



**ANM**  
ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO  
DA MADEIRA



Salesianos Funchal - Col gio



**REGULAMENTO E GUIÃO DE  
ORGANIZAÇÃO DO FESTIVAL DE  
NATAÇÃO DA ANM / JACL**

**FESTIVAL MADEIRA A NADAR  
FESTIVAL DE NATAÇÃO**

**JUVENTUDE AC / SALESIANOS DO FUNCHAL**

Funchal, 16 de novembro de 2024

**COMPLEXO DE PISCINAS DOS SALESIANOS**

 poca Desportiva 2024 / 2025

# I FESTIVAL MADEIRA A NADAR, 2024/2025

## FESTIVAL DO JUVENTUDE ATLÂNTICO CLUBE / SALESIANOS DO FUNCHAL

- SÁBADO, 16 DE NOVEMBRO DE 2024

**PROGRAMA A** – 6 E 8 ANOS, entre as 16h00 e as 17h00

**PROGRAMA B** – 9 E 11 ANOS, entre as 16h00 e as 17h45



PISCINA DOS SALESIANOS | Telefone: 291 200 459

Correio eletrónico: [piscinas.esao@funchal.salesianos.pt](mailto:piscinas.esao@funchal.salesianos.pt)

### 1. PARTICIPAÇÃO

**1.1** Poderão participar os nadadores inscritos no projeto “PORTUGAL A NADAR”, na época desportiva 2024/2025, com idades compreendidas entre os [6 e os 11 anos] + CADETES C e CADETES B (nadadores federados) que estejam numa fase de transição para o nível de pré-competição e competição.

**1.2** A atividade destina-se a crianças com idades entre os 6 e os 11 anos e irá decorrer simultaneamente em **DOIS PROGRAMAS**:

- No **PROGRAMA A** (6 - 8 anos), as crianças deverão ser capazes de dominar o meio aquático (sem pé) associado à propulsão, pelo menos com os membros inferiores (crol e costas). Atenção, a piscina tem estações sem pé;
- No **PROGRAMA B** (9 - 11 anos), as crianças deverão ser capazes de nadar de forma rudimentar os estilos de crol e costas.

Na primeira fase de ambos os programas as atividades serão lúdicas e recreativas, organizadas em circuito. Para a segunda fase, haverá uma competição composta por uma prova de 50 metros: Os primeiros 25 metros serão de pernadas com prancha, e os últimos 25 metros a nadar. O estilo será escolhido pelo nadador(a). É necessária inscrição prévia, e as crianças devem estar preparadas para o efeito.

**1.3** A participação está limitada a 15 nadadores por clube (*a confirmar*).



Associação de Natações 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

## 2. INSCRIÇÕES

**2.1** As inscrições devem ser enviadas à Associação de Natação da Madeira até ao dia **11 de novembro de 2024**, segunda-feira, às 18h00.

**2.2** Os clubes devem confirmar a participação das crianças inscritas até às 18h00 do dia **13 de novembro de 2024**, quarta-feira, sob pena de serem penalizados com falta de comparência.

**2.3** As inscrições devem ser feitas através de uma ficha própria (em anexo) e enviadas para os seguintes e-mails: [vitorpereira@anatacaodamadeira.pt](mailto:vitorpereira@anatacaodamadeira.pt) e [geral@anatacaodamadeira.pt](mailto:geral@anatacaodamadeira.pt).

## 3. PROGRAMA A (6 a 8 ANOS): TANQUE E PISCINA DE 25 METROS SEM PÉ!

HORÁRIO	ATIVIDADE/TAREFAS	RESPONSÁVEL/ORGANIZAÇÃO
15h15	<b>CHEGADA À PISCINA</b>	- Entrada e muda de roupa; - Preparação para o desfile.
<b>15h35</b>	<b>REUNIÃO TÉCNICA COM OS CLUBES</b>	
15h50	<b>PREPARAÇÃO DO DESFILE</b> Por ordem alfabética com placa identificadora	Organização e voluntários: o voluntário 1 prepara a ordem e entrega a placa, o voluntário 2 segue à frente para guiar, o voluntário 3 mantém e controla o ritmo da marcha, o voluntário 4 fecha o desfile.
16h00	<b>DESFILE</b> À volta da piscina, cada clube com a sua placa identificadora que será disponibilizada pela Associação de Natação da Madeira.	Dar a volta à piscina ao contrário do sentido do relógio. Devem parar para a saudação e depois continuar. O voluntário controla o microfone para entregar à entidade que irá declarar a abertura do festival, em sintonia com o responsável da música/som. - Declaração oficial de abertura de festival.
<p><b>TRABALHO EM CIRCUITO:</b></p> <p>a) São organizados 5 grupos com número idêntico, que serão distribuídos pelas diversas estações;</p> <p>b) No entanto, caso haja um grupo de nadadores muito jovens do mesmo clube, poderão manter-se juntos de forma a beneficiarem do apoio do seu professor/treinador do clube;</p> <p>c) O ajustamento do grau de dificuldade do jogo em cada estação será da responsabilidade do voluntário responsável pela estação, coadjuvado pelo professor(a) do clube.</p>		



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

16h10 às 16h18	<b>ESTAÇÃO A</b> <b>“DANÇA”</b>	Ao som da música, os alunos dançam imitando o Professor Luís Enrique (JACL) / Mickey Mouse. A única estação combinada com o Programa B. Ou seja, ambos os programas fazem esta estação.
16h18 às 16h26	<b>ESTAÇÃO B</b> <b>“O SOL E O GELO”</b> (Piscina de 25m)	Os alunos dispersos pela estação. 2 alunos escolhidos pelo professor. 1 será o “Gelo” com a responsabilidade de gelar e fazer parar o colega e o outro aluno será o “Sol”. Este terá a responsabilidade de descongelar, passando por baixo das pernas através de golfinho. Opção mais simples será passar por baixo dos braços, que deverão estar em plano horizontal à superfície da água.
16h26 às 16h34	<b>ESTAÇÃO C</b> <b>“CAÇA AO TESOURO”</b> (Piscina de 25m)	Ao sinal do professor, os alunos irão realizar a caça ao tesouro, arrecadando “tesourinhos” para o “cofre” da sua equipa.
16h34 às 16h42	<b>ESTAÇÃO D</b> <b>“A PONTE”</b> (Piscina de 25m)	Ao sinal do professor, os alunos tentam atravessar a ponte, com um mergulho no final, à escolha. Estação que poderá ser ajustada com o decorrer do tempo.
16h42 às 16h50	<b>ESTAÇÃO E</b> <b>GINCANA AQUÁTICA</b> <b>JOGO DA FONTE</b> (Tanque de aprendizagem)	Com intuito recreativo e de testar as habilidades aquáticas, os alunos enchem uma garrafa com água e após o término do percurso, deverão encher com água o balde da sua equipa. O percurso é o seguinte: <b>1.º</b> - Entra na piscina e enche a garrafa com água; <b>2.º</b> - Desloca-se a correr na piscina; <b>3.º</b> - Agarra numa bola e atira ao alvo; <b>4.º</b> - Passa por debaixo da corda e lança uma bola ao cesto; <b>5.º</b> - Realiza a “bicicleta”; <b>6.º</b> - Despeja a água no balde da sua equipa.
17h00	<b>SAÍDA</b>	Términus do <b>PROGRAMA A.</b> - Os alunos vão tomar duche. O complexo dispõe de seis balneários (três para cada sexo). O programa A termina ligeiramente mais cedo para não aglomerar muitas crianças nos balneários; - De forma complementar, é permitida a participação de criança do programa A nas provas oficiais (opção).



Associa o de Nata o da Madeira

Institui o de Utilidade Pública – Resolu o n.º 424/2012, de 12 de junho de 2012

Complexo das Piscinas Olímpicas do Funchal - Beco dos  lamos – Santo Ant nio 9050-021 Funchal

+351 291 759 833

+351 291 745 384

+351 913 224 100

+351 912 898 330

#### 4. PROGRAMA B (9 a 11 ANOS): PISCINA DE 25M, SEM PÉ!

HORÁRIO	ATIVIDADE/TAREFAS	RESPONSÁVEL/ORGANIZAÇÃO
15h15	<b>CHEGADA À PISCINA</b>	- Entrada e muda de roupa; - Preparação para o desfile.
15h50	<b>PREPARAÇÃO DO DESFILE</b> Por ordem alfabética com placa identificadora	Organização e voluntários: o voluntário 1 prepara a ordem e entrega a placa, o voluntário 2 segue à frente para guiar, o voluntário 3 mantém e controla o ritmo da marcha, o voluntário 4 fecha o desfile.
16h00	<b>DESFILE</b> À volta da piscina, cada clube com a sua placa identificadora que será disponibilizada pela Associação de Natação da Madeira.	Dar a volta à piscina ao contrário do sentido do relógio. Devem parar para a saudação e depois continuar. O voluntário controla o microfone para entregar à entidade que irá declarar a abertura do festival, em sintonia com o responsável da música/som. - Declaração oficial de abertura de festival.
<p><b>TRABALHO EM CIRCUITO:</b></p> <p>a) São organizados 5 grupos com número idêntico, que serão distribuídos pelas diversas estações;</p> <p>b) No entanto, caso haja um grupo de nadadores muito jovens do mesmo clube, poderão manter-se juntos de forma a beneficiarem do apoio do seu professor/treinador;</p> <p>c) O ajustamento do grau de dificuldade do jogo em cada estação será da responsabilidade do voluntário responsável pela estação.</p>		
16h10 às 16h18	<b>ESTAÇÃO 1</b> <b>"DANÇA"</b>	Ao som da música, os alunos dançam imitando o Professor Luís Enrique (JACL) / Mickey Mouse. A única estação combinada com o Programa B. Ou seja, ambos os programas fazem esta estação.
16h18 às 16h26	<b>ESTAÇÃO 2</b> <b>VIRAGENS: CROL E COSTAS</b>	Ao sinal do professor os alunos nadam os estilos de crol e costas, abordando a parede para a realização das respetivas viragens.
16h26 às 16h34	<b>ESTAÇÃO 3</b> <b>SALTOS</b>	Ao sinal e orientação do professor, os alunos serão desafiados a dar saltos de diversas formas (menos complexo para o mais complexo, passando pelo salto "trapalham").



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

16h34 às 16h42	<b>ESTAÇÃO 4</b> <b>PERNAS DE CROL E/OU COSTAS</b>	Ao sinal do professor, 2 alunos saem lado a lado. Os alunos realizam durante 25 metros a pernada de crol e/ou costas com prancha.
16h42 às 16h50	<b>ESTAÇÃO 5</b> <b>"SPRINTS" DE CROL E/OU COSTAS</b>	Ao sinal do professor, 2 alunos saem lado a lado. Os alunos realizam durante nadam durante 25 metros os estilos crol e/ou costas, o mais rápido possível.
17h00 às 17h30	<b>PROVA</b> <b>50m: 25 metros pernas (livre) + 25 metros nado (livre)</b>	Prova para os cadetes B e cadetes C. Também aberto, também opcional, aos meninos do programa A. Organizado por séries e requer inscrição prévia (na ficha de inscrição).
17h45	<b>SAÍDA</b>	Términus do <b>PROGRAMA B.</b> - Os alunos deverão tomar duche e cada treinador deverá deslocar-se até à receção e buscar para os seus nadadores o lanche e a respetiva medalha.

**OBSERVAÇÕES:** Após o encerramento das atividades programadas existe a possibilidade de ficar mais uns minutos na piscina a brincar, a fim de evitar a aglomeração de pessoas nos balneários;

No final do evento serão oferecidos uma medalha e um lanche a todos os participantes na receção do Complexo de Piscinas dos Salesianos;

## 5. ESTACIONAMENTO:

- Haverá possibilidade de utilizar os parques de estacionamento:

**PARQUE 1 (PISCINAS):** Estacionamento das piscinas (35 lugares). A opção mais próxima, mas mais difícil, sobretudo se muitas pessoas forem à procura deste estacionamento. Para quem prefere evitar transito (sobretudo em subidas), deve evitar este estacionamento;

**PARQUE 2 (ESCOLA / CAMPO DOS SALESIANOS):** Estacionamento do campo (60 lugares, sensivelmente). Opção mais segura até para evitar transito. Entram pela "Rua da Rochinha" (no lado oposto da piscina) – A entrada principal da escola.

**NOTA:** Não havendo mais lugares vagos nos parques, os encarregados de educação e família poderão estacionar à periferia, antes de chegar às piscinas. Acesso pedonal.



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

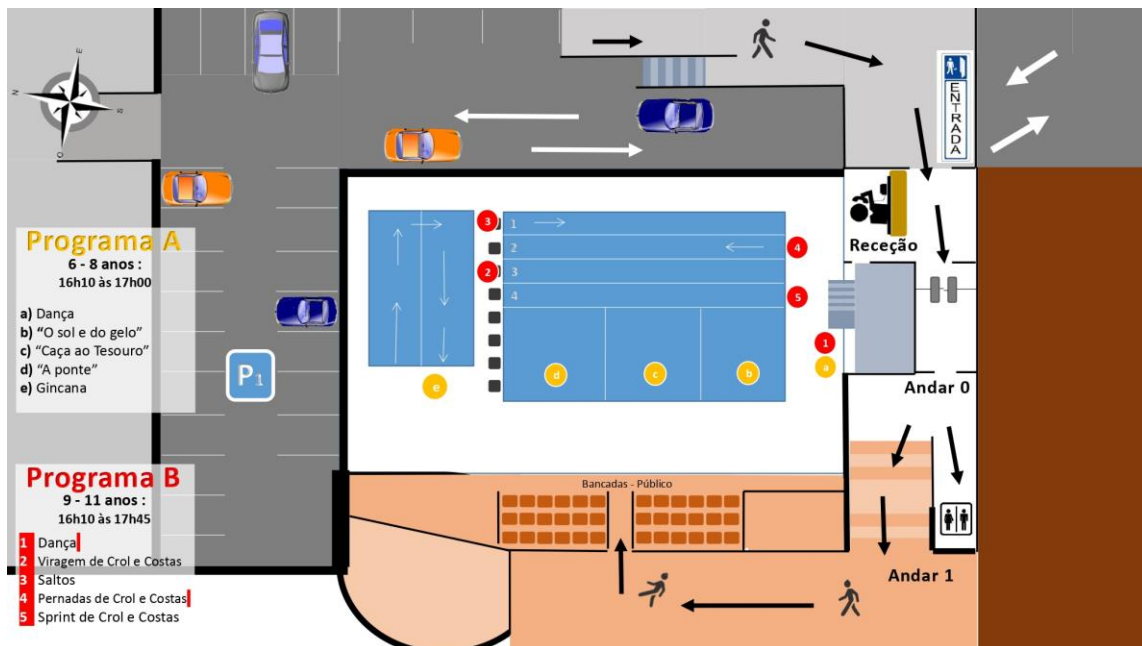
+351 291 759 833

+351 291 745 384

+351 913 224 100

+351 912 898 330

**CROQUI - ESTACIONAMENTO DO PARQUE 1:** Entrada pela “Rua Mãe dos Homens”. Estacionamento situado mesmo junto às piscinas, mas mais limitado ao espaço. Para quem prefere evitar trânsito (sobretudo em subidas), deve evitar este estacionamento.



**CROQUI - ESTACIONAMENTO DO PARQUE 2:** Entrada pela “Rua da Rochinha”. Acesso pedonal até às piscinas. Uma opção para evitar subidas e descidas.



Associação de Natações 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

## 6. ORGANIZAÇÃO

A organização deverá ter oito responsáveis distribuídos pelas estações previstas e mais dois técnicos, Associação de Natação da Madeira e Juventude Atlântico Clube, a coordenar a sequência e cumprimento do programa de atividades. Os treinadores dos clubes deverão colaborar na execução e coordenação das atividades previstas em cada uma das estações. Cada professor é responsável pelo seu grupo, quer seja na atividade, quer seja em termos de seguro desportivo. Ou seja, cada clube é responsável por garantir que o seu nadador está devidamente federado ou assegurado pelo programa “Portugal a Nadar”. O seguro desportivo não é só importante para os eventos culminantes. É de igual forma importante e obrigatório para os treinos.

**Associação de Natação da Madeira:** Prof. Vítor Pereira

**Juventude Atlântico Clube:** Prof. Marco Oliveira



**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

**FICHA DE INSCRIÇÃO PARA FESTIVAL – ESCOLAS (ANEXO 1) – PROGRAMA A**

FESTIVAL PORTUGAL A NADAR	NOME DO FESTIVAL	DATA DO EVENTO	RESPONSÁVEL
	Festival do JACL	16 novembro 2024	
<b>NOME DO CLUBE →</b>	---		---

	NOME COMPLETO (ORDENAR POR IDADE, ORDEM CRESCENTE)	IDADE (6 AOS 8 ANOS)	OBSERVAÇÃO
1	<b>Exemplo: NOME COMPLETO!</b> Ou nome igual ao Ficheiro <b>P. NADAR!</b>	6?	Federado? N.º?
2	- Inscrições com informações incompletas não serão admitidas.	7?	Ou PAN?
3	- Ordenar do nadador mais novo para o nadador mais velho.	8?	
4	- Alguma condição especial de participação?		
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			

	NOME DO TREINADOR(ES) QUE ACOMPANHAM OS NADADORES	CONTACTO (TELEMÓVEL)
A		
B		
C		

Data de envio da inscrição (a preencher pelo Clube): \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**ASS. RESPONSÁVEL:**

Data da receção da inscrição (e preencher pela ANM): \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

\_\_\_\_\_


**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

**FICHA DE INSCRIÇÃO PARA FESTIVAL – ESCOLAS (ANEXO 2) – PROGRAMA B**

FESTIVAL PORTUGAL A NADAR	NOME DO FESTIVAL	DATA DO EVENTO	RESPONSÁVEL
	Festival do JACL	16 novembro 2024	---
<b>NOME DO CLUBE →</b>	---		---

	NOME COMPLETO (ORDENAR POR IDADE, ORDEM CRESCENTE)	IDADE (9 AOS 12 ANOS)	OBSERVAÇÃO
1	<b>Exemplo: NOME COMPLETO!</b> Ou nome igual ao Ficheiro <b>P. NADAR!</b>	9?	Federado? N.º?
2	- Inscrições com informações incompletas não serão admitidas.	10?	Ou PAN?
3	- Ordenar do nadador mais novo para o nadador mais velho.	11?	<b>FAZ A PROVA OFICIAL?</b>
4	- Alguma condição especial de participação?	12?	
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			

	NOME DO TREINADOR(ES) QUE ACOMPANHAM OS NADADORES	CONTACTO (TELEMÓVEL)
A		
B		
C		

Data de envio da inscrição (a preencher pelo Clube): \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**ASS. RESPONSÁVEL:**

Data da receção da inscrição (e preencher pela ANM): \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



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