



# REGULAMENTO

2025 / 2026

# NATAÇÃO PURA

NOME DA COMPETIÇÃO

CAMPEONATO "FRANCISCO RODRIGUES DE SOUSA"

LOCAL / PISCINA

COMPLEXO PISCINAS OLÍMPICAS DO FUNCHAL

DATA DO EVENTO

17 JANEIRO 2026

## CAMPEONATO “FRANCISCO RODRIGUES DE SOUSA”

1. **ORGANIZAÇÃO:** Associação de Natação da Madeira
2. **DATA:** Funchal, 17 de janeiro de 2026
3. **LOCAL:** Complexo de Piscinas Olímpicas do Funchal (piscina de 50 metros)
4. **PISTAS:** 8 ou 10 pistas                      **AQUECIMENTO:** 10 Pistas
5. **HORÁRIO**

|                 |            | DATA            | AQUECIMENTO   | COMPETIÇÃO    |
|-----------------|------------|-----------------|---------------|---------------|
| SÁBADO DE MANHÃ | 1.ª SESSÃO | 17-JANEIRO-2026 | 07h45 – 09h00 | 09h15 – 11h45 |
| SÁBADO DE TARDE | 2.ª SESSÃO | 17-JANEIRO-2026 | 14h45 – 16h00 | 16h15 – 18h45 |

### 6. PARTICIPAÇÃO

6.1. Poderão participar nadadores devidamente federados na época 2025/2026 pela Federação Portuguesa de Natação na especialidade de Natação Pura e Natação Adaptada, pertencentes às categorias de Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores;

6.2. Cada nadador poderá participar **ATÉ QUATRO PROVAS POR SESSÃO:**

- **UMA** prova de **ESTAFETA** mista;
- **UMA** prova de **PERNAS** mista (1.ª sessão) / **UMA** prova de **APNEIA** mista (2.ª sessão);
- **DUAS** provas **INDIVIDUAIS (OFICIAIS)**.

6.3. Todas as provas serão disputadas pelo sistema de séries de acordo com os tempos de inscrição, independentemente da sua categoria. Em caso de não existir tempo ou do mesmo ser igual para mais de um nadador, a atribuição das pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de prova;

6.4. Todos os nadadores deverão estar inscritos com tempo prévio de inscrição (tempos de entrada). Mesmo que sejam tempos não oficiais. Por exemplo, na prova de pernas e na prova de apneia;

6.5. As estafetas devem ser compostas por quatro nadadores masculinos e quatro nadadores femininos. Porém, serão aceites outro tipo de estafetas como “extracompetição”. Por exemplo, estafetas compostas só por nadadores masculinos ou só por nadadores femininos, ou, qualquer tipo de relação entre os nadadores masculinos e femininos que não quatro/quatro;

6.6. As equipas de estafeta serão **ABSOLUTAS**, compostas por nadadores de diferentes categorias, ou não. Por exemplo, infantis A com juvenis A ou infantis B com seniores, juvenis B com juvenis B, entre outras opções;

6.7. A composição das equipas de estafetas deverá ser entregue na mesa do júri até 30 minutos antes do início de cada sessão;

6.8. Não há limitações relativamente aos números de nadadores inscritos para as provas de estafeta, desde que respeitem o regulamento. Todos os nadadores que compõem as estafetas terão de constar no respetivo “Ficheiro Convite”, mesmo quando não participam em provas individuais durante o evento.

## 7. INSCRIÇÕES

7.1. As inscrições têm de dar entrada na Associação de Natação da Madeira até às 18h00 do dia 9 de janeiro de 2026, sexta-feira;

7.2. As inscrições são efetuadas via “Ficheiro Convite” e validadas se colocadas na Plataforma do Desporto da Direção Regional de Desporto;

7.2.1. A não colocação dos nadadores neste sistema informático aquando da data-limite de inscrições implica a exclusão automática da competição.

## 8. CLASSIFICAÇÕES

8.1. A classificação das provas individuais será por **PROVA, CATEGORIA e SEXO**;

8.2. As provas de estafeta, apneia e de pernas, será por classificação **ABSOLUTA e SEXO**;

8.2.1. Estafetas que não cumpram a relação de quatro nadadores masculinos / quatro nadadores femininos serão considerados como <EXTRACOMPETIÇÃO> - **ABSOLUTO**.

## 9. ARBITRAGEM

9.1. A arbitragem é da responsabilidade do Conselho de Arbitragem da Associação de Natação da Madeira;

9.2. Será utilizado o sistema eletrónico de arbitragem da SWISS-TIMING.

## 10. CASOS OMISSOS

10.1. Os casos omissos serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral da Federação Portuguesa de Natação.

## 11. PROGRAMA

| SÁBADO DE MANHÃ   1.ª SESSÃO   09h15 |  |
|--------------------------------------|--|
| 1.                                   | 100m MARIPOSA - MASCULINOS   |
| 2.                                   | 100m MARIPOSA - FEMININOS  |
| 3.                                   | 200m BRUÇOS - MASCULINOS   |
| 4.                                   | 200m BRUÇOS - FEMININOS  |
| 5.                                   | <p><b>100 metros PERNAS À ESCOLHA - MISTO, ABSOLUTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A partida será dada com o nadador dentro de água;</li> <li>- A partida será dada com uma mão em contacto com a parede/bloco e outra em contacto com a placa;</li> <li>- Podem manter ou alterar a técnica de pernas durante o percurso, a qualquer momento;</li> <li>- Será permitida apenas uma braçada antes da viragem, quer seja viragem fechada quer seja viragem aberta);</li> <li>- <u>Se existirem muitas series vamos fazer com dois nadadores por pista, pelo menos nas primeiras series ou series mais lentas (tempo manual).</u></li> </ul> |
| Intervalo 10'                        |  |
| 6.                                   | 100m COSTAS - MASCULINOS   |
| 7.                                   | 100m COSTAS - FEMININOS  |
| 8.                                   | 200m LIVRES - MASCULINOS   |
| 9.                                   | 200m LIVRES - FEMININOS  |
| Intervalo 5'                         |  |
| 10.                                  | <p><b>8x50m LIVRES MISTO, ABSOLUTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Devem ser compostas por quatro nadadores masculinos e quatro nadadores femininos;</li> <li>- Ordem arbitrária;</li> <li>- <u>Serão aceites outro tipo de estafetas (ex. apenas masculinos, apenas femininos, ou outra relação entre masculinos e femininos) como &lt;extracompetição&gt;.</u></li> </ul>   |

| SÁBADO DE TARDE   2.ª SESSÃO   16h15 |   |
|--------------------------------------|---|
| 11.                                  | 200m ESTILOS - MASCULINOS   |
| 12.                                  | 200m ESTILOS - FEMININOS  |
| 13.                                  | 100m BRUÇOS - MASCULINOS  |
| 14.                                  | 100m BRUÇOS - FEMININOS   |
| 15.                                  | 200m MARIPOSA - MASCULINOS  |
| 16.                                  | 200m MARIPOSA - FEMININOS   |
| Intervalo 10'                        |   |
| 17.                                  | <p><b>50 metros - APNEIA À ESCOLHA - MISTO, ABS.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Podem partir de dentro ou de fora de água;</li> <li>- A superfície da água não pode ser rompida (exceto na chegada). Caso isso aconteça e nadador rompa a superfície da água, será desclassificado;</li> <li>- Podem manter ou alterar a técnica de "nado" durante o percurso subaquático;</li> <li>- Se não cumprirem a distância de 50 metros, param e seguram-se no separador de pista até a conclusão da serie. Depois saem pela lateral da piscina;</li> <li>- Serão registados tempos a quem concluir os 50 metros. Estes tempos não serão homologados.</li> </ul>  |
| 18.                                  | 200m COSTAS - MASCULINOS  |
| 19.                                  | 200m COSTAS - FEMININOS   |
| 20.                                  | 100m LIVRES - MASCULINOS  |
| 21.                                  | 100m LIVRES - FEMININOS   |
| Intervalo 5'                         |   |
| 22.                                  | <p><b>8x50m ESTILOS MISTO (2 cada técnica), ABSOLUTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Devem ser compostas por quatro nadadores masculinos e quatro nadadores femininos;</li> <li>- Ordem arbitrária (C C B B M M L L);</li> <li>- <u>Serão aceites outro tipo de estafetas (ex. apenas masculinos, apenas femininos, ou outra relação entre nadadores masculinos e femininos) como &lt;extracompetição&gt;.</u></li> </ul> <p>• <b>ORDEM DA ESTAFETA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dois nadadores a costas, dois nadadores a bruços, dois nadadores a mariposa e dois nadadores a crol;</li> <li>- O segundo nadador que faz a técnica de costas parte do bloco e efetua a rotação da posição ventral para a posição dorsal durante o percurso subaquático (até aos 15 metros, regulamentado).</li> </ul> |