



REGULAMENTO ESPECÍFICO DE NATAÇÃO

1. DATA: 10 DE MAIO DE 2025

2. LOCAL: Piscina Municipal de Penalva do Castelo

3. HORÁRIO:

Início das Provas – 15 horas

4. INSCRIÇÃO/EQUIPAS PARTICIPANTES:

✕ Destina-se a todos os participantes, federados ou não, masculinos e femininos, cujas equipas poderão **inscrever-se conforme o Regulamento Geral dos XIX Jogos Desportivos, nos Escalões abaixo indicados:**

“Sénior” – nascidos antes de 1995

“S” – nascidos entre 1995 e 2007 (inclusive)

“J” – nascidos em 2008 e 2009

“A” – nascidos em 2010, 2011

“B” – nascidos em 2012, 2013

“C” – nascidos em 2014 e 2015

“D” – nascidos em 2016 e 2017

“E” – nascidos em 2018 e 2019

- ✕ Os atletas definem a distância e estilo que pretendem nadar no dia da prova
- ✕ Os escalões E, D e C só poderão participar nos 25m livres e nos 25m costas
- ✕ Os escalões A e B poderão participar nos 50m livres, 50m costas e 50m bruços
- ✕ Os escalões J, S e Sénior poderão participar nos 50m livres, 50m costas, 50m livres e nos 50m mariposa
- ✕ Cada atleta poderá participar no máximo em duas provas (estilos);
- ✕ O N° de séries será condicionado ao n° de atletas inscritos

5. CLASSIFICAÇÃO:

Haverá uma classificação individual por prova e por sexo.

OBS.: Cada atletas deverá fazer-se acompanhar do fato de banho/calções, touca, chinelos e toalha.

Nota: O presente regulamento poderá sofrer alterações até ao dia da prova.