



## **Revezamento 1 hora Nadando** **Clube Atlético Aramaçan**

### **REGULAMENTO**

**Data:** 19/08/2023

**Local:** Piscina Aquecida do Clube Atlético Aramaçan

**Confirmação das equipes:** 8h às 8h15

**Aquecimento:** 8h às 8h20

**Início:** 8h30

#### **1. Do Objetivo**

**1.1.** O Revezamento 1 hora nadando do Clube Atlético Aramaçan tem como objetivo incentivar a prática de natação, proporcionando a interação entre os associados.

#### **2. Da Organização**

**2.1.** Ficará a cargo do Departamento de Esportes Adulto do Clube Atlético Aramaçan (CAA).

#### **3. Da Participação**

**3.1.** A participação será limitada a 12 equipes.

**3.2.** Poderão participar da competição, associados com idade a partir de 15 anos, de ambos os sexos.

**3.3.** As equipes serão divididas em 6 raias, sendo duas (02) equipes por raia.

**3.4.** As equipes deverão ter no mínimo 2 e no máximo 4 nadadores.

**3.5.** As equipes com 2 participantes, cada associado deverá nadar 30 minutos. As equipes com 3 participantes cada associado deverá nadar 20 minutos e as equipes com 4 participantes cada associado deverá nadar 15 minutos.

**3.6.** Todos os nadadores darão início ao seu percurso dentro da água, e o nadador seguinte só iniciará o seu percurso quando o outro completar os 50 metros iniciados (mesmo que seus minutos já tenham se encerrado), após autorização do árbitro responsável pela baliza.



#### **4. Da Prova**

- 4.1. A prova será realizada em 1 hora ininterrupta, com início às 08h30 do dia 19 de agosto de 2023 e término às 9h30 do mesmo dia.
- 4.2. As equipes deverão entregar a ordem de participação completa de nadadores no ato da inscrição.
- 4.3. As equipes poderão substituir apenas 01 atleta por desistência ou falta por motivos médicos, a alteração do/a atleta, deverá ser feita com o mínimo 15 minutos antes do início do revezamento.
- 4.4. Se a equipe não conseguir realizar a substituição do atleta ela poderá nadar em outra categoria sendo dupla ou trio.
- 4.5. O balizamento das equipes será definido em sorteio a ser realizado pela organização com a presença de um representante de cada entidade às 8h15 no dia do evento.
- 4.6. Para cada equipe haverá uma súmula, onde será registrada a sua metragem a cada 50 metros.
- 4.7. Não será permitido a utilização de nenhum equipamento para natação, luvas, palmar, flutuador, prancha, nadadeira e/ou outros. Somente a touca será obrigatório.

#### **5. Da Inscrição**

- 5.1. Taxa de inscrição por associado: R\$ 25,00
- 5.2. Cada equipe deverá apresentar a súmula com todos os atletas participantes do evento no ato da inscrição.
- 5.3. Na súmula deverá constar nome do atleta, idade, sexo e ordem do revezamento.
- 5.4. Início das inscrições será em 14 até 30/7

#### **6. Premiação**

##### **6.1. Atletas**

- 6.1.1. Todos os atletas serão premiados com certificado de participação e medalha de participação.

##### **6.2. Equipes**

- 6.2.1. Ao final da 1 hora, serão somadas as metragens de todos os nadadores, para se computar as colocações das 3 primeiras equipes.



**6.2.2.** Em caso de empate, será vencedora a equipe onde a soma da metragem do melhor e pior nadadores sejam as maiores, e assim sucessivamente até que haja o desempate.

**6.2.3.** A premiação das equipes acontecerá de acordo com as categorias: dupla, trio e quarteto.

**Observação** – Os casos omitidos neste regulamento serão resolvidos em comum acordo, entre os técnicos das equipes participantes da competição, e a equipe técnica da organização do evento.