

**REGULAMENTO ESPECIFICO  
DO PROGRAMA DE  
DESENVOLVIMENTO DA  
NATAÇÃO DE COMPETIÇÃO  
XIRA2016**

## ÍNDICE

|  |    |
|--|----|
| INTRODUÇÃO .....                         | 3  |
| CATEGORIAS DE ATLETAS .....              | 4  |
| CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO .....          | 4  |
| INSCRIÇÕES .....                         | 5  |
| TRANSFERÊNCIA DE ATLETAS .....           | 7  |
| CLASSIFICAÇÕES / PONTUAÇÕES .....        | 7  |
| PENALIZAÇÕES .....                       | 8  |
| PRÉMIOS .....                            | 8  |
| EXAMES MÉDICOS E SEGURO DESPORTIVO ..... | 8  |
| CALENDARIZAÇÃO .....                     | 9  |
| OUTRAS INFORMAÇÕES .....                 | 9  |
| ANEXOS .....                             | 10 |

## **INTRODUÇÃO**

O Programa de Desenvolvimento da Natação de Competição aplica-se a todas as competições realizadas no âmbito do Programa dos Encontros Desportivos Concelhios e em conformidade com o estipulado no Regulamento Desportivo de Natação Pura aprovado pela Associação de Natação de Lisboa, com adaptação adequada das regras às condições de realização das provas, ao equipamento disponível e aos recursos humanos existentes.

## **CATEGORIAS DE ATLETAS**

De acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa da Natação, as idades devem ser completadas no ano civil em que termina a época, constituindo-se do seguinte modo as categorias.

| <b>CATEGORIAS</b> | <b>MASCULINOS</b>     | <b>FEMININOS</b>      |
|-------------------|-----------------------|-----------------------|
| <b>CADETES B</b>  | 8,9,10 e 11 anos      | 8,9 e 10 anos         |
| <b>CADETES A</b>  | 12 anos               | 11 anos               |
| <b>INFANTIS</b>   | 13 e 14 anos          | 12 e 13 anos          |
| <b>JUVENIS</b>    | 15,16 anos            | 14 e 15 anos          |
| <b>JUNIORES</b>   | 17 e 18 anos          | 16 e 17 anos          |
| <b>SENIORES</b>   | 19 anos e mais velhos | 18 anos e mais velhas |

## **CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO**

**2.1.** O Programa de Desenvolvimento da Natação de Competição - XIRA2016 apresenta dois níveis de participação, Grau I com 5 Encontros e Grau II com 2 Encontros.

**2.2.** O desempenho técnico dos nadadores participantes será avaliado de acordo com as regras vigentes da Federação Portuguesa de Natação.

**2.3.** Poderão participar nos Encontros de Grau I, Atletas Federados e Não Federados que se enquadrem nos requisitos técnicos do Nível 3 de acordo com Documento Orientador do Programa de Desenvolvimento da Natação de Competição - XIRA2016.

**2.4.** Os Encontros de Grau II destinam-se   participação de nadadores não federados, que se enquadrem nos requisitos técnicos do Nível 1 e 2 de acordo com Documento Orientador do Programa de Desenvolvimento da Natação de Competição - XIRA2016, com idades compreendidas entre os 8 e os 16 anos.

**2.5.** No Grau I os nadadores participarão em séries distintas, dirigidas a Federados e Não Federados, não podendo participar em mais do que duas provas por encontro.

**2.6.** No Grau II cada nadador, s  poderá participar até ao limite de duas provas individuais e uma coletiva por Encontro.

**2.7.** No Grau I os Clubes participantes ficam responsáveis pela organização nos dias dos 5 Encontros previstos de forma rotativa entre janeiro e maio.

Com a coordenação da ANL e supervisionados por dois delegados técnicos da Câmara Municipal, que prestaram todo o apoio necessário.

**2.8.** Todo o processo de inscrições e divulgação de resultados no Grau I é da responsabilidade da ANL.

**2.9.** Os Clubes participantes no Grau I devem disponibilizar o enquadramento humano para: chamada e organização das séries (2), apoio ao operador informático (2), encaminhamento para as Pistas (2), estafetas (2), bem como 8 cronometristas suplentes caso existam falhas dos juizes / cronometristas oficiais.

## **INSCRIÇÕES**

**3.1.** Todas as inscrições dos Clubes, para os 5 Encontros do Grau I, deverão ser realizadas via eletrónica, através do programa informático Entry Editor, e os respetivos ficheiros convite enviados para o e-mail específico [[inscricoes@anlisboa.pt](mailto:inscricoes@anlisboa.pt)], **até ao prazo máximo de 9 dias úteis antes da realização do respetivo encontro**, indicando o primeiro, segundo e último nome, a data de nascimento, o número de Cartão de Cidadão, prova em que vão participar e tempo de referência. Os atletas que não tiverem tempos de referência, não serão considerados inscritos para esse encontro.

**3.2.** As inscrições dos Clubes, para os 2 Encontros do Grau II, deverão ser realizadas por via eletrónica, através do ficheiro EXCEL próprio para o efeito disponibilizado pela CMVFX [[desporto@cm-vfxira.pt](mailto:desporto@cm-vfxira.pt)], até ao dia 14 de dezembro 2015 para o Torneio de Natal e até ao dia 9 de junho de 2016 para o Torneio de Encerramento.

**3.2.1.** Os Nadadores que participem no 1.º Encontro de “Grau II” poderão participar no 4.º e 5.º Encontro do Programa de Desenvolvimento da Natação de Competição - XIRA2016 de “Grau I”, inviabilizando a sua participação no 2.º Encontro de “Grau II”.

**3.3.** Não são permitidas inscrições de atletas nascidos depois de 2008.

**3.4.** A start-list será enviada pela CMVFX/ANL até ao prazo máximo de 7 dias úteis antes da realização do respetivo encontro, ao qual os Clubes têm até ao prazo máximo de 5 dias úteis antes da realização do respetivo para realizarem as devidas retificações.

**3.5.** Não serão permitidas novas inscrições de atletas nos dias dos Encontros. Neste sentido apelamos aos Clubes que transmitam aos seus técnicos esta informação de modo a evitar que haja atletas que se desloquem às piscinas e, depois não possam participar nos encontros.

**3.6.** Até 30 minutos antes da prova, é possível aos Clubes retirarem da start-list o nome dos seus nadadores que não estão presentes.

**3.7.** O 4.º encontro de Grau I será constituído por provas de estafetas e provas australianas, a decorrer em simultâneo no topo norte e no topo sul.

**3.7.1** Nas provas de estafetas, por prova, cada clube poderá constituir equipas de estafetas de acordo a seguinte tabela:

| <b>Categoria</b>          | <b>Nº Máximo de Equipas</b> |
|---------------------------|-----------------------------|
| <b>Cadetes</b>            | 2                           |
| <b>Infantis</b>           | 2                           |
| <b>Juvenis</b>            | 1                           |
| <b>Juniores</b>           | 1                           |
| <b>Séniore</b>            | 1                           |
| <b>Open (Juv+Jun+Sen)</b> | 1                           |

**3.7.2** As provas australianas serão realizadas à largura da piscina em séries de 20 atletas e em 4 eliminatórias.

**3.7.2.1** O objetivo consiste em chegar o mais rápido possível à parede oposta apanhando um pullboy que lhe dá acesso à próxima eliminatória.

**3.7.2.2** Os últimos 5 de cada eliminatória serão excluídos. Os restantes continuam para as restantes eliminatórias até à última, onde serão apurados os 5 primeiros lugares de cada série. Estes disputarão a final com os 5 melhores das restantes séries.

**3.8.** Nas provas de estafetas de Grau II, cada clube poderá participar no máximo com duas estafetas mistas.

**3.8.1.** Cada estafeta deverá ser composta por dois nadadores do G1 (Masc. e Fem.) e dois outros nadadores, um do G2 e outro do G3, sendo que um deve ser Mas. e outro Fem.

**3.9.** Na inscrição de equipas de estafetas é obrigatório definir tempo de inscrição, categoria e completa constituição dos elementos da equipa. O tempo de inscrição deverá corresponder à soma dos parciais dos atletas que constituem a equipa.

**3.9.1.** Todas as inscrições de estafetas que deem entrada sem tempo, constituição, ou categoria definida, não serão consideradas.

Caso se verifique uma afluência anormal de atletas nestas provas, que leve ao prolongamento do tempo estipulado por encontro, estas poderão sofrer alterações.

Todas as alterações às constituições de estafetas deverão ser realizadas até 30 minutos antes do início do respetivo Encontro.

## **TRANSFERÊNCIA DE ATLETAS**

**4.1.** Não são permitidas transferências de atletas entre entidades participantes nos Encontros Desportivos Concelhios durante o decorrer da época.

**4.2.** No caso de desvinculação de um atleta ao clube, o mesmo pode continuar a participar nos encontros de natação como *individual*, mantendo os pontos das provas já realizadas e acumulando com os que vier a conquistar.

## **CLASSIFICAÇÕES / PONTUAÇÕES**

**5.1.** Nos Encontros Grau I serão realizadas classificações individuais separadas para atletas Federados e Não Federados, de acordo com a seguinte tabela:

|                               |   |           |
|-------------------------------|---|-----------|
| 1.º Classificado              | – | 12 Pontos |
| 2.º Classificado              | – | 10 Pontos |
| 3.º Classificado              | – | 8 Pontos  |
| 4.º Classificado              | – | 7 Ponto   |
| 5.º Classificado              | – | 6 Ponto   |
| 6.º Classificado              | – | 5 Ponto   |
| 7.º Classificado              | – | 4 Ponto   |
| 8.º Classificado              | – | 3 Ponto   |
| 9.º Classificado              | – | 2 Ponto   |
| A partir do 10.º Classificado | – | 1 Ponto   |

**5.2.** Nos Encontros Grau II será atribuído 1 ponto a cada atleta participante, para a classificação coletiva.

**5.3.** A classificação coletiva é determinada através da soma dos pontos obtidos de acordo com a classificação dos atletas federados e não federados tanto nos encontros de Grau I como nos de Grau II, sendo que apenas os primeiros 4 classificados de cada Prova dos encontros de Grau I pontuam.

## **PENALIZAÇÕES**

**6.1.** Em caso de não comparência às provas, ou anulação de inscrições fora dos prazos definidos, será retirado 1 ponto por cada falta e/ou anulação à classificação coletiva final do clube a que pertence.

**6.2.** A todos os atletas que sejam desclassificados será retirado 1 ponto à classificação coletiva final do Clube a que pertence.

**6.3.** Por cada atleta que nade em provas individuais em que não está inscrito, ou que nade em substituição de colegas de equipa, o respetivo clube será penalizado em 200 pontos e o atleta desclassificado.

**6.4.** Caso, durante o evento, se verifique qualquer incumprimento na constituição das equipas de estafetas, os respetivos Clubes serão penalizados com a desqualificação da equipa e a penalização de 50 pontos na classificação final do Encontro.

## **PRÉMIOS**

### **7.1. Individuais**

Aos atletas Não Federados serão atribuídos Diplomas de Participação no escalão de Cadetes e Medalhas aos 3 primeiros classificados nos escalões Infantis, Juvenis Juniores e Séniores.

Aos atletas Federados serão atribuídos Medalhas aos melhores atletas com Pontuação Fina por escalão e género

**7.1.1.** No final da época serão atribuídas lembranças de participação a todos os nadadores que tenham participado em mais de 50% dos encontros.

### **7.2. Coletivos**

Serão atribuídos troféus aos 3 primeiros Clubes de acordo com a classificação obtida em 5.2.

## **EXAMES MÉDICOS E SEGURO DESPORTIVO**

Cada entidade deve exigir aos seus atletas um atestado médico que os considere aptos para a prática desportiva, assim como ter um seguro de atividade (treinos).

## CALENDARIZAÇÃO

### Programa de Desenvolvimento da Natação de Competição - Grau II

|              |   |            |   |                         |                             |
|--------------|---|------------|---|-------------------------|-----------------------------|
| 1.º Encontro | – | 20/12/2015 | – | Torneio de Natal        | Piscinas Municipais de VFX; |
| 2.º Encontro | – | 26/06/2016 | – | Torneio de Encerramento | Piscinas Municipais de VFX; |

### Programa de Desenvolvimento da Natação de Competição - Grau I

|              |   |            |   |                               |                             |
|--------------|---|------------|---|-------------------------------|-----------------------------|
| 1.º Encontro | – | 17/01/2016 | – | Provas Individuais            | Piscinas Municipais de VFX; |
| 2.º Encontro | – | 21/02/2016 | – | Provas Individuais            | Piscinas Municipais de VFX; |
| 3.º Encontro | – | 20/03/2016 | – | Provas Individuais            | Piscinas Municipais de VFX; |
| 4.º Encontro | – | 17/04/2016 | – | Provas Estafetas/Australianas | Piscinas Municipais de VFX; |
| 5.º Encontro | – | 15/05/2016 | – | Águas Abertas                 | Piscinas Municipais de VFX; |

#### Programa de provas consultar anexo

**NOTA:** Os Clubes deverão fazer um esforço no sentido de tirarem partido das novas tecnologias, nomeadamente da comunicação através de sistema de correio eletrónico (e-mail), que é um sistema mais económico que o recurso ao suporte em papel.

- **Internet** – No site [www.cm-vfxira.pt](http://www.cm-vfxira.pt), encontram-se todas as informações emanadas do Programa Encontros Concelhios Desportivos - XIRA2016.

## OUTRAS INFORMAÇÕES

Os casos omissos nestas normas de participação, que possam surgir no decorrer dos Encontros, serão resolvidos pela organização (Divisão de Desporto e Equipamentos da CMVFX).

## **ANEXOS**

## GRAU II

Torneio de Natal - 20/12/2015

9h00 – Entrada para os Balneários

9h30 – Aquecimento

10h00 – Início das provas

|                        | GI 8-11 anos | G II - 12-14 anos | GIII -15-16 anos |
|------------------------|--------------|-------------------|------------------|
| 1. <sup>a</sup> Prova  | 25m Livres F |                   |                  |
| 2. <sup>a</sup> Prova  | 25m Livres M |                   |                  |
| 3. <sup>a</sup> Prova  |              | 50m Livres F      |                  |
| 4. <sup>a</sup> Prova  |              | 50m Livres M      |                  |
| 5. <sup>a</sup> Prova  |              |                   | 50m Livres F     |
| 6. <sup>a</sup> Prova  |              |                   | 50m Livres M     |
| 7. <sup>a</sup> Prova  | 25m Costas F |                   |                  |
| 8. <sup>a</sup> Prova  | 25m Costas M |                   |                  |
| 9. <sup>a</sup> Prova  |              | 50m Costas F      |                  |
| 10. <sup>a</sup> Prova |              | 50m Costas M      |                  |
| 11. <sup>a</sup> Prova |              |                   | 50m Costas F     |
| 12. <sup>a</sup> Prova |              |                   | 50m Costas M     |
| 13. <sup>a</sup> Prova |              | 25m Bruços F      |                  |
| 14. <sup>a</sup> Prova |              | 25m Bruços M      |                  |
| 15. <sup>a</sup> Prova |              |                   | 50m Bruços F     |
| 16. <sup>a</sup> Prova |              |                   | 50 Bruços M      |
| 17. <sup>a</sup> Prova |              |                   | 25m Mariposa F   |
| 18. <sup>a</sup> Prova |              |                   | 25m Mariposa M   |
| 19. <sup>a</sup> Prova | 4x25m Livres |                   |                  |

## GRAU I

1.º Encontro - 17/01/2016

8h00 – Entrada para os Balneários

8h20 – Aquecimento

9h00 – Início das Provas

### Cadetes e Infantis

|             |                 |           |              |
|-------------|-----------------|-----------|--------------|
| 101.ª Prova | 100 Bruços Cad  | Feminino  | Federado     |
| 102.ª Prova | 100 Bruços Cad  | Feminino  | Não Federado |
| 103.ª Prova | 100 Bruços Cad  | Masculino | Federado     |
| 104.ª Prova | 100 Bruços Cad  | Masculino | Não Federado |
| 105.ª Prova | 100 Costas Inf  | Feminino  | Federado     |
| 106.ª Prova | 100 Costas Inf  | Feminino  | Não Federado |
| 107.ª Prova | 100 Costas Inf  | Masculino | Federado     |
| 108.ª Prova | 100 Costas Inf  | Masculino | Não Federado |
| 109.ª Prova | 100 Costas Cad  | Feminino  | Federado     |
| 110.ª Prova | 100 Costas Cad  | Feminino  | Não Federado |
| 111.ª Prova | 100 Costas Cad  | Masculino | Federado     |
| 112.ª Prova | 100 Costas Cad  | Masculino | Não Federado |
| 113.ª Prova | 100 Bruços Inf  | Feminino  | Federado     |
| 114.ª Prova | 100 Bruços Inf  | Feminino  | Não Federado |
| 115.ª Prova | 100 Bruços Inf  | Masculino | Federado     |
| 116.ª Prova | 100 Bruços Inf  | Masculino | Não Federado |
| 117.ª Prova | 50 Mariposa Inf | Feminino  | Federado     |
| 118.ª Prova | 50 Mariposa Inf | Feminino  | Não Federado |
| 119.ª Prova | 50 Mariposa Inf | Masculino | Federado     |
| 120.ª Prova | 50 Mariposa Inf | Masculino | Não Federado |

### Juvenis, Juniores e Seniores

|             |             |           |              |
|-------------|-------------|-----------|--------------|
| 121.ª Prova | 100 Costas  | Feminino  | Federado     |
| 122.ª Prova | 100 Costas  | Feminino  | Não Federado |
| 123.ª Prova | 100 Costas  | Masculino | Federado     |
| 124.ª Prova | 100 Costas  | Masculino | Não Federado |
| 125.ª Prova | 100 Bruços  | Feminino  | Federado     |
| 126.ª Prova | 100 Bruços  | Feminino  | Não Federado |
| 127.ª Prova | 100 Bruços  | Masculino | Federado     |
| 128.ª Prova | 100 Bruços  | Masculino | Não Federado |
| 129.ª Prova | 50 Mariposa | Feminino  | Federado     |
| 130.ª Prova | 50 Mariposa | Feminino  | Não Federado |
| 131.ª Prova | 50 Mariposa | Masculino | Federado     |
| 132.ª Prova | 50 Mariposa | Masculino | Não Federado |

## 2.º Encontro - 21/02/2016

8h00 – Entrada para os Balneários

8h20 – Aquecimento

9h00 – Início das Provas

### Cadetes e Infantis

|                         |                 |           |              |
|-------------------------|-----------------|-----------|--------------|
| 201. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres Cad  | Feminino  | Federado     |
| 202. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres Cad  | Feminino  | Não Federado |
| 203. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres Cad  | Masculino | Federado     |
| 204. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres Cad  | Masculino | Não Federado |
| 205. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres Inf   | Feminino  | Federado     |
| 206. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres inf   | Feminino  | Não Federado |
| 207. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres Inf   | Masculino | Federado     |
| 208. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres inf   | Masculino | Não Federado |
| 209. <sup>a</sup> Prova | 50 Mariposa Cad | Feminino  | Federado     |
| 210. <sup>a</sup> Prova | 50 Mariposa Cad | Feminino  | Não Federado |
| 211. <sup>a</sup> Prova | 50 Mariposa Cad | Masculino | Federado     |
| 212. <sup>a</sup> Prova | 50 Mariposa Cad | Masculino | Não Federado |
| 213. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos Inf | Feminino  | Federado     |
| 214. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos Inf | Feminino  | Não Federado |
| 215. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos Inf | Masculino | Federado     |
| 216. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos Inf | Masculino | Não Federado |

### Juvenis, Juniores e Seniores

|                         |            |           |              |
|-------------------------|------------|-----------|--------------|
| 217. <sup>a</sup> Prova | 200 Livres | Feminino  | Federado     |
| 218. <sup>a</sup> Prova | 200 Livres | Feminino  | Não Federado |
| 219. <sup>a</sup> Prova | 200 Livres | Masculino | Federado     |
| 220. <sup>a</sup> Prova | 200 Livres | Masculino | Não Federado |
| 221. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres  | Feminino  | Federado     |
| 222. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres  | Feminino  | Não Federado |
| 223. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres  | Masculino | Federado     |
| 224. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres  | Masculino | Não Federado |

### 3.º Encontro - 20/03/2016

8h00 – Entrada para os Balneários

8h20 – Aquecimento

9h00 – Início das Provas

#### Cadetes e Infantis

|                         |                 |           |              |
|-------------------------|-----------------|-----------|--------------|
| 301. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos Cad | Feminino  | Federado     |
| 302. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos Cad | Feminino  | Não Federado |
| 303. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos Cad | Masculino | Federado     |
| 304. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos Cad | Masculino | Não Federado |
| 305. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres Inf  | Feminino  | Federado     |
| 306. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres Inf  | Feminino  | Não Federado |
| 307. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres Inf  | Masculino | Federado     |
| 308. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres Inf  | Masculino | Não Federado |
| 309. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres Cad   | Feminino  | Federado     |
| 310. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres Cad   | Feminino  | Não Federado |
| 311. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres Cad   | Masculino | Federado     |
| 312. <sup>a</sup> Prova | 50 Livres Cad   | Masculino | Não Federado |
| 313. <sup>a</sup> Prova | 50 Costas Inf   | Feminino  | Federado     |
| 314. <sup>a</sup> Prova | 50 Costas Inf   | Feminino  | Não Federado |
| 315. <sup>a</sup> Prova | 50 Costas Inf   | Masculino | Federado     |
| 316. <sup>a</sup> Prova | 50 Costas Inf   | Masculino | Não Federado |

#### Juvenis, Juniores e Seniores

|                         |              |           |              |
|-------------------------|--------------|-----------|--------------|
| 317. <sup>a</sup> Prova | 100 Mariposa | Feminino  | Federado     |
| 318. <sup>a</sup> Prova | 100 Mariposa | Feminino  | Não Federado |
| 319. <sup>a</sup> Prova | 100 Mariposa | Masculino | Federado     |
| 320. <sup>a</sup> Prova | 100 Mariposa | Masculino | Não Federado |
| 321. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos  | Feminino  | Federado     |
| 322. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos  | Feminino  | Não Federado |
| 323. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos  | Masculino | Federado     |
| 324. <sup>a</sup> Prova | 100 Estilos  | Masculino | Não Federado |
| 325. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres   | Feminino  | Federado     |
| 326. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres   | Feminino  | Não Federado |
| 327. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres   | Masculino | Federado     |
| 328. <sup>a</sup> Prova | 100 Livres   | Masculino | Não Federado |

#### 4.º Encontro - 17/04/2016

8h00 – Entrada para os Balneários

8h20 – Aquecimento

9h00 – Início das Provas

#### Cadetes, Infantis

|             |                                   |           |              |
|-------------|-----------------------------------|-----------|--------------|
| 401.ª Prova | 21m aprox. (1.ª eliminatória) Cad | Feminino  | Federado     |
| 402.ª Prova | 21m aprox. (1.ª eliminatória) Cad | Masculino | Federado     |
| 403.ª Prova | 21m aprox. (1.ª eliminatória) Cad | Feminino  | Não Federado |
| 404.ª Prova | 21m aprox. (1.ª eliminatória) Cad | Masculino | Não Federado |
| 405.ª Prova | 21m aprox. (1.ª eliminatória) Inf | Feminino  | Federado     |
| 406.ª Prova | 21m aprox. (1.ª eliminatória) Inf | Masculino | Federado     |
| 407.ª Prova | 21m aprox. (1.ª eliminatória) Inf | Feminino  | Não Federado |
| 408.ª Prova | 21m aprox. (1.ª eliminatória) Inf | Masculino | Não Federado |
| 409.ª Prova | 21m aprox. (2.ª eliminatória) Cad | Feminino  | Federado     |
| 410.ª Prova | 21m aprox. (2.ª eliminatória) Cad | Masculino | Federado     |
| 411.ª Prova | 21m aprox. (2.ª eliminatória) Cad | Feminino  | Não Federado |
| 412.ª Prova | 21m aprox. (2.ª eliminatória) Cad | Masculino | Não Federado |
| 413.ª Prova | 21m aprox. (2.ª eliminatória) Inf | Feminino  | Federado     |
| 414.ª Prova | 21m aprox. (2.ª eliminatória) Inf | Masculino | Federado     |
| 415.ª Prova | 21m aprox. (2.ª eliminatória) Inf | Feminino  | Não Federado |
| 416.ª Prova | 21m aprox. (2.ª eliminatória) Inf | Masculino | Não Federado |
| 417.ª Prova | 21m aprox. (3.ª eliminatória) Cad | Feminino  | Federado     |
| 418.ª Prova | 21m aprox. (3.ª eliminatória) Cad | Masculino | Federado     |
| 419.ª Prova | 21m aprox. (3.ª eliminatória) Cad | Feminino  | Não Federado |
| 420.ª Prova | 21m aprox. (3.ª eliminatória) Cad | Masculino | Não Federado |
| 421.ª Prova | 21m aprox. (3.ª eliminatória) Inf | Feminino  | Federado     |
| 422.ª Prova | 21m aprox. (3.ª eliminatória) Inf | Masculino | Federado     |
| 423.ª Prova | 21m aprox. (3.ª eliminatória) Inf | Feminino  | Não Federado |
| 424.ª Prova | 21m aprox. (3.ª eliminatória) Inf | Masculino | Não Federado |
| 425.ª Prova | 21m aprox. (4.ª eliminatória) Cad | Feminino  | Federado     |
| 426.ª Prova | 21m aprox. (4.ª eliminatória) Cad | Masculino | Federado     |
| 427.ª Prova | 21m aprox. (4.ª eliminatória) Cad | Feminino  | Não Federado |
| 428.ª Prova | 21m aprox. (4.ª eliminatória) Cad | Masculino | Não Federado |
| 429.ª Prova | 21m aprox. (4.ª eliminatória) Inf | Feminino  | Federado     |
| 430.ª Prova | 21m aprox. (4.ª eliminatória) Inf | Masculino | Federado     |
| 431.ª Prova | 21m aprox. (4.ª eliminatória) Inf | Feminino  | Não Federado |
| 432.ª Prova | 21m aprox. (4.ª eliminatória) Inf | Masculino | Não Federado |

## Juvenis, Juniores e Seniores

|                         |                                      |           |              |
|-------------------------|--------------------------------------|-----------|--------------|
| 433. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Livres Juv + Jun + Sen + Open   | Feminino  | Federado     |
| 434. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Livres Juv + Jun + Sen + Open   | Feminino  | Não Federado |
| 435. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Livres Juv + Jun + Sen + Open   | Masculino | Federado     |
| 436. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Livres Juv + Jun + Sen + Open   | Masculino | Não Federado |
| 437. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Estilos Juv + Jun + Sen + Open | Feminino  | Federado     |
| 438. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Estilos Juv + Jun + Sen + Open | Feminino  | Não Federado |
| 439. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Estilos Juv + Jun + Sen + Open | Masculino | Federado     |
| 440. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Estilos Juv + Jun + Sen + Open | Masculino | Não Federado |

## Cadetes, Infantis

|                         |                   |           |              |
|-------------------------|-------------------|-----------|--------------|
| 441. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Livres Cad   | Feminino  | Federado     |
| 442. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Livres Cad   | Feminino  | Não Federado |
| 443. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Livres Cad   | Masculino | Federado     |
| 444. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Livres Cad   | Masculino | Não Federado |
| 445. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Estilos Cad  | Feminino  | Federado     |
| 446. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Estilos Cad  | Feminino  | Não Federado |
| 447. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Estilos Cad  | Masculino | Federado     |
| 448. <sup>a</sup> Prova | 4x50 Estilos Cad  | Masculino | Não Federado |
| 449. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Estilos Inf | Feminino  | Federado     |
| 450. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Estilos Inf | Feminino  | Não Federado |
| 451. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Estilos Inf | Masculino | Federado     |
| 452. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Estilos Inf | Masculino | Não Federado |
| 453. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Livres Inf  | Feminino  | Federado     |
| 454. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Livres Inf  | Feminino  | Não Federado |
| 455. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Livres Inf  | Masculino | Federado     |
| 456. <sup>a</sup> Prova | 4x100 Livres Inf  | Masculino | Não Federado |

## Juvenis, Juniores e Seniores

|                         |   |           |              |
|-------------------------|---|-----------|--------------|
| 457. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (1. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Feminino  | Federado     |
| 458. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (1. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Masculino | Federado     |
| 459. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (1. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Feminino  | Não Federado |
| 460. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (1. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Masculino | Não Federado |
| 461. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (2. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Feminino  | Federado     |
| 462. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (2. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Masculino | Federado     |
| 463. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (2. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Feminino  | Não Federado |
| 464. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (2. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Masculino | Não Federado |
| 465. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (3. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Feminino  | Federado     |
| 466. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (3. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Masculino | Federado     |
| 467. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (3. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Feminino  | Não Federado |
| 468. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (3. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Masculino | Não Federado |
| 469. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (4. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Feminino  | Federado     |
| 470. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (4. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Masculino | Federado     |
| 471. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (4. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Feminino  | Não Federado |
| 472. <sup>a</sup> Prova | 21m aprox. (4. <sup>a</sup> eliminatória) Juv/Jun/Sen | Masculino | Não Federado |

## 5.º Encontro - 15/05/2016

8h00 – Entrada para os Balneários

8h20 – Aquecimento

9h00 – Início das Provas

### Cadetes e Infantis

|                         |                                |                      |              |
|-------------------------|--------------------------------|----------------------|--------------|
| 501. <sup>a</sup> Prova | 220m aprox. (2 voltas) Cad Inf | Feminino / Masculino | Federado     |
| 502. <sup>a</sup> Prova | 100m aprox.(1 volta) Cad       | Feminino             | Não Federado |
| 503. <sup>a</sup> Prova | 100m aprox.(1 volta) Cad       | Masculino            | Não Federado |
| 504. <sup>a</sup> Prova | 220m aprox. (2 voltas) Inf     | Feminino             | Não Federado |
| 505. <sup>a</sup> Prova | 220m aprox. (2 voltas) Inf     | Masculino            | Não Federado |

### Juvenis, Juniores e Seniores

|                         |                                    |                      |              |
|-------------------------|------------------------------------|----------------------|--------------|
| 506. <sup>a</sup> Prova | 340m aprox. (3 voltas) Juv Jun Sen | Feminino / Masculino | Federado     |
| 507. <sup>a</sup> Prova | 340m aprox. (3 voltas) Juv         | Feminino             | Não Federado |
| 508. <sup>a</sup> Prova | 340m aprox. (3 voltas) Juv         | Masculino            | Não Federado |
| 509. <sup>a</sup> Prova | 340m aprox. (3 voltas) Jun         | Feminino             | Não Federado |
| 510. <sup>a</sup> Prova | 340m aprox. (3 voltas) Jun         | Masculino            | Não Federado |
| 511. <sup>a</sup> Prova | 340m aprox. (3 voltas) Sen         | Feminino             | Não Federado |
| 512. <sup>a</sup> Prova | 340m aprox. (3 voltas) Sen         | Masculino            | Não Federado |

## GRAU II

Torneio de Encerramento - 26/06/2016

9h00 – Entrada para os Balneários

9h30 – Aquecimento

10h00 – Início das provas

|                        | GI 8-11 anos    | G II - 12-14 anos | GIII -15-16 anos |
|------------------------|-----------------|-------------------|------------------|
| 1. <sup>a</sup> Prova  | 25m Pr Crol F   |                   |                  |
| 2. <sup>a</sup> Prova  | 25m Pr Crol M   |                   |                  |
| 3. <sup>a</sup> Prova  |                 | 25m Pr Crol F     |                  |
| 4. <sup>a</sup> Prova  |                 | 25m Pr Crol M     |                  |
| 5. <sup>a</sup> Prova  | 25m Livres F    |                   |                  |
| 6. <sup>a</sup> Prova  | 25m Livres M    |                   |                  |
| 7. <sup>a</sup> Prova  |                 | 25m Livres F      |                  |
| 8. <sup>a</sup> Prova  |                 | 25m Livres M      |                  |
| 9. <sup>a</sup> Prova  | 50m Livres F    |                   |                  |
| 10. <sup>a</sup> Prova | 50m Livres M    |                   |                  |
| 11. <sup>a</sup> Prova |                 | 50m Livres F      |                  |
| 12. <sup>a</sup> Prova |                 | 50m Livres M      |                  |
| 13. <sup>a</sup> Prova |                 |                   | 50m Livres F     |
| 14. <sup>a</sup> Prova |                 |                   | 50m Livres M     |
| 15. <sup>a</sup> Prova | 25m Pr Costas F |                   |                  |
| 16. <sup>a</sup> Prova | 25m Pr Costas M |                   |                  |
| 17. <sup>a</sup> Prova |                 | 25m Pr Costas F   |                  |
| 18. <sup>a</sup> Prova |                 | 25m Pr Costas M   |                  |
| 19. <sup>a</sup> Prova | 25m Costas F    |                   |                  |
| 20. <sup>a</sup> Prova | 25m Costas M    |                   |                  |
| 21. <sup>a</sup> Prova |                 | 25m Costas F      |                  |
| 22. <sup>a</sup> Prova |                 | 25m Costas M      |                  |
| 23. <sup>a</sup> Prova | 50m Costas F    |                   |                  |
| 24. <sup>a</sup> Prova | 50m Costas M    |                   |                  |
| 25. <sup>a</sup> Prova |                 | 50m Costas F      |                  |
| 26. <sup>a</sup> Prova |                 | 50m Costas M      |                  |
| 27. <sup>a</sup> Prova |                 |                   | 50m Costas F     |
| 28. <sup>a</sup> Prova |                 |                   | 50m Costas M     |
| 29. <sup>a</sup> Prova | 25m Bruços F    |                   |                  |
| 30. <sup>a</sup> Prova | 25m Bruços M    |                   |                  |
| 31. <sup>a</sup> Prova |                 | 50m Bruços F      |                  |
| 32. <sup>a</sup> Prova |                 | 50m Bruços M      |                  |
| 33. <sup>a</sup> Prova |                 |                   | 50m Bruços F     |
| 34. <sup>a</sup> Prova |                 |                   | 50m Bruços M     |
| 35. <sup>a</sup> Prova |                 |                   | 100m Est F       |
| 36. <sup>a</sup> Prova |                 |                   | 100m Est M       |
| 37. <sup>a</sup> Prova | 4x25m Livres    |                   |                  |

Vila Franca de Xira  
novembro 2015