

# I ENCONTRO DE NATAÇÃO CLDE- BRAGA' 10



Piscina Municipal de Joane

**5 de Março de 2010**

## **Escolas Participantes**

- Escola Secundária Padre Benjamim Salgado A
- Escola Secundária Padre Benjamim Salgado B
- Escola EB 2,3 Bernardino Machado
- Escola Secundária Camilo Castelo Branco
- Escola EB 2,3 Dr. Nuno Simões
- Escola Secundária Sá de Miranda
- Escola Secundária Maximinos
- Escola Secundária de Amares
- Escola EB 2,3 Sec. Vieira de Araújo
- Escola EB 2,3 Sec. Celorico de Basto
- Escola Secundária de Fafe
- Escola Secundária D. Maria II – Braga
- Escola EB 2,3 de Ribeirão A
- Escola EB 2,3 de Ribeirão B
- Escola Secundária Martins Sarmiento

## **Regulamento de Prova**

### **1. Organização**

Equipa da Coordenação Local do Desporto Escolar de Braga  
Escola Secundária Padre Benjamim Salgado

### **2. Data**

5 de Março de 2010

### **3. Local**

Piscina Municipal de Joane

### **4. Horário**

09.30h – Reunião Técnica

09.45h – Período de aquecimento

10.15h – Início das provas

13.00h – Entrega de diplomas de participação a todos os participantes

## **5. Participação**

Destina-se a todos os alunos inscritos nos grupos/equipas de natação das escolas da Coordenação Local do Desporto Escolar – Braga, em todos os escalões etários/género.

## **6. Inscrições (a inscrição nesta actividade só será aceite por email e na ficha própria)**

### ***Muito Importante:***

As inscrições devem ser enviadas impreterivelmente até dia 26 de Fevereiro de 2010. Não serão aceites inscrições entregues fora do prazo definido.

Até ao dia 28 de Fevereiro será enviado o programa das provas para que os professores possam fazer eventuais alterações.

Até ao dia 2 de Março deverão enviar as respectivas alterações, por email e no respectivo ficheiro do programa enviado. A partir desta data e no dia do I Encontro da CLDE – Braga, só as faltas de comparência é que serão assinaladas.

**Estas devem ser enviadas para o email [isabel.antunes@dren.min-edu.pt](mailto:isabel.antunes@dren.min-edu.pt), na ficha, em anexo.**

### **Notas:**

- \* Só poderão inscrever até 20 alunos.
- \* Cada nadador poderá participar no máximo em três provas.
- \* As equipas da estafeta não podem ser mistas.

## 7. Programa

Número	Prova	Sexo
1	25m Mariposa	F
2	25m Mariposa	M
3	50m Livres	F
4	50m Livres	M
5	50m Costas	F
6	50m Costas	M
7	50m Bruços	F
8	50m Bruços	M
9	100m Livres	F
10	100m Livres	M
11	100m Estilos	F
12	100m Estilos	M
13	50m Mariposa	F
14	50m Mariposa	M
15	100m Costas	F
16	100m Costas	M
17	100m Bruços	F
18	100m Bruços	M
19	200m Livres	F
20	200m Livres	M
21	200m Estilos	F
22	200m Estilos	M
23	4X25m Estilos	F
24	4x25m Estilos	M
25	4x25m Livres	F
26	4x25m Livres	M
27	4x50m Livres	F
28	4x50m Livres	M

### 8. Regulamento da Prova

Os nadadores deverão respeitar o regulamento técnico da modalidade.

### 9. Aquecimento

9.1. 1º Período de aquecimento 15 minutos

As equipas deverão ocupar as seguintes pistas durante o aquecimento.

PISTA	ESCOLA
1	Escola EB 2,3 Bernardino Machado
2	Escola Secundária Padre Benjamim Salgado A e B
3	Escola Secundária Camilo Castelo Branco
4	Escola EB 2,3 Dr. Nuno Simões
5	Escola Secundária Sá de Miranda
6	Escola Secundária Martins Sarmento

## 9.2. 2º Período de aquecimento 15 minutos

<b>PISTA</b>	<b>ESCOLA</b>
1	Escola Secundária de Fafe
2	Escola Secundária D. Maria II
3	Escola Secundária Maximinos
4	Escola EB 2,3 Sec. Celorico de Basto
5	Escola EB 2,3 de Ribeirão A e B
6	Escola Secundária de Amares e Escola B/Sec. Vieira de Araújo

## 10. Classificações

Haverá classificações separadas por escalão/sexo.

## 11. Arbitragem

As provas serão controladas e cronometradas por professores de Educação Física e alunos com formação CLDE de Arbitragem em Natação.

**Todos os Grupos / Equipas deverão levar, pelo menos, dois alunos/árbitros para o I Encontro CLDE- Braga para fazerem arbitragem das provas.**

Os casos omissos serão avaliados pelos professores responsáveis.

## 12. Almoço

As escolas mais distantes poderão usufruir de almoço na Escola Secundária Padre Benjamim Salgado, **desde que comunicado na ficha de inscrição que segue em anexo a este programa.**

## 13. Diversos

A organização não se responsabiliza por qualquer extravio e dano de bens dos participantes.

Qualquer incidente que ocorra deverá ser comunicada à organização.