

## II OPEN MASTERS ALCOBAÇA

### REGULAMENTO

1. A competição é organizada de acordo com o regulamento Geral da Federação Portuguesa de Natação, estando a arbitragem a cargo do Conselho Distrital de Arbitragem da Associação Natação do Distrito de Leiria esta competição tem cronometragem manual.

2. Data: 5 de Janeiro de 2024

3. Local: Piscina Municipal de Alcobaça ( 25 metros X 8 pistas )

4. Para esta edição foram convidados 30 clubes.

5. Destina-se a nadadores filiados em Natação Master pela F. P. N.

6. Participação: Cada nadador poderá ser inscrito em duas provas individuais mais as provas de estafetas. Cada clube poderá inscrever uma equipa de estafetas por grupo de idade. As estafetas mistas terão obrigatoriamente de ser constituídas por 2 nadadores do género masculino e 2 do género feminino.

O clube organizador reserva-se no direito de preencher as pistas vagas com nadadores seus na condição de extra competição.

7. As equipas devem **confirmar** a sua presença até ao dia **1 de DEZEMBRO de 2023** ( pelo telefone 262 - 596445 ou E-mail: ( geral@natacaoalcobaca.com ) e enviar as **inscrições** até ao dia **18 de dezembro de 2023**, para:

CLUBE NATAÇÃO DE ALCOBAÇA  
Piscina Municipal de Alcobaça  
2460 ALCOBAÇA  
E-mail: geral@natacaoalcobaca.com

Ficheiro informático Pro Swim do "Team Manager" ou o "Entry Editor" disponível em **WWW.natacaoalcobaca.com**

**8. Alterações** até às 18h00m do dia **3 de JANEIRO de 2024**. Só serão aceites alterações, desde que os atletas constem da lista onomástica.

## 9.Participação:

Destina-se à seguinte categoria:

Grupo	Escalão Etário	Ano de Nascimento
A	25 - 29	1999 - 95
B	30 - 34	1994 - 90
C	35 - 39	1989 - 85
D	40 - 44	1984 - 80
E	45 - 49	1979 - 75
F	50 - 54	1974 - 70
G	55 - 59	1969 - 65
H	60 - 64	1964 - 60
I	65 - 69	1959 - 55
J	70 - 74	1954 - 50
K	75 - 79	1949 - 45
L	80 - 84	1944 - 40
M	85 e >	1939 + velhos

Para as estafetas, os Grupos de Idade são os seguintes:

Grupo	Escalão Etário
1	100 - 119
2	120 - 159
3	160 - 199
4	200 - 239
5	240 - 279
6	280 - 319
7	320 - 359

## 10.Prémios:

### CLUBES:

1. Serão entregues troféus a todos os clubes classificados.
2. Serão concedidos prémios ao nadador mais pontuado por género e grupo, de acordo com a tabela DSV Master Performance em vigor, de cada género.
3. No final do Torneio será entregue lembranças a todos nadadores

**11. Pontuação:** Será atribuída a seguinte pontuação por prova:

- 1º Classificado - 9 pontos
- 2º Classificado - 7 pontos
- 3º Classificado - 6 pontos
- 4º Classificado - 5 pontos
- 5º Classificado - 4 pontos
- 6º Classificado - 3 pontos
- 7º Classificado - 2 pontos
- 8º Classificado - 1 ponto

**As provas de estafetas pontuarão a dobrar.**

<b>PROGRAMA/HORÁRIO</b>		
<b>SEXTA FEIRA 5 DE JANEIRO DE 2024</b>		
<b>Abertura das piscinas</b>		<b>17H45m</b>
<b>Aquecimento</b>		<b>18H00m</b>
<b>Torneio</b>		<b>19h00m</b>
<b>1ª Prova</b>	<b>4x50 Livres</b>	<b>Feminino</b>
<b>2ª Prova</b>	<b>4x50 Livres</b>	<b>Masculino</b>
<b>3ª Prova</b>	<b>50 Mariposa</b>	<b>Feminino</b>
<b>4ª Prova</b>	<b>50 Mariposa</b>	<b>Masculino</b>
<b>5ª Prova</b>	<b>100 Costas</b>	<b>Feminino</b>
<b>6ª Prova</b>	<b>100 Costas</b>	<b>Masculino</b>
<b>7ª Prova</b>	<b>100 Bruços</b>	<b>Feminino</b>
<b>8ª Prova</b>	<b>100 Bruços</b>	<b>Masculino</b>
<b>9ª Prova</b>	<b>100 Livres</b>	<b>Feminino</b>
<b>10ª Prova</b>	<b>100 Livres</b>	<b>Masculino</b>
<b>11ª Prova</b>	<b>100 Estilos</b>	<b>Feminino</b>
<b>12ª Prova</b>	<b>100 Estilos</b>	<b>Masculino</b>
<b>13ª Prova</b>	<b>50 Costas</b>	<b>Feminino</b>
<b>14ª Prova</b>	<b>50 Costas</b>	<b>Masculino</b>
<b>15ª Prova</b>	<b>50 Bruços</b>	<b>Feminino</b>
<b>16ª prova</b>	<b>50 Bruços</b>	<b>Masculino</b>
<b>17ª Prova</b>	<b>50 Livres</b>	<b>Feminino</b>
<b>18ª Prova</b>	<b>50 Livres</b>	<b>Masculino</b>
<b>19ª Prova</b>	<b>4X50 ESTILOS</b>	<b>Mistos</b>