

**15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018  
REGULAMENTO**

**ANEXO I**

**PROVA de DIVULGAÇÃO**

**400** metros

**Regulamento Específico**



# 15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018 REGULAMENTO

## I – PROVAS E IDADE MÍNIMA

**Prova de Divulgação:** 400m

**Participação:**

Na prova de 400m poderão participar todos os populares nascidos em 2008 e mais velhos.

**Percurso:**

- Este percurso disputar-se-á com uma forma linear, com uma extensão de 400m;
- A Bóia da Meta será contornada pela esquerda.
- Os percursos apresentados poderão ser alterados no dia da prova por motivos de segurança, más condições atmosféricas ou outros.



# 15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018

## REGULAMENTO

### II – DISPOSIÇÕES GERAIS

1. Os atletas só podem participar mediante a apresentação de um Termo de Responsabilidade (em anexo a este Regulamento – última página);
2. Não é admitida a inscrição do mesmo atleta em mais do que das provas do programa;
3. É permitido o uso de fato isotérmico mediante a temperatura da água, mas não de quaisquer meios auxiliares de propulsão, flutuação ou respiração.;
4. Para as provas com a temperatura da água igual a 20°C ou superior não são permitidos fatos isotérmicos. Os fatos em material têxtil não podem ir além dos ombros, pescoço e tornozelos, respeitando em todos os outros requisitos as especificações dos fatos para a piscina. Para provas com temperatura igual a 18°C ou superior, e abaixo dos 20°C, o fato isotérmico é opcional.
  - 4.A) É aconselhável, quando a água se encontra a menos de 18°C, não inclusive.
  - 4.B) A propósito destas regras, os fatos isotérmicos são fatos que produzam isolamento térmico. Os fatos isotérmicos, tanto para homem e mulher, têm de cobrir o Tronco, Costas, Ombros e Joelhos. Mas não se podem estender para além do pescoço, dos tornozelos e pulsos.
  - 4.C) Estas regras também são aplicadas aos nadadores da categoria de Masters.;
4. O uso de touca é obrigatório;
5. Os atletas serão marcados com o respectivo número nas costas, ombros e mãos, de acordo com o Regulamento da FINA;
6. O Atleta que utilizar quer o apoio de embarcações, dos elementos que limitam e identificação o percurso (bóias de sinalização, cordas ou outros) e outros elementos exteriores, será desclassificado;
7. O Atleta que não efectuar todo o percurso determinado pela Organização será desclassificado;
8. Será motivo de desclassificação se o Atleta incorrer em qualquer acto de indisciplina, antes, durante e após a Prova;
9. As bóias sinalizadoras do percurso das provas terão que ser contornadas segundo indicações dadas pela organização no briefing e mapa do percurso disponibilizado no dia e no local da prova;
10. Todos os Atletas federados devem ser portadores do cartão de licença federativa e bilhete de identidade;

# 15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018

## REGULAMENTO

11. As provas serão assistidas por entidades oficiais reconhecidas e por elementos ligados à organização:

12. O nadador poderá ser fotografado e filmado durante o evento, podendo essas imagens ser divulgadas publicamente ou utilizadas pela organização e/ou pela Federação Portuguesa de Natação para fins promocionais.

### III – PRAZOS E MODOS DE INSCRIÇÃO

1. O prazo normal de inscrições decorrerá até dia 6 de Junho de 2017;
2. Após o prazo normal, admitem-se inscrições chamadas de “última hora” e que poderão efectuar-se até 1 hora antes do início da prova e no secretariado da prova;
3. As inscrições deverão ser efectuadas no site da A. N. Alentejo ([www.analentejo.pt](http://www.analentejo.pt));

### IV – CUSTO DA INSCRIÇÃO E PAGAMENTO

1. O custo da inscrição por Atleta participante individual, no prazo normal de inscrição, é de **6,00 €** (o preço inclui oferta de almoço com comida e bebida à discrição);
2. O custo da inscrição de “última hora” é **10,00 €**;
3. O pagamento da inscrição pode ser feito das seguintes formas:
  - Transferência bancária: NIB - 0010 0000 25482520001 78 (Banco BPI);
  - Atletas/equipas internacionais: IBAN: PT50 0010 0000 2548 2520 0017 8; SWIFT/BIC: BBPIPTPL;
  - Cheque emitido à ordem do Clube de Natação do Litoral Alentejano;
  - Numerário.

**As inscrições enviadas só serão consideradas válidas desde que tenha dado entrada no CNLA o respectivo comprovativo de pagamento** (via e-mail, fax ou correio normal – endereço da organização).

### V – CATEGORIAS E CLASSIFICAÇÕES

1. A prova de 400m disputa-se em Absolutos;
2. Para a determinação da ordem de chegada será considerada qualquer parte do corpo que passe



# 15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018

## REGULAMENTO

pelo pano de meta;

3. Serão elaboradas as seguintes classificações:

- a. Absoluta individual;
- b. Absoluta feminina;
- c. Absoluta masculina.

### VI – PRÉMIOS

<b>Categoria</b>	<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>
Absoluto Feminino	Medalha	Medalha	Medalha
Absoluto Masculino	Medalha	Medalha	Medalha

Todos os participantes receberão um Diploma de participação.

### VI – HORÁRIOS

1. No dia e local da Prova, o Secretariado iniciará os trabalhos às 08:30h.
2. Os participantes devem confirmar a sua inscrição, junto do secretariado, até uma hora antes do início da sua Prova;
3. A distribuição de toucas e a identificação dos Nadadores será iniciada às 09:00h;
4. A concentração dos Atletas participantes na prova de 400m será às 09h45m junto à zona de Partida. Nesta concentração, elementos da Organização darão indicações sobre o percurso a realizar e demais condições da partida e da chegada;
5. Início da Prova de Divulgação de 400m: 10h00

### VII – PROTESTOS

4. Será, no âmbito da presente Prova, constituída um Comissão de Apelo composta por 3 (três) membros da Organização, 1 (um) membro da Autarquia de Sines, 1 (um) membro da Arbitragem presente e 1 (um) representante da ANALEN.
5. A esta Comissão devem ser dirigidos os protestos, por escrito, sempre antes da cerimónia de distribuição de prémios, em impresso disponibilizado pela Organização e acompanhado de uma caução de 50 €.
6. O Júri de Apelo reunirá e deliberará de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso.

# 15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018 REGULAMENTO

## VIII - NORMAS

Casos omissos no presente regulamento serão apreciados e resolvidos pela Organização da Prova e Comissão de Apelo e à luz do presente regulamento.

## IX - NOTAS

A Organização efectuará um mega-almoço, em local a designar, aberto a todos os participantes e acompanhantes. A organização **oferece o almoço aos atletas participantes (em qualquer uma das distâncias)** e para os acompanhantes o custo será de **8,00 €** (comida e bebida à discrição).

# 15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018

## REGULAMENTO

### Termo de Responsabilidade

Reconheço que participar em eventos desportivos desta natureza pode ser potencialmente perigoso e estou ciente de que poderão ocorrer acidentes. Declaro ser possuidor de condição física necessária à participação e conclusão da prova em que me inscrevi, nela participando de livre vontade e com total conhecimento do seu regulamento e obrigações daí decorrentes, responsabilizando-me pela minha participação e não imputando responsabilidades a pessoas, empresas ou entidades, envolvidas directa ou indirectamente na organização ou promoção do evento, por quaisquer danos pessoais ou materiais que venha a sofrer no decorrer da minha participação.

Dou também a minha autorização para que a entidade organizadora ou promotora do evento e a Federação Portuguesa de Natação utilizem o meu nome e a minha imagem em fotos, vídeos ou outros meios de transmissão de imagens

#### O próprio (se maior de idade):

Nome: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

#### O(a) progenitor(a) / tutor(a) legal (se menor de idade):

Nome: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

**15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018  
REGULAMENTO**

**ANEXO II**

**PROVA de DIVULGAÇÃO**

**1000** metros

**Regulamento Específico**





# 15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018 REGULAMENTO

## I – PROVAS E IDADE MÍNIMA

**Prova de Divulgação:** 1000m

**Participação:**

Na prova de 1000m poderão participar todos os populares nascidos em 2006 e mais velhos;

**Percurso:**

- Esta prova disputar-se-á num percurso triangular, com uma extensão de 1.000m.
- O percurso será realizado no sentido dos ponteiros do relógio, ficando as bóias de contorno obrigatório, à direita dos Nadadores.
- Apenas a Bóia da Meta será contornada pela esquerda.
- Estas bóias terão obrigatoriamente que ser contornadas de acordo com o indicado, sob pena de desclassificação.
- Os percursos apresentados poderão ser alterados no dia da prova por motivos de segurança, más condições atmosféricas ou outros.



# 15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018

## REGULAMENTO

### II – DISPOSIÇÕES GERAIS

1. Os atletas só podem participar mediante a apresentação de um Termo de Responsabilidade (em anexo a este Regulamento – última página);
2. Não é admitida a inscrição do mesmo atleta em mais do que das provas do programa;
3. É permitido o uso de fato isotérmico mediante a temperatura da água, mas não de quaisquer meios auxiliares de propulsão, flutuação ou respiração.;
4. Para as provas com a temperatura da água igual a 20°C ou superior não são permitidos fatos isotérmicos. Os fatos em material têxtil não podem ir além dos ombros, pescoço e tornozelos, respeitando em todos os outros requisitos as especificações dos fatos para a piscina. Para provas com temperatura igual a 18°C ou superior, e abaixo dos 20°C, o fato isotérmico é opcional.
  - 4.A) É aconselhável quando a água se encontra a menos de 18°C, não inclusive.
  - 4.B) A propósito destas regras, os fatos isotérmicos são fatos que produzam isolamento térmico. Os fatos isotérmicos, tanto para homem e mulher, têm de cobrir o Tronco, Costas, Ombros e Joelhos. Mas não se podem estender para além do pescoço, dos tornozelos e pulsos.
  - 4.C) Estas regras também são aplicadas aos nadadores da categoria de Masters.;
4. O uso de touca é obrigatório;
5. Os atletas serão marcados com o respectivo número nas costas, ombros e mãos, de acordo com o Regulamento da FINA;
6. O Atleta que utilizar quer o apoio de embarcações, dos elementos que limitam e identificação o percurso (bóias de sinalização, cordas ou outros) e outros elementos exteriores, será desclassificado;
7. O Atleta que não efectuar todo o percurso determinado pela Organização será desclassificado;
8. Será motivo de desclassificação se o Atleta incorrer em qualquer acto de indisciplina, antes, durante e após a Prova;
9. As bóias sinalizadoras do percurso das provas terão que ser contornadas segundo indicações dadas pela organização no briefing e mapa do percurso disponibilizado no dia e no local da prova;
10. Todos os Atletas federados devem ser portadores do cartão de licença federativa e bilhete de identidade;
11. As provas serão assistidas por entidades oficiais reconhecidas e por elementos ligados à organização:

# 15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018

## REGULAMENTO

12. O nadador poderá ser fotografado e filmado durante o evento, podendo essas imagens ser divulgadas publicamente ou utilizadas pela organização e/ou pela Federação Portuguesa de Natação para fins promocionais.

### III – PRAZOS E MODOS DE INSCRIÇÃO

1. O prazo normal de inscrições decorrerá até dia 11 de Junho de 2018;
2. Após o prazo normal, admitem-se inscrições chamadas de “última hora” e que poderão efectuar-se até 1 hora antes do início da prova e no secretariado da prova;
3. As inscrições deverão ser efectuadas no site da A. N. Alentejo ([www.analentejo.pt](http://www.analentejo.pt));

### IV – CUSTO DA INSCRIÇÃO E PAGAMENTO

1. O custo da inscrição por Atleta participante individual, no prazo normal de inscrição, é de **8,00 €** (o preço inclui oferta de almoço com comida e bebida à discrição);
2. O custo da inscrição de “última hora” é **12,50 €**;
3. O pagamento da inscrição pode ser feito das seguintes formas:
  - Transferência bancária: NIB - 0010 0000 25482520001 78 (Banco BPI);
  - Atletas/equipas internacionais: IBAN: PT50 0010 0000 2548 2520 0017 8; SWIFT/BIC: BBPIPTPL;
  - Cheque emitido à ordem do Clube de Natação do Litoral Alentejano;
  - Numerário.

**As inscrições enviadas só serão consideradas válidas desde que tenha dado entrada no CNLA o respectivo comprovativo de pagamento** (via e-mail, fax ou correio normal – endereço da organização).

### V – CATEGORIAS E CLASSIFICAÇÕES

1. A prova de 1000m disputa-se em Absolutos;
2. Para a determinação da ordem de chegada será considerada qualquer parte do corpo que passe pelo pano de meta;
3. Serão elaboradas as seguintes classificações:
  - a. Absoluta individual;



# 15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018

## REGULAMENTO

- b. Absoluta feminina;
- c. Absoluta masculina.

### VI – PRÉMIOS

<b>Categoria</b>	<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>
Absoluto Feminino	Troféu	Troféu	Troféu
Absoluto Masculino	Troféu	Troféu	Troféu

Todos os participantes receberão um Diploma de participação.

### VII – HORÁRIOS

1. No dia e local da Prova, o Secretariado iniciará os trabalhos às 08:30h.
2. Os participantes devem confirmar a sua inscrição, junto do secretariado, até uma hora antes do início da sua Prova;
3. A distribuição de toucas e a identificação dos Nadadores será iniciada às 09:00h;
4. A concentração dos Atletas participantes na prova de 1000m será às 10h15m junto à zona de Partida. Nesta concentração, elementos da Organização darão indicações sobre o percurso a realizar e demais condições da partida e da chegada;
5. Início da Prova de Divulgação de 1000m: 10h30

### VIII – PROTESTOS

7. Será, no âmbito da presente Prova, constituída um Comissão de Apelo composta por 3 (três) membros da Organização, 1 (um) membro do CNLA, 1 (um) membro da Arbitragem presente e 1 (um) representante da ANALEN.
8. A esta Comissão devem ser dirigidos os protestos, por escrito, sempre antes da cerimónia de distribuição de prémios, em impresso disponibilizado pela Organização e acompanhado de uma caução de 50 €.
9. O Júri de Apelo reunirá e deliberará de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso.

# 15ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2018

## REGULAMENTO

### VIII - NORMAS

Casos omissos no presente regulamento serão apreciados e resolvidos pela Organização da Prova e Comissão de Apelo e à luz do presente regulamento.

### IX - NOTAS

A Organização efectuará um mega-almoço, em local a designar, aberto a todos os participantes e acompanhantes. A organização **oferece o almoço aos atletas participantes (em qualquer uma das distâncias)** e para os acompanhantes o custo será de **8,00 € (comida e bebida à discrição)**.

