



REGULAMENTO, PROGRAMA E GUIÃO DE ORGANIZAÇÃO DO 4.  FESTIVAL MADEIRA A NADAR – CEO LICEU

IV FESTIVAL MADEIRA A NADAR **FESTIVAL DE NATAÇÃO** **CLUBE ESCOLA O LICEU**

Funchal, 25 de maio de 2024

COMPLEXO DE PISCINAS OLIMPICAS DO FUNCHAL | PISCINA DE 25 METROS

ÉPOCA DESPORTIVA 2023/2024

IV FESTIVAL MADEIRA A NADAR

TEMA: **EDUCAÇÃO, RESPONSABILIDADE E PREVENÇÃO NO MEIO AQUÁTICO**

FESTIVAL DO CLUBE ESCOLA O LICEU

- FUNCHAL, 25 DE MAIO DE 2024

CPOF (PENDEADA) - PISCINA DE 25M / 16h00 às 18h00



1. PARTICIPAÇÃO

1.1 O clube participante é conhecedor do regulamento dos Festivais de Natação da Associação de Natação da Madeira - ESCOLAS;

1.2 Poderão participar nadadores inscritos no **PORTUGAL A NADAR** na época 2023/2024 dos **[7 AOS 11 ANOS]** e nadadores federados **CADETES C** e **CADETES B** que ainda não estão em condições de participar nas provas mais exigentes do calendário regional, como são exemplo dos TORREGRI's. Excecionalmente, crianças que têm 6 anos e que realizam 25 metros crol e costas com respiração adequada;

1.3 As atividades serão organizadas por idade e grau de dificuldade. Porém, não devem ser aceites inscrições para as provas oficiais: 1x25 metros à escolha (sem ser crol / diferente de crol) e 1x50 metros Livres para crianças que ainda não dominam a respiração aquática associada à propulsão;

1.4 Os clubes e nadadores que **NÃO** estiverem inscritos no projeto “**PORTUGAL A NADAR**” e que não estejam federados, mas que são detentores de um seguro de acidentes pessoais, devem apresentar uma lista da seguradora com os respetivos nomes dos participantes que se encontram segurados e inscritos no festival. Neste caso, o seguro contra acidentes pessoais deve cobrir acidentes em qualquer piscina da RAM, incluindo o Porto Santo. Ficam sujeitos à taxa de participação anual;

1.5 As atividades serão lúdicas e recreativas organizadas em:

a) **CIRCUITO DE HABILIDADES AQUÁTICAS (55')**

b) **2 PROVAS OFICIAIS (PAN + FED): 1x25 ESCOLHA E 1x50 LIVRES**



Associação de Natação da Madeira

Instituição de Utilidade Pública – Resolução n.º 424/2012, de 12 de junho de 2012

Complexo das Piscinas Olímpicas do Funchal - Beco dos Álamos – Santo António 9050-021 Funchal

+351 291 759 833

+351 291 745 384

+351 913 224 100

+351 912 898 330

1.6 Os clubes devem **CONFIRMAR A PARTICIPAÇÃO** das crianças que se encontram inscritas até 48 horas antes do evento (23 de maio de 2024), sob pena de serem penalizados com falta de comparência. Os clubes que tiverem uma percentagem de faltas acima dos 25% perdem o direito de inscrever o mesmo número de inscritos no próximo festival, tendo por referência o número total de inscritos no festival antecedente.

2. INSCRIÇÕES

2.1 As inscrições têm de dar entrada na Associação de Natação da Madeira até ao dia 20 de maio de 2024, segunda-feira, às 18h00. As inscrições devem ser confirmadas até quinta-feira, 23 de maio de 2024;

2.2 As inscrições para a categoria **ESCOLAS** são efetuadas através de ficha própria (**ANEXO 1**), e enviadas para: <vitorpereira@anatacaodamadeira.pt> com o CC de <geral@anatacaodamadeira.pt>.

3. DESFILE DOS CLUBES PARTICIPANTES

3.1 A abertura do festival ou das atividades é feita através de um desfile de todos os participantes ordenados por ordem alfabética do nome dos clubes, cada qual com a sua placa identificadora disponibilizada pela Associação de Natação da Madeira. É finalizada com declaração de boas-vindas e respetiva abertura do festival;

3.2 O clube anfitrião fecha o desfile;

3.3 Os treinadores e professores deverão acompanhar a sua equipa no desfile.



Associação de Natação da Madeira

Instituição de Utilidade Pública – Resolução n.º 424/2012, de 12 de junho de 2012

Complexo das Piscinas Olímpicas do Funchal - Beco dos Álamos – Santo António 9050-021 Funchal

+351 291 759 833

+351 291 745 384

+351 913 224 100

+351 912 898 330

4. PROGRAMA GERAL

CIRCUITO DE TAREFAS POR ESTAÇÕES

HORÁRIO	ATIVIDADES / TAREFAS	ORGANIZAÇÃO	RESPONSÁVEIS
15h00 15h15 (CHEGADA)	RECEÇÃO E ENCAMINHAMENTO	Chegada e entrada para muda de roupa. Reconhecimento da piscina. - Preparação para o Desfile.	Professor de cada clube. - Voluntários podem ajudar a orientar.
15h30	REUNIÃO TÉCNICA E CONTROLO DE PRESENCAS	Registo de presenças e faltas. - Só pode participar quem estiver devidamente inscrito!	Todos os treinadores e organização.
15h45	BOAS-VINDAS - DESFILE DE NADADORES	Voluntários do Clube e responsável da associação prepararam a ordem do desfile.	Colocar música e dar as boas-vindas pela Sr.ª Presidente do Clube Escola o Liceu, Prof. Ana Afonso Figueira.
INÍCIO DO FESTIVAL 54 minutos 16h00 6' + 2'	ESTAÇÃO 1 - Empurrar a parede em posição hidrodinâmica fundamental (PHF)	PISTAS 0, 1 e 2 (ZONA SUL) 1.º - Começa encostado à parede, afunda o corpo, empurra a parede e em PHF desliza entre 4 a 8 metros; 2.º - Sai da piscina pelo lado esquerdo.	
16h08 6' + 2'	ESTAÇÃO 2 - 25m pernas de crol em PHF - 25m nado crol.	PISTAS 6 e 7 (SUL) A saída é feita no plano de água, com uma mão no cais outra na prancha, realiza 25 metros em pernas de crol e regressa na mesma pista em 25 metros de nado de crol.	
16h16 6' + 2'	ESTAÇÃO 3 - Educação e segurança no mar.	JUNTO AO VIDRO, PRÓXIMO DAS PISTAS 7, 8 e 9 (SUL) Informações úteis sobre cuidados e prevenção no mar e nas piscinas.	
16h24 6'+2'	ESTAÇÃO 4 - 25 metros pernas braços em PHF - 25 metros braços	PISTAS 8 e 9 (ZONA NORTE) A saída é feita no plano de água, com uma mão no cais outra na prancha, realiza 25 metros em pernas de braços e regressa na mesma pista em 25 metros de nado de braços.	
16h32 6' + 2'	ESTAÇÃO 5 - 25 metros pernas costas em PHF - 25 metros costas	PISTAS 3, 4 e 5 (NORTE) 25 metros em pernas de costas na PHF e regressa nos segundos 25 metros em costas; Possibilidade de usar prancha ou fazer com mãos nos ombros.	
16h40 6'+2'	ESTAÇÃO 6 - Saltos diversos	PISTAS 0, 1 e 2 (NORTE) Diversos saltos com apanha de objetos no fundo da piscina.	
2 PROVAS "OFICIAIS" (TODOS OS NADADORES SERÃO ACEITES)			
1x25 METROS À ESCOLHA (SEM SER CROL / DIFERENTE DE CROL) + 1x50 METROS LIVRES			
"OFICIAL" 17h00	CÂMARA DE CHAMADA: - Serie feita na hora!	TODAS AS PISTAS (0-9) MISTO SEM REGISTO DE TEMPO 1x25 metros estilo à escolha (sem ser crol / diferente crol) 1x50 metros de crol - Partida feita do bloco ou de baixo, dentro de água.	
17h45	ENCERRAMENTO: Entrega de lanche e lembrança de participação na saída da piscina após o banho, a entregar aos responsáveis de cada equipa.		



Associação de Nataçao da Madeira

Instituição de Utilidade Pública – Resolução n.º 424/2012, de 12 de junho de 2012

Complexo das Piscinas Olímpicas do Funchal - Beco dos Álamos – Santo António 9050-021 Funchal

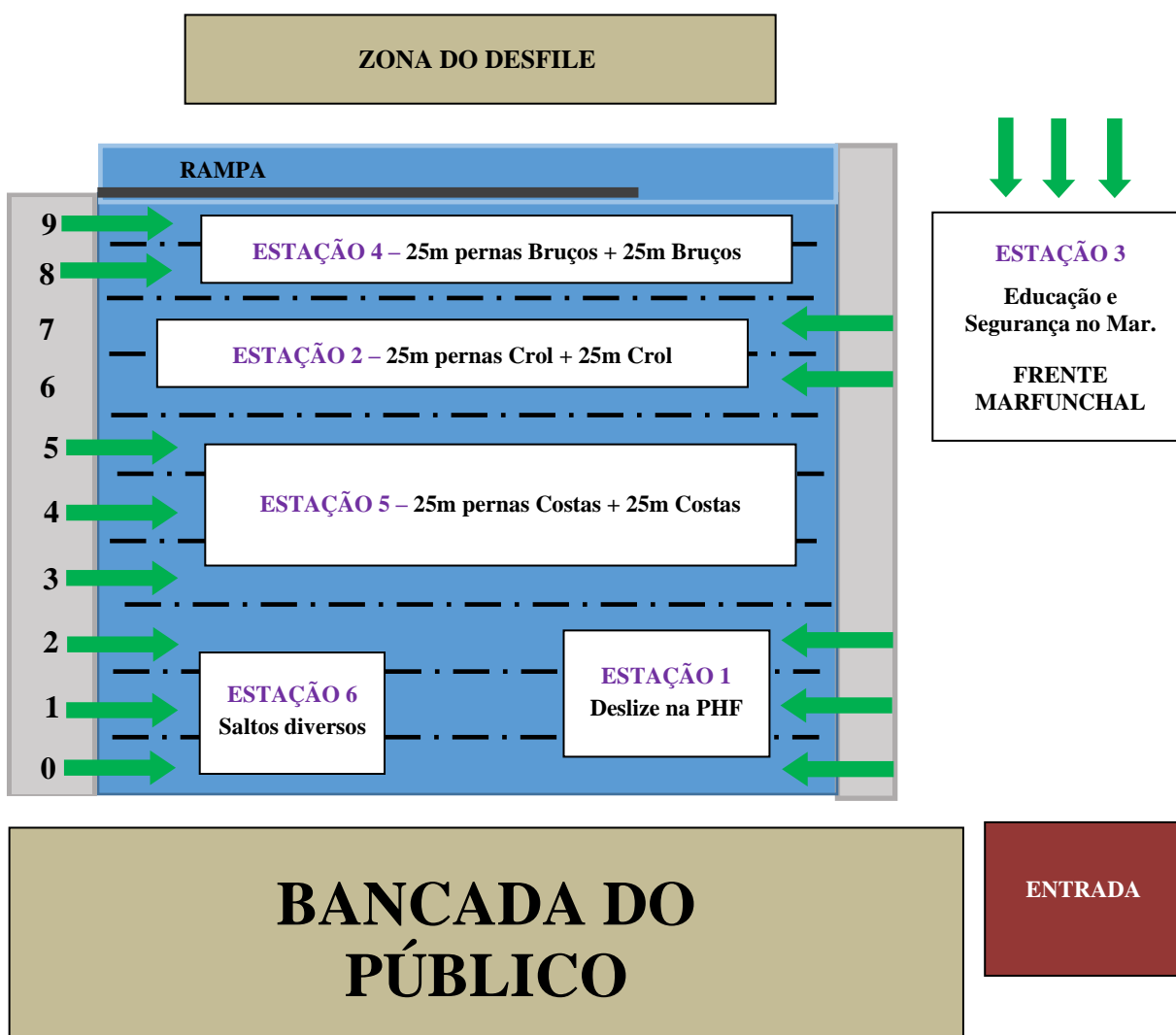
+351 291 759 833

+351 291 745 384

+351 913 224 100

+351 912 898 330

5. PLANTA DA ATIVIDADE – PISCINA DE 25 METROS DA PENTEADA



6. ORGANIZAÇÃO

A organização deverá ter 8 responsáveis do “Clube Escola O Liceu” para orientar os nadadores em cada estação. Solicitamos a ajuda de todos os técnicos presentes. A organização geral do evento será assegurada pelo Diretor Técnico do Clube Escola O Liceu, Prof. Jorge Soares, e pelo Diretor Técnico Regional da Associação de Natação da Madeira, Prof. Vítor Pereira, Prof. Osvaldo Mateus ou Diogo Câmara (estagiário).



Associação de Natação da Madeira

Instituição de Utilidade Pública – Resolução n.º 424/2012, de 12 de junho de 2012

Complexo das Piscinas Olímpicas do Funchal - Beco dos Álamos – Santo António 9050-021 Funchal

+351 291 759 833 +351 291 745 384 +351 913 224 100 +351 912 898 330



ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DA MADEIRA & CLUBE ESCOLA O LICEU
 GUIÃO DE ORGANIZAÇÃO DE ATIVIDADES PARA ESCOLAS E CADETES
 FICHA DE INSCRIÇÃO PARA FESTIVAL – ESCOLAS (**ANEXO 1**)

FESTIVAL PORTUGAL A NADAR	NOME DO FESTIVAL	DATA DO EVENTO	NOME DO RESPONSÁVEL
	Festival do Clube Escola O Liceu	25 MAIO 2024	
NOME DO CLUBE →			

	NOME COMPLETO (ordenar por idade, ordem crescente!)	IDADE	OBSERVAÇÃO
1	Exemplo: NOME COMPLETO! Ou nome igual ao Ficheiro P. NADAR!	6?	ex. Portugal a Nadar (PAN)?
2	- Inscrições com informações incompletas não serão admitidas	8?	ex. Federado? N.º de Licença?
3	- <u>Ordenar do nadador mais novo para o nadador mais velho</u>	10?	
4	- Alguma condição especial, deficiência? Escreva nas observações.	11?	
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			

	NOME DO TREINADOR ^(ES) QUE ACOMPANHAM OS NADADORES	CONTACTO (TELEMÓVEL)
1.		
2.		
3.		

Data de **ENVIO** da inscrição (a preencher pelo Clube): ___/___/___

ASS. RESPONSÁVEL:

Data da **RECEÇÃO** da inscrição (e preencher pela ANM): ___/___/___



Associação de Nataação da Madeira

Instituição de Utilidade Pública – Resolução n.º 424/2012, de 12 de junho de 2012

Complexo das Piscinas Olímpicas do Funchal - Beco dos Álamos – Santo António 9050-021 Funchal

+351 291 759 833 +351 291 745 384 +351 913 224 100 +351 912 898 330