

# Natação



## REGULAMENTO

### A) Escalões

1. Os atletas participantes estarão divididos 4 (quatro) provas distintas: Escalão B masculino, Escalão B feminino, Escalão A masculino e Escalão A feminino.
2. Pertencem ao Escalão B todos os alunos que frequentem o primeiro ou o segundo ano do 1º Ciclo do Ensino Básico.
3. Pertencem ao Escalão A todos os alunos que frequentem o terceiro ou o quarto ano do 1º Ciclo do Ensino Básico.
4. Os alunos que, apesar de frequentarem o primeiro ou o segundo ano, tiverem, à data de 1 de Janeiro de 2011, completado a idade de oito anos ou superior, serão integrados no Escalão A.
5. O atleta que pertença ao Escalão B poderá, se essa for a sua vontade, inscrever-se, também, na prova do Escalão A.

### C) Equipamento Desportivo

Os atletas participantes deverão ser portadores de equipamento desportivo adequado à prática da modalidade, nomeadamente fato ou calção de banho, touca e chinelos.

## **D) Júri**

O júri de provas será composto, no mínimo, pelos seguintes elementos:

1 Juiz de Partida (reúne os nadadores antes da prova, organiza-os em séries, inicia cada prova e decide se a partida é correcta)

2 a 4 Cronometristas (tiram o tempo, fazem o seu registo no boletim e entregam-no ao secretariado).

1 técnico de viragem (verifica se os nadadores tocam a parede ao fim dos primeiros 15 metros de percurso).

## **E) Logística do Percurso**

A prova de natação será disputada na distância de 30 na piscina de aprendizagem (equivalente a cumprir uma ida e regresso); o estilo é livre.

## **F) Regulamento Técnico Específico**

As regras em vigor regem-se de acordo com as Regras Técnicas de Natação Pura Desportiva da Federação Portuguesa de Natação.

### **1. Partida**

1.1 As provas deverão reger-se sobre a regra de **duas partidas**, ou seja após a primeira falsa partida, qualquer nadador que saia antes do sinal será desclassificado.

1.1.1 O sinal de falsa partida é o mesmo da partida mas accionado repetidas vezes.

1.2 A partida (estilo livre) será efectuada por meio de salto.

1.3 Ao apito prolongado os nadadores devem tomar lugar no respectivo bloco de partida.

1.4 Quando soar a voz de “aos seus lugares” os nadadores deverão colocar-se na posição de partida e quando estes estiverem totalmente imóveis o Juiz dará o sinal de partida.

## 2. **Estilo Livre**

2.1 Poderá ser nadado qualquer estilo.

2.2 O nadador deverá tocar na parede com qualquer parte do corpo, ao completar o percurso

### **F) Casos Omissos**

Os casos omissos e as dúvidas resultantes da aplicação deste regulamento específico serão analisados e decididos pela organização.

**A inscrição considera-se efectuada com a entrega da ficha de inscrição devidamente preenchida e aceite pela organização.**