



FPN

REGULAMENTO DE COMPETIÇÕES NACIONAIS



**NATAÇÃO
SINCRONIZADA**

2013 / 2014

Índice

1. Introdução	2
2. Quadro Competitivo	2
3. Participação.....	2
4. Inscrições	3
5. Participantes.....	4
6. Categorias	5
7. Figuras	5
8. Elementos Requeridos Para os Esquemas Técnicos	6
9. Esquema Livre Combinado	6
10. Duração dos Esquemas	7
11. Acompanhamento musical	7
12. Controlo dos Fatos de Banho.....	8
13. Resultado Final	8
14. Sorteio	8
15. Treino com Acompanhamento Musical	8
16. Programa e Resultados.....	9
17. Subsídios.....	10
18. Classificação	10
19. Horário dos Campeonatos	10
20. Júri da Competição	10
21. Casos Omissos	10
Campeonato Nacional	11

ANEXOS

Quadro resumo de eventos de Natação Sincronizada 13_14.....	13
Lista onomástica.....	14

1. INTRODUÇÃO

O presente documento regulamenta todas as Competições de âmbito Nacional a ter lugar na época de 2013_2014, para todas as categorias.

2. QUADRO COMPETITIVO E DATAS LIMITE DE INSCRIÇÃO

Competição	Datas	Organização Local	Data Limite Inscrição
Campeonato Nacional de Inverno	11,12 e 13 de Abril	ANDS (Piscina a definir)	28 de Março
Campeonato Nacional de Verão	11,12 e 13 de Julho	ANNP (Piscina Felgueiras)	27 de Junho

Quadro 1 – Calendário das Competições Nacionais

3. PARTICIPAÇÃO

A participação em provas nacionais é reservada a nadadoras filiadas na Federação Portuguesa de Natação (FPN) como individuais, ou em representação dos Clubes, ou outras entidades filiadas, mediante o pagamento de uma taxa de inscrição.

As nadadoras não nacionais poderão participar nas provas de solo, dueto, equipa e combinado mas apenas em regime de extra competição, sendo oficializadas as pontuações mas não as classificações.

Cada clube só pode inscrever, por categoria, dois solos, dois duetos, duas equipas e dois combinados. Cada clube apenas poderá inscrever a 2ª equipa ou combinado quando a 1ª equipa ou combinado estiver completa com o numero de nadadoras determinado por este regulamento nos respetivos pontos.

A atleta não pode estar inscrita duas vezes na mesma prova da mesma categoria.

De acordo com a legislação em vigor, só poderão participar nadadoras com exame médico válido à data da competição, devidamente inserido e validado no programa *fpnsystem*. Em caso de incumprimento, as inscrições destas nadadoras serão rejeitadas.

4. INSCRIÇÕES

4.1. Processo de Inscrição

As inscrições deverão ser enviadas por fax para o nº 214191739 ou por correio electrónico para inscricoes.sincronizada@fpnatacao.pt.

Todas as inscrições ficarão condicionadas até à recepção do respetivo pagamento.

Para além das nadadoras, também os(as) treinadores(as) e dirigentes de clube têm que estar devidamente filiados, sem o que não poderão participar.

4.2. Taxas de Inscrição

A taxa de inscrição para cada prova do Campeonato Nacional é a seguinte:

Categorias	Figuras	E. Técnico			E. Livre			Livre Combinado
		S	D	E	S	D	E	
Infantis	2,5 €	-	-	-	4€	8€	12€	12€
Juvenis	2,5 €	-	-	-	4€	8€	12€	12€
Juniores	2,5 €	-	-	-	4€	8€	12€	12€
Sénior	-	2,5€	5€	8€	4€	8€	12€	12€

Quadro 2 – Taxas de inscrição

4.3. Pagamento

O pagamento deve ser efectuado por transferência bancária para o

- **NIB** 0018.0003.13330170020.88 ou
- **IBAN** PT50.0018.0003.13330170020.88,

ou ainda por **Depósito em conta n.º**0003.13330170020 do Banco Santander.

O comprovativo do respetivo pagamento deve ser enviado no imediato para a FPN (fax: 214191739 ou correio electrónico: inscricoes.sincronizada@fpnatacao.pt).

4.4. Forma de Inscrição

As inscrições deverão ser entregues sob a forma de Lista Onomástica, modelo FPN, sendo validadas apenas após o correto preenchimento de todos os campos, bem como do respectivo pagamento da Taxa de Inscrição.

As suplentes de cada esquema deverão ser indicadas pela letra R (Reserva).

As inscrições das nadadoras nos torneios e nas várias etapas do Campeonato Nacional serão validadas mediante a apresentação de uma situação regulamentar com o Programa de Níveis até 20 (vinte) dias antes do início da prova.

4.5. Datas Limite

A inscrição e o pagamento têm de ser realizados até 15 (quinze) dias antes do início da competição, não sendo aceites após essa data.

5. PARTICIPANTES

A falta de comparência a uma prova de uma nadadora, ou um esquema, constitui infracção disciplinar punível com pena de multa de 75,00 euros (no caso de prova de solo) e 100,00 euros (no caso de prova de dueto, equipa ou combinado) salvo causa justificativa, a apreciar pelo Conselho de Disciplina, designadamente doença,

devidamente atestada, que impossibilite a sua participação na totalidade da sessão, jornada ou campeonato.

A lista de participantes em cada prova, estará disponível no site oficial da FPN até 4 (quatro) dias antes da data estipulada para o sorteio.

Os clubes ou nadadores individuais que detetem qualquer erro na lista de participantes ou que desejem realizar desistências, deverão contactar, por escrito a FPN (fax: 214191739 ou correio electrónico: inscricoes.sincronizada@fpnatacao.pt).

Não serão permitidas substituições de participantes nem novas inscrições.

Estas correções ou desistências deverão ser comunicadas num prazo máximo de 2 (dois) dias após a divulgação da lista de participantes.

6. CATEGORIAS

Para a época vigente, as nadadoras são agrupadas nas seguintes categorias:

CATEGORIAS	Ano nascimento	idade
INFANTIS	2002 e posterior	Menos de 12 anos
JUVENIS	1999 - 2001	13,14,15 anos
JUNIORES	1996 -1998	16,17,18 anos
SENIORES	1995 e anterior	Mais de 18 anos

Quadro 3 – Categorias de idade para a época 2013/2014

7. FIGURAS

FIGURAS		INFANTIS		
		Nº	Nome da Figura	C.D.
OBRIGATÓRIAS		1 – 101	Perna de ballet simples	1.6
		2 – 301	Barracuda	2.0
OPCIONAIS	GRUPO 1	3 – 437	Oceanita	1.9
		4 – 362	Lagostim	1.6
	GRUPO 2	3 – 311	Pontapé na lua	1.8
		4 – 360	Passeio à frente	2.1
	GRUPO 3	3 – 349	Torre	1.9
		4 – 406	Espadarte perna estendida	2.0

Quadro 4a – Grupo de Figuras para a Categoria Infantil

FIGURAS		JUVENIS		
		Nº	Nome da Figura	C.D.
OBRIGATÓRIAS		1 - 423	Ariana	2.8
		2 - 301e	Barracuda, espira 360°	2.2
OPCIONAIS	GRUPO 1	3 - 342	Garça	2.1
		4 - 115	Catalina	2.3
	GRUPO 2	3 - 355h	Marsopa, espira ascendente 180	2.4
		4 - 140	Flamingo joelho fletido	2.4
	GRUPO 3	3 - 240a	Albatroz, meia volta	2.6
		4 - 346	Cauda de peixe lateral, espargata	2.0

Quadro 4b – Grupo de Figuras para a Categoria Juvenil

FIGURAS		JÚNIORES		
		Nº	Nome da Figura	C.D.
OBRIGATÓRIAS		1 – 308	Barracuda, espargata aérea	2.8
		2 – 355 g	Marsopa, ½ volta espira continua	2.8
OPCIONAIS	GRUPO 1	3 – 330c	Aurora, ½ volta rápida	3.0
		4 – 154	Londres	2.8
	GRUPO 2	3 – 142	Manta Ray	2.8
		4 – 343	Borboleta	2.9
	GRUPO 3	3 – 112f	Ibis, espira continua 720°	2.8
		4 – 325	Júpiter	3.2

Quadro 4c – Grupo de Figuras para a Categoria Júnior

8. ELEMENTOS REQUERIDOS PARA OS ESQUEMAS TÉCNICOS

Os elementos requeridos para os Esquemas Técnicos são os definidos no Regulamento da FINA para 2013_2017.

9. ESQUEMA COMBINADO

O Esquema Combinado tem o máximo de 10 nadadoras e o mínimo de 8 nadadoras, que realizam uma combinação de Esquemas (Solos, Duetos, Trios, Equipas).

Pelo menos duas partes deverão ter menos de 3 nadadoras e pelo menos duas partes deverão ter 8 a 10 nadadoras.

O início da primeira parte do esquema poderá ser fora ou dentro de água. Todas as outras partes deverão ter início na água. A nova parte inicia-se próximo de onde terminou a parte anterior.

Nas categorias Juvenil, Júnior e Sénior cada esquema combinado terá que utilizar pelo menos 6 nadadoras da respetiva categoria podendo as restantes ser da categoria imediatamente inferior, conforme indicado na tabela seguinte:

Categoria	Infantil	Juvenil	Júnior	Sénior
Numero mínimo de nadadoras da Categoria	8 Infantis	6 Juvenis	6 Juniores	6 Seniores
Numero máximo de nadadoras de categoria imediatamente inferior	-	2 Infantis	2 Juvenis	2 Juniores

As nadadoras de categoria inferior têm de possuir exame médico válido para competirem em escalão imediatamente superior, de acordo com a legislação em vigor.

10. DURAÇÃO DA EXECUÇÃO DOS ESQUEMAS

	Sessões	Solo	Dueto	Equipa
Esquema Técnico	Categoria Seniores	2'00''	2'20''	2'50''
	Tempo de tolerância: 15''			
Esquema Livre	Infantis	2'00''	2'30''	3'00''
	Juvenis	2'15''	2'45''	3'30''
	Juniores	2'30''	3'00''	4'00''
	Sénior	2'30''	3'00''	4'00''
Tempo de tolerância: 15''				
Livre Combinado	Infantis	3'30''		
	Juvenis	4'00''		
	Juniores	4'30''		
	Seniores	4'30''		
Tempo de tolerância: 15''				

Quadro 5 – Tempo de duração de cada esquema

11. ACOMPANHAMENTO MUSICAL

11.1. Suporte informático musical

O acompanhamento musical tem de ser apresentado em CD-R ou CD-RW, não sendo admitidos DVDs.

Cada CD tem de conter apenas o registo do acompanhamento musical para um esquema.

Cada CD tem de ser claramente etiquetado, incluindo o nome da(s) nadadora(s), o clube, a categoria, a prova e a duração do esquema.

11.2. Características das gravações

O intervalo entre o início do CD e o início da música não poderá exceder 8 segundos;

A gravação não poderá apresentar diferenças significativas de volume de registo entre os seus segmentos, já que durante a prova o volume de saída da mesa de mistura não será alterado entre o início e o termo do esquema;

Todo o acompanhamento musical deve ser gravado a um nível que garanta a sua reprodução sem qualquer distorção;

Se, durante o período de treino com acompanhamento musical, forem detectadas falhas nas características acima referidas, será solicitado ao delegado do clube que apresente um novo CD para a competição.

12. CONTROLO DE FATOS DE BANHO

Antes do início de cada jornada do respetivo campeonato decorrerá, para as nadadoras que assim o entenderem, um período de tempo destinado ao controlo dos fatos de banho pelo juiz árbitro da prova.

13. RESULTADO FINAL

Categorias	Figuras	Esquemas Técnicos	Esquemas Livres	Esquemas Livres Combinados
Infantis	50%	-	50%	100%
Juvenis	50%	-	50%	
Juniores	50%	-	50%	
Seniores	-	50%	50%	100%

Quadro 6 – Percentagens para cálculo de resultado final

14. SORTEIO

O sorteio dos grupos de Figuras e da ordenação das nadadoras tem assistência aberta a dirigentes, treinadoras e nadadoras dos clubes envolvidos e será realizado na 2ª feira imediatamente anterior ao campeonato, às 17h00, na sede da FPN. Até às 12h00 do dia seguinte será enviada uma circular para todos os clubes inscritos com as informações decorrentes do sorteio.

15. TREINOS COM ACOMPANHAMENTO MUSICAL

Os treinos com acompanhamento musical decorrem no dia anterior à competição - entre as 18:00h e as 20:30h – ou na manhã do dia de início da prova - entre as 9:00h e as 13:00h – conforme determinado pela organização do campeonato.

Será permitida aos clubes a realização de treinos com acompanhamento musical por um período mínimo de quinze minutos e máximo de trinta, de acordo com o número de esquemas inscritos por clube.

Os clubes interessados em usufruir de treino com acompanhamento musical, deverão informar no respetivo formulário de inscrição da sua intenção de participar no mesmo. Caso contrário, não será contemplado este período de treino para o clube.

16. PROGRAMAS E RESULTADOS

O **programa** da prova será disponibilizado no site oficial da FPN até 2 (dois) dias antes do início da competição, pelo que todos os clubes interessados deverão proceder ao download e impressão do mesmo.

Os **resultados** da competição serão divulgados no site oficial da FPN até 2 (dois) dias após o termo da competição.

Mediante os resultados obtidos no Campeonato Nacional da época vigente, a FPN exige a repetição das provas de níveis na época seguinte (apenas parte dedicada às figuras) às nadadoras do Quadro Competitivo Nacional (QCN) que não atingirem a seguinte pontuação total na prova de figuras:

- Categoria Infantil: 33,000 pontos
- Categoria Juvenil: 36,000 pontos
- Categoria Júnior: 40,000 pontos

17. SUBSÍDIOS

Terão direito ao subsídio, de acordo com a tabela em vigor, disponível no site oficial da FPN, os clubes que tiverem o seu esquema de solo, dueto, equipa ou combinado classificado num dos primeiros 6 (seis) lugares de cada prova, em cada categoria.

O mesmo clube poderá auferir vários subsídios, por preencher o requisito acima referido em diferentes provas, mas o valor é independente do número de elementos que compõem o esquema classificado.

18. CLASSIFICAÇÃO

A classificação das nadadoras em todas as provas será por categorias.

19. JÚRI DA COMPETIÇÃO

As reclamações sobre situações inerentes à competição, que possam ser resolvidas durante a mesma, serão apresentadas pelo delegado e sujeitos à apreciação e deliberação pelo Júri da Competição, que será composto pelo Juiz Arbitro, pelo Diretor da Competição e por um membro do Departamento Técnico da FPN.

Os protestos deverão obedecer às regras estipuladas nos artigos 158º a 160º do Regulamento Geral.

Nos casos em que não seja possível apresentar a declaração de protesto prevista no artigo 159º do Regulamento Geral, em virtude de os resultados objecto do protesto só serem publicados após o prazo aí previsto, poderá ser apresentado apenas o protesto formal escrito, conforme ao artigo 160º, no prazo de 5 (cinco) dias após a publicação desses resultados.

20. PRAZOS

Todos os prazos previstos no presente regulamento são contínuos, porém, terminando o prazo para a prática de qualquer ato em dia que não possa ser praticado, o seu termo transfere-se para o primeiro dia útil seguinte.

Considera-se dentro do prazo a data da remessa de documento por correio registado, telecópia ou correio electrónico, devidamente comprovada, até às 24:00 horas do dia em que o mesmo termina.

21. CASOS OMISSOS

Os casos que o presente regulamento não preveja serão regulados segundo norma aplicável aos casos análogos, constantes dos Estatutos, de outro regulamento federativo, qualquer que seja a sua natureza, ou da lei geral.

A resolução dos casos omissos é da competência da Direcção da FPN.

Campeonato Nacional

1. ATRIBUIÇÕES DAS ASSOCIAÇÕES/CLUBES

As Associações /Clubes prestam apoio local à FPN.

2. ATRIBUIÇÕES DA FPN

A FPN é responsável por toda a parte logística bem como pelos prémios finais.

3. CLASSIFICAÇÃO E PRÉMIOS

3.1. Atribuição de medalhas às três primeiras classificadas em cada prova de cada categoria.

Solos, Duetos, Equipa, e Combinados, em todas as categorias.

3.2. Por Categoria

A Classificação por Categoria resulta do somatório do pontos obtidos pelas nadadoras de cada clube, em cada categoria, nas provas de solo, dueto, equipa e combinado, conforme tabela seguinte:

Classificação	Solo	Duetos	Equipa	Combinado
1º	12	18	24	24
2º	11	17	22	22
3º	10	16	20	20
4º	9	15	18	18
5º	8	14	16	16
6º	7	13	14	14
7º	6	12	12	12
8º	5	11	10	10
9º	4	10	8	8
10º	3	9	6	6
11º	2	8	4	4
12º	1	7	2	2

Serão contabilizados apenas o melhor solo, o melhor dueto, a melhor equipa e o melhor combinado.

Será atribuído o título de campeão e um troféu aos 3 primeiros clubes classificados de cada categoria (Infantil, Juvenil, Júnior, Sénior).

3.3. Desempates

Em caso de igualdade entre os clubes, recorrer-se-á à contabilização dos títulos de campeão nacional em solo, dueto, equipa e combinado, obtidos na competição. Se ainda assim persistir o empate, segue-se a contabilização do numero de 2º lugares em solo, dueto, equipa e combinado, obtidos na competição e assim sucessivamente até o empate deixar de subsistir.

4. PROGRAMA GERAL PROVISÓRIO

Dia/ Jornada	Aquecimento	Início	Provas
6ª feira 1ª Jornada	8H50 9H50	10H00	- Esq. Técnico Solos - Figuras Infantil - Figuras Juvenil <i>Intervalo</i> - Figuras Junior - Esq. Técnico Equipas
6ª feira 2ª Jornada	14H45 15H45	16H	- Esq. Livre Solos Infantil - Esq. Livre Duetos Juvenil <i>Intervalo & Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas</i> - Esq. Livre Equipas Júnior - Esq. Livre Equipas Sénior
Sábado, 3ª Jornada	7H50 8H50	9H00	- Esq. Técnico Duetos - Esq. Livres Equipas Infantil <i>Intervalo & Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas</i> - Esq. Livres Equipas Juvenil - Esq. Livre Solos Júnior <i>Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas</i>
Sábado, 4ª Jornada	15H00 16H00	16H15	- Esq. Livre Solos Juvenil - Esq. Livre Duetos Infantil <i>Intervalo & Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas</i> - Esq. Livre Combinados Sénior
Domingo, 5ª Jornada	7H50 8H50	9H00	- Esq. Livre Combinados Juvenil - Esq. Livre Dueto Sénior - Esq. Livre Duetos Júnior <i>Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas</i>
Domingo, 6ª Jornada	14H 14H45	15H	Esq. Livre Solos Sénior Esq. Livre Combinados Junior Esq. Livre Combinados Infantil <i>Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas & Encerramento</i>

QUADRO RESUMO DE EVENTOS DE NATAÇÃO SINCRONIZADA 2013/2014

Data	Designação	Organização	Níveis / Categorias
A definir	Festival de Natação Sincronizada de Aveiro	ANA	A definir
A definir	Meeting Internacional de Lisboa	ANL Gesloures	A definir
Dezembro 2013	Prova de Nível	ANA Piscina da Murtosa	1 a 4
Janeiro 2014	Campeonato Zonal Figuras	Zona 1	Inf., Juv., Jun
	Campeonato Zonal Figuras	Zona 2	Inf., Juv., Jun
Fevereiro 2014	Prova de Nível	ANNP	1 a 4
1 e 2 de Março 2014	Lisboa Syncro	ANL	Todas
Março 2014	Prova de Nível	Analgarve	1 a 4
11,12 e 13 Abril 2014	Campeonato Nacional Inverno	FPN	Todas
Maio 2014	Festiva Ibérico – Ovar	ANA Ovarsincro	Todas
24 Maio 2014	Festival Viver Santarém	ANDS	Todas
14 e 15 de Junho 2014	Lisboa Syncro	ANL	Todas
15 de Junho 2014	Torneio AVQA	ANDS AVQA	Todas
Junho 2014	Festival de Natação Sincronizada	ANDS Búzios	Todas
11,12 e 13 Julho 2014	Campeonato Nacional Verão	FPN	Todas

