

II Meeting de Natação de Porto de Mós

REGULAMENTO

- O **II Meeting de Natação de Porto de Mós** é uma organização conjunta das Piscinas Municipais de Porto de Mós;
- As provas realizam-se nas Piscinas Municipais de Porto de Mós;
- Destina-se a todos os utentes, masculinos e femininos, inscritos na Escola de Natação nas classes de Peixinhos, Golfinhos e Tubarões;
- Todos os utentes e demais intervenientes estão obrigados a cumprir as normas de funcionamento das Piscinas Municipais de Porto de Mós no dia da prova;
- Cada utente deve nadar, obrigatoriamente duas provas em função da sua classe;
- Programa – Horário:
 - 9h30 às 10h – Concentração e secretariado, nas piscinas municipais de Porto de Mós;
 - 10h às 10h15 – Aquecimento livre dos atletas
 - 10h15 - Início das provas
 - 11h – Entrega de prémios
 - 11h15 – Final do **II Meeting de Natação de Porto de Mós**
- O organograma do **II Meeting de Natação de Porto de Mós** é composto pelas seguintes provas:

Classes	Provas a seleccionar		
Peixinhos	25m Crol		
	25m Costas		
Golfinhos	50m Crol	} Escolher, somente 2 provas	
	50m Costas		} Escolher, somente 1 provas
	50m Bruços		
Tubarões	50m Crol	} Prova obrigatória para tubarões	
	50m Bruços		} Prova obrigatória para tubarões
	100m estilos (mariposa, costas, bruços e crol)	→ Prova obrigatória para tubarões	

Nota: Cada prova poderá estar dividida por género (masculino e feminino).

- Os utentes após chegarem á recepção das piscinas deverão fornecer o nome, classe e respectiva provas a nadar. Posteriormente poderão equipar e seguir as instruções.
- Os utentes após estarem equipados (chinelos, touca, fato de banho) devem dirigir-se às bancadas, onde serão divididos por classes;
- É aconselhável trazer t-shirt e toalha para estarem mais confortáveis no realizar das provas;
- Após a concentração de todos os atletas nas bancadas proceder-se-á ao aquecimento, e início das provas;
- Os utentes após realizarem as suas provas permanecerão nas bancadas, de forma assistirem às restantes provas e esperando pela entrega dos prémios;
- No final de cada prova será realizada uma classificação geral para premiar os 3 melhores utentes;

