apresentado no ponto 9.1.

10. Programa de Provas

1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	50 B	Mas	16	50 B	Fem
2	400 L	Fem	17	400 L	Mas
3	100 M	Mas	18	100 M	Fem
4	200 M	Fem	19	200 M	Mas
5	50 C	Mas	20	50 C	Fem
6	100 B	Fem	21	100 B	Mas
7	200 B	Mas	22	200 B	Fem
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
8	50 L	Fem	23	50 L	Mas
9	100 L	Mas	24	100 L	Fem
10	100 C	Fem	25	100 C	Mas
11	200 C	Mas	26	200 C	Fem
12	50 M	Fem	27	50 M	Mas
13	200 E	Mas	28	200 E	Fem
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
14	4 x 50 L	Fem	29	4 x 50 L	Mas
15	4 x 50 E	Mas	30	4 x 50 E	Fem
ENTREGA DE TROFÉUS					



CAMPEONATO REGIONAL DE CATEGORIAS

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela **ANICentro**.

2. Local e Data

Ponte de Sor – 07, 08 e 09 de Março de 2025, em piscina de 25 metros / 8 pistas.

3. Horário

1ª Jornada

1ª Sessão → Aquecimento – 15:30H – Início - 17:00H

2ª Jornada

1ª Sessão → Aquecimento – 07:30H – Início – 09:00H

2ª Sessão → Aquecimento – 14:30H – Início – 16:00H

3ª Jornada

1ª Sessão → Aquecimento – 07:30H – Início – 09:00H

4. Participação

4.1 - Podem participar todos os atletas filiados na FPN, através da Associação de Natação do Interior Centro e Associação de Natação do Alentejo, pertencentes às categorias de Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores, de ambos os géneros, que tenham obtido TAC. Poderão participar também os atletas filiados em Natação Adaptada na FPN.

4.2 - Os nadadores Juvenis, Juniores e Seniores poderão ser inscritos num máximo de oito (8) provas individuais, ao longo das 3 jornadas, mais as estafetas. Os nadadores Infantis poderão ser inscritos num máximo de seis (6) provas individuais, ao longo das 3 jornadas, mais as estafetas.

4.3 - Aos nadadores Infantis não é permitida a participação nas provas de 50 metros, 100 E, 400 E 800 L e 1500 L.

4.4 - Não há limite de inscrição de equipas de estafeta por clube em cada prova, porém, estas devem ser constituídas por nadadores das categorias definidas em cada prova, conforme o programa de provas.

4.5 - As séries a realizar serão agrupadas de acordo com os tempos de inscrição dos atletas nas diversas provas.

5. Inscrições

As inscrições deverão ser enviadas, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com, **impreterivelmente** até dia **27 de Fevereiro de 2025**. O NIB da ANICentro – PT50 0018 224202287060020 20

A indicação da constituição das equipas de estafetas deverá ser entregue no Secretariado da Competição até 30 minutos antes do início de cada sessão, **os tempos de admissão serão obtidos entre 27 de Fevereiro de 2024 e 27 de Fevereiro de 2025**.

6. Classificações

Serão elaboradas classificações Absolutas, Juvenis e Infantis por género e prova, exceto para as provas de 50 metros e 100 E nas quais só se considerará classificação Absoluta, sendo permitida a participação apenas de nadadores Juvenis, Juniores e Seniores. Nas provas de 400 E, 800 L e 1500 L apenas serão definidas classificações Juvenis e Absolutas.

7. Prémios

Serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados por prova, género e categoria (Infantil A, Infantil B, Juvenil e Absoluta), as Estafetas de Infantis serão classificadas conforme categoria Infantis (A+B).

8. Programa de Provas

1ª JORNADA			2ª JORNADA			3ª JORNADA		
1ª SESSÃO			1ª SESSÃO			1ª SESSÃO		
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	200 L	Fem	10	50 L	Fem	38	1500 L	Fem
2	200 L	Mas	11	50 L	Mas	39	1500 L	Mas
3	50 M	Fem	12	200 M	Fem	40	200 C	Fem
4	50 M	Mas	13	200 M	Mas	41	200 C	Mas
ENTREGA DE MEDALHAS			14	100 B	Fem	ENTREGA DE MEDALHAS		
5	100 C	Fem	15	100 B	Mas	42	50 B	Fem
6	100 C	Mas	ENTREGA DE MEDALHAS			43	50 B	Mas
7	400 E	Fem	16	200 E	Fem	44	100 L	Fem
8	400 E	Mas	17	200 E	Mas	45	100 L	Mas
9	4 x 50 L Infantis	Misto	18	400 L	Fem	46	4 x 50 E Infantis	Misto
			19	400 L	Mas	47	4 x 200 L Abs. (Juv. Jun. Sen.)	Fem
			ENTREGA DE MEDALHAS			48	4 x 200 L Abs. (Juv. Jun. Sen.)	Mas
			20	4 x 100 E Abs. (Juv. Jun. Sen.)	Fem			
			21	4 x 100 E Abs. (Juv. Jun. Sen.)	Mas			
			2ª SESSÃO					
			22	4 x 50 E Infantis	Fem			
			23	4 x 50 E Infantis	Mas			
			24	50 C	Fem			
			25	50 C	Mas			
			26	200 B	Fem			
			27	200 B	Mas			
			28	100 E	Fem			
			29	100 E	Mas			
			ENTREGA DE MEDALHAS					
			30	100 M	Fem			
			31	100 M	Mas			
			32	800 L	Fem			
			33	800 L	Mas			
			ENTREGA DE MEDALHAS					
			34	4 x 50 L Infantis	Fem			
			35	4 x 50 L Infantis	Mas			
			36	4 x 100 L Abs. (Juv. Jun. Sen.)	Fem			
			37	4 x 100 L Abs. (Juv. Jun. Sen.)	Mas			

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela ANICentro.

2. Local e Data

Fundão – 15 de Março de 2025, em piscina de 25 metros / 6 pistas.

3. Horário

Jornada Única → Aquecimento – 09:00 H – Início – 10:00 H

4. Participação

Têm direito a participar todos os nadadores não federados e todos os nadadores do Programa Portugal a Nadar, de ambos os géneros nas Categorias Cadetes (Masculinos de 2012 a 2018 e Femininos de 2013 a 2018), bem como Infantis (Masculinos de 2010 e 2011 e Femininos de 2011 e 2012). Os inscritos não poderão nadar mais de três (3) provas individuais, mais as estafetas.

5. Inscrições

As inscrições deverão ser enviadas, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com, **impreterivelmente** até dia **10 de Março de 2025**. O NIB da ANICentro – PT50 0018 224202287060020 20

6. Classificações

As Classificações serão separadas por prova, categoria (Cadetes e Infantis) e género.

7. Prémios

Será atribuído um prémio de participação.

8. Diversos

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

9. Programa de Provas

JORNADA ÚNICA					
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	25 M	Cadetes	11	25 B	Cadetes
2	25 M	Infantis	12	25 B	Infantis
3	25 pernas M***	Cadetes	13	25 pernas B***	Cadetes
4	25 pernas M***	Infantis	14	25 pernas B***	Infantis
5	50 M	Cadetes	15	50 B	Cadetes
6	50 M	Infantis	16	50 B	Infantis
7	25 C	Cadetes	17	25 L	Cadetes
8	25 C	Infantis	18	25 L	Infantis
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
9	4 x 25 L	Mistas Cadetes	19	4 x 25 E	Mistas Cadetes
10	4 x 25 L	Mistas Infantis	20	4 x 25 E	Mistas Infantis

*** - 25m Pernas de Bruços/Mariposa, com partida dentro de água, devendo o nadador deslocar-se apenas com a ação dos membros inferiores, com os membros superiores segurando a placa em extensão à frente.

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela **ANICentro**.

2. Local e Data

Fundão – 15 de Março de 2025, em piscina de 25 metros / 6 pistas.

3. Horário

Jornada Única → Aquecimento – 14:00 H – Início – 15:00 H

4. Participação

4.1 - Têm direito a participar nesta prova todos os nadadores filiados pela FPN, de ambos os géneros, nas categorias de Cadetes A e B, inscritos na Associação de Natação do Interior Centro. Cada nadador, das Categorias A e B, não poderá participar em mais de cinco (5) provas entre individuais e estafetas, sendo obrigatório pelo menos a participação numa estafeta desde que o nadador seja inscrito em 5 provas.

4.2 – Têm direito a participar nesta prova os nadadores filiados pela FPN, de ambos os géneros, na Categoria de Cadetes C. Os nadadores Cadetes C não poderão nadar mais de três (3) provas individuais, tendo a possibilidade de nadar mais a estafeta.

5. Inscrições

As inscrições deverão ser enviadas, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com, **impreterivelmente** até dia **10 de Março de 2025**. **O NIB da ANICentro – PT50 0018 224202287060020 20**

6. Classificações

As Classificações serão separadas por prova, categoria e género.

7. Prémios

Será atribuído um prémio de participação.

8. Diversos

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

9. Programa de Provas

JORNADA ÚNICA					
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	400 L	Fem Cadetes A	13	100 M	Fem Cadetes A
2	400 L	Mas Cadetes A	14	100 M	Mas Cadetes A
3	50 L	Todos Cadetes B	15	100 E	Todos Cadetes B
4	100 C	Fem Cadetes A	16	100 L	Fem Cadetes A
5	100 C	Mas Cadetes A	17	100 L	Mas Cadetes A
6	25 M	Todos Cadetes C	18	25 B	Todos Cadetes C
7	50 B	Todos Cadetes B	19	50 M	Todos Cadetes B
8	200 E	Fem Cadetes A	20	100 B	Fem Cadetes A
9	200 E	Mas Cadetes A	21	100 B	Mas Cadetes A
10	200 L	Todos Cadetes B	22	50 C	Todos Cadetes B
11	25 pernas B***	Todos Cadetes C	23	25 pernas M***	Todos Cadetes C
12	50 M	Todos Cadetes C	24	50 B	Todos Cadetes C
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
			25	4 x 25 B	Mistas Cadetes C
			26	4 x 50 L	Todos Cadetes B
			27	4 x 100 L	Fem Cadetes A
			28	4 x 100 L	Mas Cadetes A
			29	4 x 25 M	Mistas Cadetes C
			30	4 x 50 E*	Todos Cadetes B
			31	4 x 100 E**	Fem Cadetes A
			32	4 x 100 E**	Mas Cadetes A

* - 1º e 2º elementos nadam 25m Mariposa + 25m Costas, 3º e 4º elementos nadam 25m Bruços + 25m Crol;

** - Cada elemento da estafeta nada 100m Estilos;

*** - 25m Pernas de Bruços/Mariposa, com partida dentro de água, devendo o nadador deslocar-se apenas com a ação dos membros inferiores, com os membros superiores segurando a placa em extensão à frente.



V TORNEIO INTERNACIONAL DE NATAÇÃO - CIDADE DOS 5'Fs (Farta, Forte, Fiel, Fria, Formosa)

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela **ANICentro** e **Câmara Municipal da Guarda**.

2. Local e Data

Guarda – 12 de Abril de 2025, em piscina de 25 metros / 8 pistas.

3. Horário

1  Sessão → Aquecimento - 08:30H – Início – 10:00H

2  Sessão → Aquecimento – 14:30H – Início – 16:00H

4. Participa o

Podem participar todas as Seleções Convidados, pela ANICentro.

Cada Seleção poderá inscrever um máximo de dois (2) atletas por prova e uma (1) equipa de estafetas.

Cada nadador s  poderá participar num máximo de três (3) provas individuais mais duas (2) estafetas, ao longo de todo o Torneio.

Cada equipa será constituída por seis (6) nadadores masculinos e seis (6) nadadores femininos, acompanhados por um treinador e um dirigente.

A Seleção da ANICentro poderá se constituída por 10 nadadores masculinos e 10 femininos, a ANICentro poderá ocupar as pistas vagas, como extra prova.

5. Inscrições

As seleções interessadas devem responder ao convite até ao dia 28 de Outubro de 2023. As inscrições deverão ser enviadas, por via eletr nica para anic.inscricoes@gmail.com, impreterivelmente até ao dia **04 de Abril de 2025**.

6. Classificações

Haverá uma classificação Absoluta por prova e Género.

Haverá igualmente uma classificação coletiva, pontuando somente o melhor atleta por seleção.

O sistema de pontuação será o seguinte:

- 1  Classificado- N  Clubes+1
- 2  Classificado- N  Clubes- 1
- 3  Classificado- N  Clubes- 2
- e assim sucessivamente até ao último classificado, que terá 1 ponto.
- Desclassificado- 0 pontos
- Desistência- 0 pontos

7. Prémios

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada prova e género. Serão atribuídos Troféus a todas as Seleções participantes.

Será atribuído um Troféu ao Melhor Nadador Masculino e Feminino, pela pontuação da Tabela FINA em vigor.

8. Casos Omissos

Qualquer caso omissos neste Regulamento rege-se-  pelo Regulamento Geral da FPN.

9. Programa de Provas

1ª Sessão			2ª Sessão		
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	4 x 50 E	Misto	11	4 x 50 L	Misto
2	400 L	Fem	12	400 L	Mas
3	100 C	Mas	13	100 C	Fem
4	100 L	Fem	14	100 L	Mas
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
5	100 M	Mas	15	100 M	Fem
6	100 B	Fem	16	100 B	Mas
7	50 L	Mas	17	50 L	Fem
8	200 E	Fem	18	200 E	Mas
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
9	4 x 100 E	Mas	19	4 x 100 E	Fem
10	4 x 100 L	Fem	20	4 x 100 L	Mas
ENTREGA DE MEDALHAS			ENTREGA DE MEDALHAS E TROFÉUS		



TORNEIO DE FUNDO DE INFANTIS E JUVENIS

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela **ANICentro** / ANDS.

2. Local e Data

Campo Maior – 10 e 11 de Maio de 2025, em piscina de 25 metros / 8 pistas.

3. Horário

1ª Jornada

1ª Sessão → Aquecimento 13:30H – Início – 15:00H

2ª Jornada

1ª Sessão → Aquecimento 08:30H – Início – 10:00H

4. Participação

Têm direito a participar neste Torneio os nadadores das categorias de Infantis A e B de ambos os sexos, e Juvenis A e B de ambos os sexos.

Os nadadores terão de nadar obrigatoriamente 2 (duas) provas (TF- Infantis +Juvenis) 1500L Mas / 800L Fem + 400E. Em face desta disposição a Falta, Desclassificação ou Desistência em qualquer prova determina a eliminação imediata do nadador, podendo o mesmo continuar a participar nas provas em que se encontra inscrito, sendo os respetivos tempos oficializados.

Os nadadores Infantis deverão utilizar fatos de banho compatíveis com o modelo das figuras 1 e 2 apresentados no anexo 1. Equipamentos da página 58 do Regulamento de Competições Nacionais de NP da FPN. As provas a disputar serão as seguintes:

400m Estilos
800m Livres/1500m Livres

5. Inscrições

As inscrições deverão ser enviadas, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com, **impreterivelmente** até dia **02 de Maio de 2025. O NIB da ANICentro – PT50 0018 224202287060020 20**

6. Classificações

Haverá classificações separadas por prova, escalão etário e género. Nos 1500L Mas / 800L Fem + 400E Infantis e Juvenis das pontuações Tabela FINA EM VIGOR de cada nadador(a) definirá um Ranking Regional deste Torneio, que permitirá atribuir um prémio aos três primeiros classificados a nível Regional de cada escalão etário (INF B, INF A Masculinos e Femininos e JUV B, JUV A Masculinos e Femininos).

Excerto do Regulamento Nacional: «Para a classificação final coletiva pontuam os três primeiros nadadores de cada clube, por escalão etário e sexo, que permitirão elaborar um ranking nacional de clubes deste Torneio.

Nota: Nesta classificação só serão considerados os clubes com 3 ou mais participantes de cada categoria A e B.»

7. Prémios

Este ranking permitirá atribuir um prémio aos três primeiros classificados individuais a nível nacional de cada escalão e sexo, sendo atribuídos diplomas aos 10 primeiros classificados.

Será atribuído, a nível coletivo, para cada Categoria (Infantis e Juvenis), prémios para os três clubes primeiros classificados, atribuindo-se um diploma aos clubes classificados até ao 10º lugar de cada escalão e sexo.

8. Diversos

Nas provas de 800m e 1500m Livres as partidas serão dadas com os atletas na água e com uma das mãos em contacto com a parede, podendo optar-se pela realização da prova com dois nadadores por pista, em função das necessidades de cada Associação Territorial.

Nas provas de 800m e 1500m Livres, a organização das séries será efetuada colocando os nadadores com os melhores tempos de inscrição nas primeiras séries.

9. Programa de Prova

1ª JORNADA			2ª JORNADA		
1ª SESSÃO			1ª SESSÃO		
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	400 E	Fem INF / JUV	3	400 E	Mas INF / JUV
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
2	1500 L	Mas INF / JUV	4	800 L	Fem INF / JUV



III TORREGRI DE CADETES E III FESTIVAL AQUÁTICO

1. Introdução

Este Torneio será organizado pela **ANICentro**.

2. Local e Data

Castelo de Vide – 28 de Junho de 2025, em piscina de 25 metros / 8 pistas.

3. Horário

1ª Sessão → Aquecimento 08:30H – Início – 09:30H

2ª Sessão → Aquecimento 14:00H – Início – 15:00H

4. Participação

4.1 - Têm direito a participar nesta prova todos os nadadores filiados pela FPN, de ambos os géneros, nas categorias de Cadetes A e B, inscritos na Associação de Nataçao do Interior Centro. Cada nadador, das Categorias A e B, não poderão participar em mais de duas (2) provas individuais por sessão, mais as estafetas.

4.2 – Têm direito a participar nesta prova os nadadores filiados pela FPN, de ambos os géneros, na Categoria de Cadetes C, nas provas atribuídas a estes.

4.3 - Têm direito a participar todos os nadadores não federados e todos os nadadores do Programa Portugal a Nadar, de ambos os géneros, nas Categorias de Cadetes (Masculinos de 2012 a 2018 e Femininos de 2013 a 2018), bem como Infantis (Masculinos de 2010 e 2011 e Femininos de 2011 e 2012).

5. Inscrições

As inscrições deverão ser enviadas, por via eletrónica para anic.inscricoes@gmail.com,

impreterivelmente até dia **23 de Junho de 2025**. O NIB da ANICentro – **PT50 0018 224202287060020 20**

6. Classificações

As Classificações do III Torregri de Cadetes, serão separadas por prova, categoria e género.

As Classificações do III Festival Aquático, serão separadas por prova, grupo (Cadetes e Infantis) e género.

7. Prémios

Será atribuído um prémio de participação.

8. Diversos

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

9. Programa de Provas

1ª SESSÃO			2ª SESSÃO		
Nº	Prova	Género	Nº	Prova	Género
1	800 L	Fem Cadetes A	21	100 E	Todos Cadetes B
2	800 L	Mas Cadetes A	22	100 M	Fem Cadetes A
3	100 L	Todos Cadetes B	23	100 M	Mas Cadetes A
4	100 C	Fem Cadetes A	24	50 M	Todos Cadetes B
5	100 C	Mas Cadetes A	25	100 L	Fem Cadetes A
6	50 M	Todos Cadetes C	26	100 L	Mas Cadetes A
7	50 M	Cadetes NF/PAN	27	50 B	Todos Cadetes C
8	50 M	Infantis NF/PAN	28	50 B	Cadetes NF/PAN
INTERVALO 10'			29	50 B	Infantis NF/PAN
9	100 B	Todos Cadetes B	30	100 C	Todos Cadetes B
10	200 E	Fem Cadetes A	31	100 B	Fem Cadetes A
11	200 E	Mas Cadetes A	32	100 B	Mas Cadetes A
12	50 C	Todos Cadetes C	32	50 L	Todos Cadetes C
13	50 C	Cadetes NF/PAN	34	50 L	Cadetes NF/PAN
14	50 C	Infantis NF/PAN	35	50 L	Infantis NF/PAN
15	400 L	Todos Cadetes A	36	200L	Todos Cadetes B
INTERVALO 10'			INTERVALO 10'		
16	4 x 25 L	Mistas Cadetes C	37	4 x 25 E	Mistas Cadetes C
17	4 x 25 L	Cadetes NF/PAN	38	4 x 25 E	Cadetes NF/PAN
18	4 x 25 L	Infantis NF/PAN	39	4 x 25 E	Infantis NF/PAN
19	4 x 50 E*	Mistas Cadetes B	40	4 x 50 L	Mistas Cadetes B
20	4 x 100 E**	Mistas Cadetes A	41	4 x 100 L	Mistas Cadetes A

*- As estafetas deverão ser mistas, com 2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos (50C, 50B, 50M, 50L).

** - As estafetas deverão ser mistas, com 2 nadadores masculinos e 2 nadadores femininos (100C, 100B, 100M, 100L).