



1. **Organização:** Junta de Freguesia de Anta e Guetim e Secção de Natação do SC Espinho.
2. **Data:** 16 e 17 Maio 2026
3. **Local:** Piscina Municipal de Espinho
4. **Participação:**

Categorias <b>Natação Pura</b>				Categorias <b>Natação Adaptada</b>	
INFANTIS B	INFANTIS A	JUVENIS	JUNIORES/SENIORES	S14	S21

5. Cada clube só pode inscrever **um nadador de natação pura, por categoria e prova individual** (Infantil B, Infantil A, Juvenil e Júnior/Sénior), mais **uma equipa de estafetas de absolutos**.
6. Cada clube só pode participar com **dois nadadores de natação adaptada, independentemente da classe** (dois S14, dois S21 ou um de cada classe). **As provas destinadas para estes nadadores são todas as provas de 50 e 100m, onde cada nadador poderá competir em duas provas individuais.**
7. Cada nadador de natação pura pode participar em duas provas por sessão, mais estafeta.
8. As provas de **400m Livres** são destinadas apenas às categorias de Infantil B, Infantil A e Juvenil. **Apenas serão aceites os 6 melhores tempos de inscrição de cada escalão.**
9. Para as provas de **200m Livres** e **200m Estilos**, apenas serão aceites os **7 melhores tempos de inscrição de cada escalão** (Infantil B, Infantil A, Juvenil e Júnior/Sénior).
10. As provas de 50m, para os nadadores de natação pura, são apenas destinadas a duas categorias: Juvenil e Juniores/Seniores.
11. Ao Sporting Clube de Espinho (SCE), será reservado o direito de inscrever, extracompetição, nadadores de natação pura e adaptada nas pistas eventualmente vagas.
12. Programa de Prova:

Provas	Aquecimento: 14h30		Provas	Aquecimento: 08H30	
	1ª SESSÃO: 15h30			2ª SESSÃO: 09h30	
1ª	400m Livres M		14ª	400m Livres F	
2ª/3ª	50m Costas M/F		15ª/16ª	100m Costas M/F	
4ª/5ª	100m Bruços M/F		17ª/18ª	50m Bruços M/F	
6ª/7ª	50m Livres M/F		19ª/20ª	100m Livres M/F	
8ª/9ª	100m Mariposa M/F		21ª/22ª	50m Mariposa M/F	
10ª/11ª	200m Livres M/F		23ª/24ª	200m Estilos M/F	
<b>Intervalo – 10 minutos</b>			<b>Intervalo – 10 minutos</b>		
12ª/13ª	4x50m Livres M/F		25ª/26ª	4x50m Estilos M/F	

13. A Classificação final será o somatório dos pontos obtidos por Clube em cada prova e por cada categoria (excepto nas estafetas em que a classificação será absoluta). A classificação dos nadadores de natação adaptada não entra no somatório de pontos, não contribuindo assim, para a classificação final do torneio.
14. O sistema de classificação será o seguinte:
  - 1º Classificado N+1
  - 2º Classificado N-1
  - 3º Classificado N-2 (e assim sucessivamente, sendo N, o nº de Clubes participantes)
  - Desistência ou Desclassificação – 0 (zero) pontos
15. Serão atribuídos troféus a todos os clubes consoante a sua classificação.
16. A prova estará a cargo da ANCNP - Associação de Natação do Centro Norte de Portugal. A cronometragem será eletrónica.
17. As inscrições definitivas deverão ser enviadas para a ANCNP até **6 de maio de 2026** através do ficheiro convite.
18. **Pagamento:** Cada clube terá um custo de participação de **1,00€ por nadador inscrito no torneio**. O pagamento deverá ser realizado para o **IBAN PT50 0010 0000 4541 4450 0014 9**, até **30 de abril de 2026**.
19. Os nadadores que se inscreverem nas provas de 400m Livres, 200m Livres e 200m Estilos e que não sejam aceites, poderão inscrever-se noutra prova, cumprindo sempre o regulamento da competição.
20. Os casos omissos serão resolvidos pelo regulamento da FPN.