

CAMPEONATOS REGIONAIS ABSOLUTOS DE PISCINA CURTA

1. Local – Complexo de Piscinas Olímpicas do Funchal (P 25m x 8 pistas - P 50m adaptada para 25 m)
2. Data – 21 de Novembro a 23 de Novembro de 2008
3. Participação:
 - 3.1 Este campeonato destina-se a nadadores filiados pertencentes às categorias Infantis, Juvenis, Juniores, Seniores e Masters (apenas na prova complementar).
 - 3.2 Os nadadores Juniores e Seniores poderão ser inscritos, neste campeonato, num máximo de seis provas individuais mais as provas de estafetas.
 - 3.3 Os nadadores Infantis e Juvenis poderão ser inscritos num máximo de cinco provas individuais mais as estafetas, sendo-lhes permitido nadar um máximo de duas provas por sessão.
 - 3.4 Os nadadores Infantis e Juvenis não podem participar nas provas de 50m M, C, B, L e 4x50m L e Est.
 - 3.5 A composição das equipas de estafetas deverá ser entregue na mesa do júri até 30 minutos antes do início de cada sessão.
 - 3.6 As equipas de estafetas poderão ser Absolutas (compostas por nadadores Juniores e/ou Seniores) ou de Categorias (compostas por nadadores da mesma categoria).
 - 3.7 Não há limitações ao número de nadadores inscritos para as provas de estafetas, desde que respeitem o regulamento, para o que terão de constar no respectivo ficheiro convite.
 - 3.8 Na prova complementar (nº29), indicada com “PC” no ponto 7 deste regulamento, podem participar nadadores filiados na F.P.N. pertencentes à categoria Master, destinada exclusivamente à sua categoria.
 - 3.9 Todas as provas serão disputadas pelo sistema de séries.
4. Inscrições
 - 4.1 As inscrições deverão dar entrada na sede da ANM em ficheiro convite até às 18:00h do dia 14 de Novembro de 2008.
5. Classificações
 - 5.1 Haverá classificações absolutas.
6. Prémios
 - 6.1 Serão concedidos prémios aos três primeiros classificados de cada prova.

7. Programa

1ª Jornada – 21.11.08	
Sessão única – 19h00	
1	4x50m Livres fem.
2	4x50m Livres mas.
3	200m Bruços fem.
4	200m Bruços mas.
5	100m Livres fem.
6	100m Livres mas.
7	50m Costas fem.
8	50m Costas mas.
9	200m Mariposa fem.
10	200m Mariposa mas.
Intervalo - 10 min.	
11	4x100m Estilos fem.
12	4x100m Estilos mas.

2ª Jornada – 22.11.08			
Sessão I – 09:00h		Sessão II – 16:00h	
13	400m Estilos fem.	25	100m Mariposa fem.
14	400m Estilos mas.	26	100m Mariposa mas.
15	400m Livres fem.	27	200m Estilos fem.
16	400m Livres mas.	28	200m Estilos mas.
17	100m Bruços fem.	29	PC - 200m Livres Misto
18	100m Bruços mas.	30	200m Costas fem.
19	50m Livres fem.	31	200m Costas mas.
20	50m Livres mas.	32	50m Bruços fem.
21	100m Costas fem.	33	50m Bruços mas.
22	100m Costas mas.	Intervalo - 10 min.	
Intervalo - 10 min.		34	4x100m Livres fem.
23	4x200 Livres fem.	35	4x100m Livres mas.
24	4x200 Livres mas.		

3ª Jornada – 23.11.08	
Sessão única – 09:00h	
36	4x50m Estilos fem.
37	4x50m Estilos mas.
38	800m Livres fem.
39	1500m Livres mas.
40	50m Mariposa fem.
41	50m Mariposa mas.
42	200m Livres fem.
43	200m Livres mas.
44	100m Estilos fem.
45	100m Estilos mas.

8. Casos omissos – Os casos omissos serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral da FPN.