ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DE COIMBRA

Federação Portuguesa de Natação



Regulamento Geral de Competições

Época 2026-2027

Índice

Conteúdo

1. Disposições Gerais 3
2. Calendário Competitivo 2026/2027 4
3. Participação 8
4. Categorias 9
5. Inscrições 9
6. Taxas de Inscrição e Pagamento 13
7. Tempos de Inscrição 15
8. Datas-Limite e Gestão de Inscrições 15
9. Organização e Condições de Prova 15
10. Programa de Provas 16
11. Equipamentos 16
12. Resultados 16
13. Participação em Torneios Externos 16
14. Participação Externa em Torneios ANC 17
15. Tabela de Pontuação 18
16. Torneios de Clubes Filiados na ANC 18
17. Criação de Prova Extra (Tentativa de recorde, ou outras marcas de referência) 18
18. Penalizações 20
19. Taxas de Outros Incumprimentos 23
20. Casos Omissos 24
21. Programa de Competições 2026/2027 24
Campeonato Regional de Natação Adaptada 25
Torneio de Abertura de Categorias 27
Torregri I — 1.ª Jornada 28
T. Regional de Fundo Juvenis · T. Nadador Completo Infantis 29
Campeonato Regional de Juvenis, Juniores e Seniores — Piscina Curta 31
XVII Memorial Luís Lopes Conceição — Infantis 33
Torregri I — 2.ª Jornada 34
XVII Memorial Luís Lopes Conceição — Masters 35

1. Disposições Gerais

O presente Regulamento estabelece as normas aplicáveis a todas as competições de âmbito regional organizadas pela Associação de Natação de Coimbra (ANC) na época desportiva 2026/2027, em conformidade com os regulamentos gerais e específicos da Federação Portuguesa de Natação (FPN) e da World Aquatics.

A sua elaboração resulta da necessidade de garantir uniformização de critérios, transparência organizativa e qualidade competitiva, alinhando a realidade regional com os referenciais nacionais e internacionais, nomeadamente com o Regulamento das Competições Nacionais 2026-2027 e com a Política Desportiva – Enquadramento Territorial 2026-2027, ambos aprovados pela FPN em reunião de direção de 23 de julho de 2026.

1. Campeonatos Interdistritais (CID)

Os Campeonatos Interdistritais (CID), organizados em parceria pelas Associações Territoriais de Coimbra (ANC), Centro Norte de Portugal (ANCNP) e Distrito de Leiria (ANDL), regem-se por um caderno de normas ou regulamento específico de competição, o qual será submetido à aprovação da FPN. Sempre que necessário, este caderno poderá ser complementado pelo Regulamento Geral da Associação Territorial responsável pela organização, bem como pelo regulamento da FPN.

Nestes campeonatos, a participação, escalões, critérios de admissão e formato competitivo seguem os referenciais nacionais, constituindo momentos de avaliação intermédia no percurso competitivo dos nadadores rumo às provas nacionais.

2. Torneios de Escolas – 1.º Mergulho

O circuito "1.º Mergulho", destinado à categoria de Escolas, é igualmente regulado em caderno próprio, em articulação com as orientações pedagógicas do Plano Regional ANC e com o programa Portugal a Nadar, promovido pela FPN. Estes torneios privilegiam o carácter formativo e lúdico, funcionando como ponte entre a iniciação e a pré-competição, promovendo o gosto pela modalidade e a fidelização desportiva.

3. Integração da Natação Adaptada

Todas as competições organizadas pela ANC poderão integrar, no seu programa, provas de Natação Adaptada, destinadas a atletas oficialmente filiados, de acordo com os respetivos sistemas de classificação e regulamentos em vigor, em conformidade com as normativas da FPN.

Pretende-se assim reforçar o carácter inclusivo e integrador da atividade competitiva regional, garantindo igualdade de oportunidades e valorização de todos os atletas. Nesta época, esta política ganha maior visibilidade com o lançamento do Open Inclusivo ANC – Natação Adaptada e Infantis/Juvenis (ver Calendário Competitivo), que substitui e relança, com programa alargado a Infantis e Juvenis, o anterior Open de Natação Adaptada da ANC.

4. Torneios Zonais e Interterritoriais

Em conformidade com a Política Desportiva – Enquadramento Territorial 2026-2027 da FPN, os escalões de Infantis e Juvenis dispõem de um nível de competição Interterritorial/Zonal, organizado em duas zonas (Norte e Sul), com calendário integrado no Regulamento das Competições Nacionais. A ANC participa nestas provas nos termos

definidos anualmente pela FPN e pelas Associações Territoriais envolvidas, podendo, quando aplicável, assumir a organização de uma das zonas.

5. Estágios de Capacitação Técnica

Nos termos da Política Desportiva – Enquadramento Territorial 2026-2027, a ANC assegura a organização territorial dos Estágios de Capacitação Técnica dos escalões de Cadetes e Infantis, integrando avaliação técnica estruturada (com filmagem opcional), avaliação antropométrica e formação temática aos treinadores. Devem realizar-se, em regra, dois momentos de estágio para Cadetes (um por cada ciclo de treino) e um a dois momentos para Infantis, podendo a ANC associar-se a outras Associações Territoriais para a sua organização, nos termos previstos no referido documento nacional.

6. Torneios de Clubes Filiados

Os torneios organizados pelos clubes filiados na ANC, ainda que contem com apoio logístico e/ou de coorganização desta Associação, não se encontram abrangidos pelo presente Regulamento.

Em conformidade com a deliberação da FPN, estes eventos carecem de aprovação federativa através de regulamento próprio, a elaborar pelo respetivo clube organizador.

O regulamento deverá ser previamente enviado à ANC para análise e aprovação. Após validação pela Associação Territorial, o processo será posteriormente remetido pela ANC à Federação Portuguesa de Natação, para a respetiva aprovação federativa.

2. Calendário Competitivo 2026/2027

O calendário abaixo foi elaborado com base no Calendário Competitivo ANC 2026/2027 (aprovado pela Direção) e no Regulamento das Competições Nacionais 2026-2027 da FPN. As datas assinaladas com “a confirmar” correspondem a locais ainda não definidos à data de publicação deste Regulamento, a divulgar oportunamente pela ANC; as assinaladas com asterisco (*) aguardam confirmação da respetiva organização.

1.ºs Mergulhos

Mês	Data	Competição	Escalão	Local	Organização
Novembro	28 - 29 novembro 2026	1ºMergulho - 1ªJornada	Escolas	Montemor*	ANC
Janeiro	23 – 24 janeiro 2027	1ºMergulho - 2ªJornada	Escolas	Luís Lopes Conceição*	ANC
Abril	3 - 4 abril 2027	1ºMergulho - 3ªJornada	Escolas	Penacova*	ANC
Maio	15 - 16 maio 2027	1ºMergulho - 4ªJornada	Escolas	Lousã*	ANC

Cadetes

Mês	Data	Competição	Escalão	Local	Organização
Novembro	08 novembro 2026	Torregri I - 1ªJornada	Cadetes	Luís Lopes Conceição*	ANC
Dezembro	6 dezembro 2026	Torregri I - 2ªJornada	Cadetes	Luís Lopes Conceição*	ANC
Janeiro	9 janeiro 2027	Estágio Capacitação Técnica Cadetes	Cadetes	Miranda do Corvo*	ANC
	17 janeiro 2027	Taça Velocidade	Cadetes A, Infantis e Absolutos	COP*	ANC
Fevereiro	7 fevereiro 2027	Torregri II - 1ªJornada	Cadetes	Condeixa*	ANC
Março	14 março 2027	Torregri II - 2ªJornada	Cadetes	Rui Abreu*	ANC
Abril	25 abril 2027	XVI Torneio Rota Chanfana	Cadetes	Miranda do Corvo*	CNMC
Maio	22 - 23 maio 2027	Torregri III	Cadetes	Rui Abreu*	ANC
Junho	6 junho 2027	X Torneio Natação Joaquim Padilha	Cadetes	Cantanhede*	SCC
	19 - 20 junho 2027	Torneio Nadador Completo Cadetes	Cadetes	Condeixa*	ANC
Julho	18 julho 2027	Festival Salv'Aqua	Cadetes	a definir	ANC
Setembro	18 setembro 2027	XVII Torneio Águas Abertas do Mondego	Todas as categorias	Rio Mondego	ANC

Infantis

Mês	Data	Competição	Escalão	Local	Organização
Outubro	24 e 25 outubro 2026	Torneio Abertura	Infantis e Absolutos	Rui Abreu*	ANC
Novembro	14 e 15 novembro 2026	Torneio Nadador Completo Infantis	Infantis	Rui Abreu*	ANC
Dezembro	1 dezembro 2026	XVII Memorial Luís Lopes Conceição [Infantis]	Infantis	Luís Lopes Conceição*	ANC
Janeiro	10 janeiro 2027	Estágio Capacitação Técnica Infantis	Infantis	a definir	ANC
	16 janeiro 2027	Taça Vale Tejo	Infantis e Juvenis	Abrantes	ANDS
	17 janeiro 2027	Taça Velocidade	Cadetes A, Infantis e Absolutos	COP*	ANC
Fevereiro	13 – 14 fevereiro 2027	Campeonato Interdistrital Infantis Piscina Curta	Infantis	Leiria*	ANC/ANCNP/ANDL
	26 - 28 fevereiro 2027	Torneio Zonal Infantis (Norte)	Infantis	Cantanhede	FPN
Março	06 – 07 Março 2027	Campeonato Regional Clubes Infantis e Absolutos	Infantis e Absolutos	COP	ANC
Abril	24 abril 2027	Torneio Natação CNAC – Shigeo Tsukagoshi	Infantis e Absolutos	COP*	CNAC
Maio	1 – 2 maio 2027	Torneio Regional de Fundo Infantis	Infantis	Cantanhede*	ANC

Mês	Data	Competição	Escalão	Local	Organização
	08 – 09 Maio 2027	I Open Inclusivo ANC	Natação Adaptada, Infantis e Juvenis	COP	ANC
	29 – 30 Maio 2027	XVIII Meeting Cidade Coimbra / XXXVIII Torneio Internacional Queima das Fitas	Absolutos	COP	AAC
Junho	05 Junho 2027	XIV Torneio de Natação Cidade Cantanhede	Infantis e Absolutos	Cantanhede	SCC
	27 Junho 2027	Prova Preparação	Absolutos	COP	ANC
Julho	9 - 11 julho 2027	Campeonato Interdistrital Infantis Piscina Longa	Infantis	COP*	ANC/ANCNP/ANDL
	23-25 julho 2027	Campeonato Nacional de Infantis	Infantis	Reguengos de Monsaraz	FPN
Setembro	18 setembro 2027	XVII Torneio Águas Abertas do Mondego	Todas as categorias	Rio Mondego	ANC

Absolutos (Juvenis, Juniores e Seniores)

Mês	Data	Competição	Escalão	Local	Organização
Outubro	24 e 25 outubro 2026	Torneio Abertura Categorias	Infantis e Absolutos	Rui Abreu*	ANC
Novembro	13 - 15 novembro 2026	XII Meeting Algarve	Absolutos	Albufeira	ANALGARVE
	14 – 15 Novembro 2026	Torneio Regional Fundo Juvenis	Juvenis	Rui Abreu*	ANC
	21 – 22 Novembro 2026	Campeonato Regional Juvenis, Juniores e Seniores Piscina Curta	Juvenis, Juniores e Seniores	Cantanhede*	ANC
	27 Novembro 2026	Campeonato Nacional Clubes 3ªDivisão	Absolutos	Mealhada	FPN
	28 – 29 Novembro 2026	Campeonato Nacional Clubes 2ªDivisão	Absolutos	Mealhada	FPN
Dezembro	4-6 dezembro 2026	Torneio Zonal de Juvenis	Juvenis	Bragança	FPN
	10 - 13 dezembro 2026	Campeonatos Nacionais Juniores e Seniores PC	Juniores e Seniores	Tomar	FPN
	19 - 20 dezembro 2026	Campeonato Nacional de Clubes 1ª Divisão	Absolutos	Albufeira	FPN
Janeiro	17 Janeiro 2027	Taça Velocidade	Absolutos	COP*	ANC
	31 janeiro 2027	Torneio Especialista	Absolutos	COP*	ANC
Fevereiro	13 - 14 fevereiro 2027	Arena Lisbon International Meeting	Absolutos	Jamor	ANL
Março	6-7 março 2027	Campeonato Regional Clubes Infantis e Absolutos	Infantis e Absolutos	COP*	ANC
	19 - 21 março 2027	Campeonato Interdistrital Juvenis, Juniores e Seniores Inverno	Juvenis, Juniores e Seniores	COP*	ANC/ANCNP/ANDL
Abril	2-4 abril 2027	Campeonatos Nacionais Juvenis	Juvenis	Jamor	FPN
	8-11 abril 2027	Camp. Nac. Juniores, Sub21 e Absolutos – Open Portugal	Juniores e Absolutos	Coimbra (COP)	FPN

Mês	Data	Competição	Escalão	Local	Organização
	24 Abril 2027	Torneio Natação CNAC – Shigeo Tsukagoshi	Infantis e Absolutos	COP*	CNAC
Maio	01 – 02 Maio 2027	Torneio Nadador Completo Juvenis, Juniores e Seniores	Juvenis, Juniores e Seniores	Cantanhede*	ANC
	8 - 9 maio 2027	I Open Inclusivo ANC	Natação Adaptada, Infantis e Juvenis	COP*	ANC
	29 - 30 maio 2027	XVIII Meeting Cidade Coimbra / XXXVIII Queima das Fitas	Infantis e Absolutos	COP	AAC
Junho	05 Junhov 2027	XIV Torneio Natação Cidade Cantanhede	Infantis e Absolutos	Cantanhede	SCC
	5 - 6 junho 2027	Meeting Internacional do Porto (Campanhã)	Absolutos	Porto	FCP
	27 Junho 2027	Prova Preparação	Absolutos	COP	ANC
Julho	15 - 18 julho 2027	Campeonato Interdistrital Juvenis, Juniore e Seniores / Open Verão	Juvenis, Juniores e Seniores	COP	ANC/ANCNP/ANDL
	29 – 31 Julho 2027	Campeonatos Nacionais de Juvenis, Juniores e Seniores	Juvenis, Juniores e Seniores	Coimbra (COP)	FPN
Setembro	18 Setembro 2027	XVII Torneio Águas Abertas do Mondego	Todas as categorias	Rio Mondego	ANC

Natação Adaptada

Mês	Data	Competição	Escalão	Local	Organização
Outubro	11 outubro 2026	Campeonato Regional de Natação Adaptada	Todas as classes	Rui Abreu*	ANC
Janeiro	30 - 31 janeiro 2027	Torneio Nacional de Natação Adaptada – PC	Todas as classes	a definir	FPN
Abril	17 - 18 abril 2027	Campeonato Nacional da Primavera de NA – PL	Todas as classes	Rio Maior	FPN
Maio	08 – 09 Maio 2027	I Open Inclusivo ANC	Todas as classes, Infantis e Juvenis NP	COP	ANC
Junho	26 - 27 junho 2027	Campeonato Nacional de Verão NA – PL	Todas as classes	Rio Maior / Alcanena	FPN

Masters

Mês	Data	Competição	Escalão	Local	Organização
Dezembro	8 dezembro 2026	XVII Memorial Luís Lopes Conceição [Masters]	Masters	Luís Lopes Conceição	ANC
Janeiro	22 - 24 janeiro 2027	Campeonato Nacional de Inverno / Open Inverno Masters	Masters	Torres Novas	FPN
Fevereiro	20 fevereiro 2027	Torneio de Fundo Masters / Camp. Nac. Longa Distância AA	Masters	COP	FPN
Maio	22 - 23 maio 2027	Camp. Nac. Masters AA 1,5/3km / Verão AA	Masters	Porto Santo	FPN

Mês	Data	Competição	Escalão	Local	Organização
Junho	26 – 27 junho 2027	Camp. Nac. Masters AA 5km / Verão AA	Masters	Rio Maior / Alcanena	FPN
Julho	8 julho 2027	Campeonato Nacional de Verão Masters	Masters	S. João da Madeira	FPN
Setembro	18 Setembro 2027	XVII Torneio Águas Abertas do Mondego	Todas as categorias	Rio Mondego	ANC

3. Participação

A participação nas provas organizadas pela Associação de Natação de Coimbra (ANC) é exclusivamente reservada a nadadores devidamente licenciados pela Federação Portuguesa de Natação (FPN), quer a título individual, quer em representação dos clubes ou demais entidades filiadas.

A inscrição e participação estão sujeitas ao cumprimento integral do Regulamento Geral da FPN, do presente Regulamento Geral de Competições da ANC e dos regulamentos específicos de cada torneio, bem como das disposições técnicas emanadas pela Coordenação Técnica Regional (CTR) e pela FPN.

Agentes Desportivos

- Todos os agentes desportivos presentes em competição — atletas, treinadores, dirigentes, fisioterapeutas, árbitros e delegados — devem ser detentores do cartão federativo (FPN) da época em vigor, devidamente validado na plataforma fpnsystem.
- Para o bom funcionamento das competições e em benefício de todos, sempre que for identificado algum agente que não cumpra estes requisitos, a situação deverá ser comunicada de imediato à organização da prova, para que sejam tomadas as medidas adequadas.
- A apresentação do cartão FPN é obrigatória na Câmara de Chamadas, excetuando-se os escalões de Cadetes, para os quais será apenas exigida a inscrição válida no sistema federativo.
- Em caso de ausência ou irregularidade documental, não será permitida a participação na prova, aplicando-se as disposições regulamentares em vigor.

Categoria de Cadetes

Nos escalões de Cadetes, à semelhança do implementado nas épocas anteriores, não existirão desclassificações formais durante a maioria das competições regionais. Será aplicado um sistema de observações pedagógicas sobre as infrações técnicas detetadas, com comunicação às equipas técnicas, visando o aperfeiçoamento técnico e a formação progressiva dos nadadores.

Contudo, em competições de carácter avaliativo e de maior exigência técnica, como o Torregri III e o Torneio Nadador Completo Cadetes, vigorará o formato normal de desclassificação, em conformidade com os regulamentos nacionais e internacionais.

Inclusão e Harmonização

A ANC assegura que, em todas as competições:

Estão garantidos os princípios da equidade, inclusão e integridade desportiva, assegurando-se igualmente a participação de atletas de Natação Adaptada oficialmente filiados e classificados, de acordo com os respetivos sistemas de classificação, regulamentos em vigor e normativos da FPN.

A participação está enquadrada na lógica da preparação desportiva a longo prazo, garantindo experiências competitivas adequadas a cada escalão etário, em articulação com o Plano Regional ANC 2026/2027 e com a Política Desportiva – Enquadramento Territorial 2026-2027 da FPN.

4. Categorias

Categoria / Escalão Etário	Masculinos	Femininos	Idades (em 2027)
Cadetes C	2018 e mais novos	2018 e mais novas	9 anos e mais novos
Cadetes B2	2017	2017	10 anos
Cadetes B1	2016	2016	11 anos
Cadetes A	2015	2015	12 anos
Infantis B	2014	2014	13 anos
Infantis A	2013	2013	14 anos
Juvenis B	2012	2012	15 anos
Juvenis A	2011	2011	16 anos
Juniores	2009-2010	2009-2010	17-18 anos
Seniores	2008 e mais velhos	2008 e mais velhas	19 anos e mais velhos

Nota sobre a atualização das categorias

Os anos de nascimento foram recalculados para a época 2026/2027, mantendo a lógica etária utilizada em anos anteriores.

O escalão de Juniores passa a constituir uma categoria única (2009-2010), em alinhamento com o Regulamento das Competições Nacionais 2026-2027 da FPN, que deixou de distinguir Juniores A/B.

Os escalões de Cadetes (C, B2, B1 e A) mantêm a subdivisão própria da ANC, expressamente permitida pela Política Desportiva – Enquadramento Territorial 2026-2027, desde que a competição decorra entre nadadores do mesmo ano de nascimento.

Em determinadas competições poderá verificar-se a agregação de categorias, designadamente entre Cadetes B e Cadetes C, Infantis B e Infantis A, bem como entre Juvenis B e Juvenis A. A definição das categorias/escalões admitidos em cada prova estará sempre explicitada no regulamento específico da respetiva competição.

5. Inscrições

O presente capítulo regula o processo de inscrição nas competições organizadas pela ANC, bem como o enquadramento técnico obrigatório das equipas e as condições de acesso ao recinto de prova, em conformidade com o Regulamento Geral e o Regulamento das Competições Nacionais da Federação Portuguesa de Natação.

5.1 Processo de Inscrição

1. Submissão eletrónica — As inscrições são realizadas exclusivamente por via eletrónica e enviadas para o endereço oficial da ANC (geral@ancoimbra.pt), através do ficheiro-convite disponibilizado pela organização. O envio deve ocorrer até à data e hora do regulamento específico, garantindo a calendarização atempada das inscrições e a organização das séries.
2. Identificação obrigatória — O assunto da mensagem deve indicar, de forma clara, a sigla do clube e o nome da prova (exemplo: “Inscrições ANC – Torneio de Abertura de Categorias”).

   Cada clube deverá ainda proceder ao envio de um único ficheiro de inscrição por competição, não sendo aceites vários ficheiros de inscrição para o mesmo clube e para a mesma prova.
3. Nomenclatura dos ficheiros — Todos os ficheiros eletrónicos devem respeitar a regra de identificação “SIGLA_CLUBE-NOME_PROVA.lxf”, à semelhança do procedimento adotado nas competições nacionais.
4. Documentação complementar — Juntamente com o ficheiro-convite deve ser enviado um resumo das inscrições em formato PDF, exportado do programa informático oficial (Entry Editor ou Team Manager da Splash Software), contendo: a lista onomástica dos nadadores inscritos (nome, ano de nascimento, sexo, n.º de licença FPN, provas e respetivos tempos de inscrição) e a identificação dos treinadores e dirigentes, com os respetivos números de licença federativa.
5. Conformidade com o fpnsystem — Os dados pessoais dos atletas e da equipa técnica devem estar rigorosamente atualizados e em conformidade com a base de dados nacional (fpnsystem). Os resultados dos nadadores devem estar previamente tratados informaticamente, sob pena de a inscrição ser efetuada com tempos que não correspondem à sua melhor marca.
6. Exame médico desportivo — Cada atleta deve possuir exame médico desportivo válido à data da competição, devidamente inserido e validado no fpnsystem até à data-limite da inscrição. A falta deste requisito implica a recusa automática da inscrição, em conformidade com o Regulamento Geral da FPN.
7. As inscrições são consideradas válidas, após a ANC enviar a respetiva confirmação.
8. Alterações na equipa técnica — Qualquer alteração posterior relativa a treinadores ou dirigentes apenas é aceite caso o agente em causa se encontre devidamente filiado na FPN e se apresente com credencial autenticada, nos termos do Regulamento Geral da FPN.
9. Findo o período definido para correções da Entry List, não serão efetuadas quaisquer alterações ou retificações posteriores.

   No dia da competição, eventuais erros detetados nas inscrições ou na Entry List não serão corrigidos, sendo da responsabilidade dos clubes a verificação atempada de toda a informação durante o período destinado às correções.

5.2 Enquadramento e Graduação de Treinadores (TPTD) e Dirigentes

O exercício da atividade de Treinador de Desporto na modalidade de Natação está sujeito à titularidade do Título Profissional de Treinador de Desporto (TPTD), emitido pelo Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P. (IPDJ)

e doravante designado por «cédula». O Grau de Formação do TPTD define o nível e os limites de atuação do Treinador em função dos escalões etários e das etapas de desenvolvimento desportivo dos praticantes.

A cédula tem a validade de 3 anos, renovável por iguais períodos mediante o cumprimento da formação contínua exigida. No processo de filiação de um Treinador num clube é obrigatória a apresentação da cédula de Treinador de Desporto com data de validade em vigor.

O acompanhamento de praticantes em competição deve respeitar o grau de competência do TPTD, de acordo com a correspondência entre escalões, etapas de desenvolvimento e graus de formação estabelecida na tabela seguinte:

Escalão de atuação principal	Grau de TPTD	Designação / Nível
Escolas de Natação	Grau I	Treinador Iniciado (ou Monitor)
Cadetes, infantis e Juvenis	Grau II	Treinador de Formação
Juniores e Seniores	Grau III	Treinador Júnior e Sénior
Juniores e Seniores	Grau IV	Treinador de Alto Rendimento
Treinadores Assistentes	Grau I, II, III e IV	Treinador Assistente (em coadjuvação)

Nota

A correspondência indicada na tabela refere-se ao escalão de atuação principal de cada grau. Atendendo ao carácter progressivo e cumulativo das competências do TPTD, os Treinadores detentores de grau superior ficam igualmente habilitados a acompanhar os praticantes dos escalões correspondentes aos graus inferiores.

Inscrição e presença em competição

- Na inscrição dos nadadores nas competições do calendário regional da ANC é obrigatória a identificação do(s) Treinador(es) e Dirigente(s) que acompanharão a equipa, mediante a criação dos respetivos perfis no Team Manager e a sua inclusão no ficheiro LXF de inscrição à prova.
- O Grau do Treinador presente na competição deve ser adequado às competências e escalões constantes da tabela anterior.
- **O Treinador principal e o Dirigente de serviço deverão assinar a folha de presença no secretariado da prova.**

Exceções ao Grau de Treinador correspondente

Poderão ser admitidas exceções à regra do Grau de Treinador correspondente, desde que devidamente justificadas e enquadradas numa das seguintes situações:

- Impossibilidade por doença — a substituição do Treinador principal (de Grau adequado) carece de comunicação e validação prévias junto da ANC, devendo o respetivo atestado médico ser apresentado no prazo máximo de 3 dias úteis após a competição. A não apresentação do atestado dentro do prazo determina a não validação da exceção.

- Representação do clube ou da seleção — quando o Treinador principal (de Grau adequado) se encontre, comprovadamente, em representação do clube noutra competição ou ao serviço da Seleção Regional ou Nacional. Nestes casos deve igualmente ser solicitada validação prévia.

Nota

Nos casos de exceção previstos, o Treinador substituto que acompanha a equipa deverá ser detentor de TPTD de Grau II e, no mínimo, de Grau I válido, exercendo a função em regime de coadjuvação.

Mantém-se a obrigatoriedade de o Treinador substituto possuir cédula com data de validade em vigor.

Incumprimento

O incumprimento das presentes regras será comunicado às entidades competentes, para os efeitos disciplinares e regulamentares aplicáveis.

5.3 Acesso ao Cais da Piscina e à Zona Reservada a Atletas

1. A permanência no cais da piscina e na zona de bancadas reservada aos atletas é exclusivamente permitida aos agentes desportivos inscritos na competição em causa, nadadores, treinadores, dirigentes, delegados e árbitros, devidamente filiados na FPN e portadores do cartão federativo da época em vigor.
2. O atleta que, por motivo de lesão, doença ou outra circunstância devidamente justificada, não possa ser inscrito na prova, mas pretenda acompanhar a sua equipa no cais, deverá ser previamente comunicado à ANC através de correio eletrónico para geral@ancoimbra.pt, até à data-limite de inscrição da competição, com indicação do nome, número de licença e motivo. Só após confirmação da ANC lhe será permitido o acesso.
3. Não é permitida a permanência no cais da piscina ou na zona reservada a atletas de quaisquer pessoas estranhas à competição, independentemente da relação que mantenham com os clubes participantes. Os acompanhantes, familiares e demais público deverão permanecer nas bancadas destinadas ao público.
4. Compete à organização e ao Juiz-Árbitro fazer cumprir o disposto nos números anteriores, podendo determinar a saída imediata do recinto de qualquer pessoa que aí se encontre indevidamente.
5. Esta norma visa salvaguardar as condições de segurança, higiene e concentração dos atletas, bem como o normal funcionamento da competição e o cumprimento das regras de acesso definidas pelas entidades gestoras das piscinas.

6. Taxas de Inscrição e Pagamento

A tabela de taxas da época 2026/2027 resulta do processo de uniformização aprovado pela Direção da ANC, ao fim de três anos sem alteração. O objetivo central desta atualização é garantir maior coerência, transparência e equilíbrio financeiro na organização das competições, assegurando simultaneamente a qualidade técnica e logística dos eventos.

Tabela de Taxas 2026/2027

Categoria	Competição	Por Atleta		Provas Individuais		Provas Estafetas	
		ANC	Outros	ANC	Outros	ANC	Outros
Escolas	1.º Mergulho — 1.ª a 4.ª Jornadas	1,50 €	1,75 €	1,80 €	2,50 €	3,50 €	6,50 €
Cadetes	Torregri I — 1.ª e 2.ª Jornadas	1,50 €	1,90 €	2,00 €	3,00 €	4,50 €	7,50 €
	Torregri II — 1.ª e 2.ª Jornadas; Torregri III	1,50 €	1,90 €	2,10 €	2,95 €	4,50 €	7,50 €
	Taça de Velocidade (Cadetes A)	1,50 €	—	2,40 €	3,60 €	6,50 €	9,50 €
	Torneio Nadador Completo	10,00 € *	12,00 € *	—	—	6,50 €	9,50 €
	Festival Salv'Aqua	9,00 € *	9,00 € *	—	—	—	—
Infantis e Juvenis	Torneio de Abertura	1,50 €	2,00 €	2,40 €	3,35 €	6,50 €	9,50 €
	Torneio Regional de Fundo	8,50 € *	11,50 € *	—	—	—	—
	Campeonato Regional	1,50 €	—	2,40 €	3,35 €	6,50 €	9,50 €
	Memorial Luís Lopes Conceição	1,50 €	2,00 €	2,40 €	3,35 €	6,50 €	9,50 €
	Taça de Velocidade	1,50 €	—	2,40 €	3,60 €	6,50 €	9,50 €
	Torneio Nadador Completo	10,00 € *	12,00 € *	—	—	6,50 €	9,50 €
	Campeonato Regional de Clubes	1,50 €	—	3,00 €	4,50 €	7,50 €	9,50 €
	Campeonato Interdistrital	1,50 €	—	3,00 €	4,50 €	7,50 €	9,50 €
	Outras Competições	1,50 €	—	2,40 €	3,60 €	6,50 €	9,50 €
Absolutos	Torneio de Abertura	1,50 €	2,00 €	2,40 €	3,35 €	6,50 €	9,50 €
	Campeonato Regional	1,50 €	—	2,40 €	3,35 €	7,50 €	9,50 €
	Taça de Velocidade	1,50 €	—	2,40 €	3,60 €	6,50 €	9,50 €
	Torneio Especialista	10,00 € *	12,00 € *	—	—	—	—
	Torneio Nadador Completo	10,00 € *	12,00 € *	—	—	6,50 €	9,50 €
	Campeonato Regional de Clubes	1,50 €	—	3,00 €	4,50 €	7,50 €	9,50 €
	Campeonato Interdistrital	1,50 €	—	3,00 €	4,50 €	7,50 €	9,50 €
	Outras Competições	1,50 €	—	2,40 €	3,60 €	6,50 €	9,50 €
Natação Adaptada	Open Inclusivo ANC	—	—	4,00 €	4,00 €	6,00 €	6,50 €
	Campeonato Regional	—	—	3,50 €	4,00 €	6,00 €	6,50 €
	Outras Competições	—	—	2,40 €	3,60 €	6,50 €	9,50 €
Masters	Memorial Luís Lopes Conceição	1,50 €	2,00 €	6,00 €	9,00 €	6,50 €	9,50 €

** Taxa única, correspondente à inscrição no torneio completo. No Torneio Regional de Fundo, os valores de 8,50 € (7,00 € + 1,50 €) e 11,50 € (10,00 € + 1,50 €) correspondem à inscrição única das duas provas, uma vez que os atletas não podem inscrever-se apenas numa delas.*

Nota

Os clubes filiados na ANCNP e na ANDL, bem como os atletas inscritos no CTAR de Coimbra, beneficiam das mesmas taxas de inscrição que os clubes da ANC.

1. Finalidade da taxa

A taxa de inscrição por atleta tem como objetivo comparticipar os custos logísticos da competição, nomeadamente arbitragem, prémios, medalhas, troféus e diplomas a atribuir.

2. Condição financeira

Só serão aceites inscrições em torneios ou campeonatos da ANC se a situação financeira do clube se encontrar regularizada junto da tesouraria da Associação. A ANC reserva-se o direito de recusar a participação de clubes que apresentem dívidas ou incumprimentos em aberto.

3. Obrigatoriedade de pagamento

Após cada processo de inscrição em competição, ou sempre que seja realizado qualquer outro procedimento sujeito ao pagamento de taxa, a ANC procederá ao apuramento dos montantes devidos por cada clube, emitindo e enviando o respetivo documento com a indicação do valor total a liquidar.

O pagamento deverá ser efetuado no prazo máximo de 5 (cinco) dias úteis, contados a partir da data de envio do referido documento, através dos meios de pagamento disponibilizados pela ANC.

A participação em competições ou outras atividades posteriores poderá ficar condicionada à regularização de quaisquer valores em dívida para com a ANC.

4. Meios de pagamento

- Transferência bancária para o IBAN PT50 0035 0110 0000 7783 0300 2 (Caixa Geral de Depósitos – ANC);
- Cheque nominal enviado para a sede da ANC;
- Ou outros meios em uso aceites pela tesouraria da ANC.

5. Devolução de taxas

No caso de faltas, desistências ou anulação de inscrições após o prazo limite definido em cada regulamento específico, não haverá lugar à devolução de taxas, salvo em situações excecionais devidamente justificadas e analisadas pela Direção da ANC.

6. Considerações finais

A uniformização das taxas visa reforçar a sustentabilidade das competições regionais, garantir condições adequadas para atletas, clubes e arbitragem e promover uma gestão mais equilibrada e transparente. A ANC mantém o compromisso de continuar a trabalhar em conjunto com os clubes para assegurar o desenvolvimento da natação na região.

7. Tempos de Inscrição

1. O tempo de inscrição de cada atleta corresponderá à melhor marca oficial obtida no período de um ano e meio, contado a partir de 1 de outubro da época em curso, sendo este valor automaticamente assumido pelo programa informático de gestão de competições da ANC.
2. Nos casos em que o atleta não possua marca oficial, deverá ser indicado pelo clube um tempo provável de realização, que servirá de referência para efeitos de ordenação das séries.
3. Nas provas de estafetas, o tempo de inscrição corresponderá ao tempo provável da equipa, calculado a partir do somatório dos tempos individuais dos nadadores inscritos.

8. Datas-Limite e Gestão de Inscrições

1. As datas-limite de inscrição de cada competição serão as expressamente indicadas nos respetivos regulamentos específicos.
2. Findo o prazo, será elaborada e enviada por correio eletrónico a lista de participantes (entry-list) a todos os clubes, ficando igualmente disponível para consulta.
3. Eventuais erros detetados ou desistências previstas deverão ser comunicados no prazo máximo de 48 horas após o envio da entry-list. Decorrido este prazo, não serão aceites substituições, alterações ou novas inscrições. A não resposta à entry-list por parte dos clubes assume-se como confirmação de que as inscrições estão corretas.
4. A ANC reserva-se o direito de cancelar ou adiar competições em caso de número reduzido de inscritos, bem como de anular ou penalizar inscrições sempre que se verifique incumprimento regulamentar.

9. Organização e Condições de Prova

1. Os horários constantes nos regulamentos específicos têm carácter meramente informativo e poderão ser ajustados pela organização, sendo qualquer alteração comunicada a todos os intervenientes em tempo útil, através da Ficha Técnica da competição.
2. As piscinas designadas para cada torneio estarão livres para aquecimento nos horários previstos em regulamento específico.
3. Sempre que o número de atletas inscritos o justifique, a ANC poderá organizar o aquecimento em turnos, de forma a salvaguardar as condições de segurança e eficácia do processo.
4. O cais da piscina deverá ser frequentado apenas pelos agentes envolvidos e inscritos em competição, que deverão ter em sua posse o cartão FPN da época em vigor, como referido no ponto 5.3 do presente regulamento.
5. Todos os clubes participantes deverão estar obrigatoriamente acompanhados por treinadores devidamente certificados pela FPN, com habilitação e nível de formação correspondentes aos escalões etários presentes na competição, nos termos do Regulamento Geral e do Regulamento de Formação da FPN.
6. Cada clube deverá ainda fazer-se representar por um delegado devidamente filiado na FPN, responsável pela articulação institucional com a organização, pela transmissão de informações relevantes aos seus atletas e técnicos, bem como pelo cumprimento das normas regulamentares durante toda a competição.

7. A ausência de treinador devidamente habilitado ou de delegado regularmente filiado poderá determinar a limitação da permanência no cais da piscina ou outras medidas que a organização entenda necessárias, salvaguardando sempre o normal funcionamento da competição e a segurança dos atletas.

10. Programa de Provas

O programa oficial de cada competição, contendo a sequência detalhada das provas, será enviado por correio eletrónico a todos os clubes participantes e disponibilizado online até 48 horas antes do início da mesma.

11. Equipamentos

Para a época 2026/2027, os nadadores das categorias iguais à de cadetes deverão utilizar fatos de banho compatíveis com os modelos permitidos pela FPN para estes escalões (Política Desportiva – Enquadramento Territorial 2026-2027), independentemente do tecido. Os nadadores Infantis B e Infantis A poderão utilizar fatos de competição, nos termos do referido documento.

12. Resultados

Os resultados de cada prova estão disponíveis em swimrankings.net.

13. Participação em Torneios Externos

1. Princípio geral

Reconhecendo o interesse que a participação em provas externas assume para o desenvolvimento da natação regional e para a valorização do percurso competitivo dos atletas, a Direção da ANC poderá autorizar a presença de clubes e nadadores em torneios externos, nos termos do artigo 144.º do Regulamento Geral da FPN.

2. Procedimento de autorização

A participação carece de pedido expresso do clube, a submeter à ANC com uma antecedência mínima de 10 (dez) dias úteis, devendo ser obrigatoriamente acompanhado pelo regulamento oficial do torneio externo e pelo preenchimento do documento interno da ANC próprio para este efeito.

3. Provas de exclusão

Não será autorizada a participação em competições externas que coincidam, em escalão/categoria, com provas do calendário regional da ANC, designadamente:

- Torregri I, II e III ⟶ escalão de Cadetes;
- Torneio Nadador Completo ⟶ escalões de Cadetes, Infantis e Juvenis;
- Torneio Regional de Fundo ⟶ escalões de Infantis e Juvenis;
- Campeonatos Regionais e Interdistritais ⟶ escalões de Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores.

4. Atividades de seleção regional

Os atletas convocados para atividades oficiais da Seleção Regional ficam impedidos de participar em torneios externos coincidentes, salvo autorização excecional.

5. Exceções

A Direção da ANC poderá, de forma devidamente justificada e caso a caso, autorizar deslocações de atletas cujas categorias não estejam abrangidas pelas seleções ou competições referidas, bem como participações em situações pontuais e excecionais, sempre que fundamentadas pelo clube e consideradas de interesse para o desenvolvimento desportivo do atleta.

6. Obrigações dos clubes

Após a participação em torneios externos, os clubes ficam obrigados a remeter os resultados à ANC no prazo máximo de 5 (cinco) dias úteis, em formato informático compatível com o sistema de gestão de competições, sob pena de não homologação dos resultados obtidos.

14. Participação Externa em Torneios ANC

1. Elegibilidade

Nos torneios organizados pela Associação de Natação de Coimbra (ANC) poderão participar todos os clubes filiados na Federação Portuguesa de Natação (FPN), bem como clubes estrangeiros ou congéneres filiados na World Aquatics.

2. Condições de participação

A participação poderá ser condicionada à disponibilidade de pistas, sempre que a organização entenda não acrescentar séries ao programa de provas, salvaguardando o equilíbrio competitivo e a boa gestão do tempo de prova.

3. Taxas de inscrição

- As taxas de inscrição aplicáveis serão as constantes da tabela em vigor definida no ponto Inscrições do presente regulamento.
- Sempre que os clubes sejam convidados diretamente pela organização, aplicar-se-ão as mesmas taxas praticadas para os clubes filiados na ANC, garantindo igualdade de condições.

4. Participação extracompetição

Nos Campeonatos Regionais ou Interdistritais, qualquer inscrição proveniente de clubes fora da área de jurisdição das Associações Territoriais organizadoras será considerada em regime de extracompetição. Nestes casos, os tempos obtidos serão homologados, mas as classificações oficiais não serão atribuídas a atletas/clubes em extracompetição.

5. Atletas do Centro de Treinos de Alto Rendimento (CTAR) de Coimbra

É expressamente salvaguardada a participação, em regime de extracompetição, dos atletas integrados no Centro de Treinos de Alto Rendimento de Coimbra (CTAR Coimbra) que não estejam vinculados a clubes filiados na ANC. Nestes casos, será obrigatória a regularização da taxa de inscrição em vigor, em condições idênticas às dos restantes participantes.

15. Tabela de Pontuação

A tabela de pontuação utilizada na época 2026/2027 será a Tabela World Aquatics em vigor, assumida automaticamente pelo programa informático.

16. Torneios de Clubes Filiados na ANC

1. Responsabilidade organizativa

A organização de torneios ou festivais promovidos por clubes filiados na Associação de Natação de Coimbra (ANC) é da inteira responsabilidade do clube organizador, incluindo receber todas as inscrições e enviá-las à Associação, todos os encargos relacionados com a utilização e operação da cronometragem eletrónica da ANC, e os custos inerentes à arbitragem e respetivas fichas de serviço. A ANC assegurará apenas os custos logísticos do processamento informático do programa da competição, desde que o processo seja cumprido nos prazos definidos.

2. Datas

Qualquer clube interessado em organizar um torneio/festival deverá solicitar à ANC a data pretendida até 31 de agosto de 2026, de forma a garantir a sua inclusão no quadro competitivo regional 2026/2027.

3. Envio de regulamento e pedido de apoio

O regulamento do torneio/festival deverá ser remetido à ANC até 30 de outubro de 2026, acompanhado de pedido formal de apoio logístico e de requisição de arbitragem e cronometragem eletrónica. Após esta data, o clube organizador ficará sujeito à atribuição de datas disponíveis e terá obrigatoriamente de enviar o processo regulamentar e a solicitação de apoio com pelo menos 30 dias de antecedência da realização da prova.

4. Processamento informático e inscrições

Para que a ANC possa assegurar o processamento informático do programa em tempo útil, o clube organizador deverá entregar todas as inscrições na sede da ANC até 7 dias úteis antes do início da competição.

17. Criação de Prova Extra (Tentativa de recorde, ou outras marcas de referência)

1. Objeto

O presente regulamento estabelece as condições aplicáveis à autorização, organização, participação e homologação de provas extra, realizadas no âmbito do calendário territorial da Associação de Natação de Coimbra (ANC), destinadas à obtenção de recordes, mínimos de acesso, marcas de qualificação ou outras marcas e objetivos técnicos devidamente reconhecidos..

2. Requisitos

- O Clube ou Associação Desportiva que pretenda promover a criação de uma prova extra, deve apresentar pedido formal à ANC com uma antecedência mínima de 7 dias úteis relativamente à data da competição onde esse pedido será integrado (prazo ajustável mediante decisão da Direção da ANC).
- Este pedido apenas poderá ocorrer numa competição oficial constante do calendário territorial da ANC.

- O(s) nadador(es) proposto(s) pelo Clube ou Associação devem cumprir todas as regras de elegibilidade federativa e associativa, incluindo filiação válida e exame médico desportivo em vigor.

3. Conteúdo do pedido

O pedido deverá obrigatoriamente conter:

- a) Identificação do Clube ou Associação proponente;
- b) Identificação completa do(s) nadador(es) envolvido(s);
- c) Prova(s) onde se realizará a tentativa de recorde;
- d) Escalão etário e categoria correspondente;
- e) Indicação da competição (local, data e sessão);
- f) Declaração de que todos os nadadores cumprem os requisitos para participação.

4. Decisão da ANC

- A ANC comunicará ao Clube requerente o despacho relativo ao pedido no prazo máximo de 3 dias úteis após a receção do mesmo.
- Do despacho constará: a) deferimento, com autorização para realização do pedido de prova extra; ou b) indeferimento, devidamente fundamentado.
- Em caso de deferimento, a ANC comunicará a decisão à Federação Portuguesa de Natação (FPN), para efeitos de homologação e registo.

5. Comunicações obrigatórias

Após deferimento, a ANC dará conhecimento imediato da realização da prova extra:

- a) A todos os Clubes e Associações filiadas;
- b) Ao Conselho Regional de Arbitragem da ANC.
- O Conselho Regional de Arbitragem procederá à nomeação do Júri, garantindo o cumprimento integral das regras de arbitragem aplicáveis às tentativas de recorde.
- A ANC promoverá a abertura de inscrições a todos os nadadores habilitados a participar nessa prova, salvaguardando a igualdade de oportunidades.

6. Condições de realização

A prova extra será realizada:

- a) No contexto da competição aprovada;
- b) Na prova e sessão autorizadas;
- c) Com os meios técnicos adequados, incluindo cronometragem e arbitragem obrigatórias.

As condições técnicas devem cumprir integralmente o Regulamento Técnico da FPN.

7. Encargos e taxas

- Os custos decorrentes da prova extra (taxas administrativas, arbitragem extraordinária, cronometragem ou outros) serão suportados pelo Clube ou Associação requerente, de acordo com a tabela de taxas em vigor.
- No caso das estafetas, aplica-se taxa própria, devendo a ANC manter valores equilibrados, de forma a não desincentivar a participação.

Taxas para tentativa de mínimos ou recordes — Natação Pura

Aplicáveis sempre que a tentativa envolva a criação de uma prova extra no programa de provas.

Piscina	Provas Individuais		Provas de Estafetas	
	ANC	Outros	ANC	Outros
25 m	10,00 €	12,50 €	25,00 €	40,00 €
50 m	15,00 €	20,00 €	35,00 €	60,00 €

Taxas para tentativa de mínimos ou recordes — Natação Adaptada

Aplicáveis sempre que a tentativa envolva a criação de uma prova extra no programa de provas.

Piscina	Provas Individuais		Provas de Estafetas	
	ANC	Outros	ANC	Outros
25 m	8,00 €	8,00 €	12,50 €	12,50 €
50 m	10,00 €	10,00 €	20,00 €	20,00 €

Nota: Os clubes filiados na ANCNP e na ANDL e os atletas inscritos no CTAR de Coimbra beneficiam das mesmas taxas de inscrição que os clubes da ANC.

8. Homologação

- A responsabilidade pela homologação dos recordes compete à Federação Portuguesa de Natação, após verificação de todos os documentos e condições técnicas.
- O Conselho Regional de Arbitragem deverá assegurar que toda a documentação necessária (fichas de prova, relatórios de arbitragem e fitas) é entregue à ANC logo após a realização da tentativa.

9. Disposições finais

- Os casos omissos serão analisados e decididos pela Direção da ANC, em articulação com o Conselho Regional de Arbitragem.

18. Penalizações

O presente capítulo define as regras aplicáveis às faltas, penalizações e situações de desistência de nadadores inscritos em competições do calendário oficial da ANC.

1. Objeto

Estabelecer, de forma clara e uniforme, o regime de faltas e penalizações aplicável a todas as competições organizadas pela Associação de Natação de Coimbra, salvaguardando simultaneamente o rigor organizativo e a gestão desportiva criteriosa dos atletas por parte das equipas técnicas.

2. Faltas sem penalização

- Sempre que um atleta ou estafeta inscrito não possa participar numa ou mais provas, o respetivo clube deverá comunicar essa situação à ANC e preencher o formulário próprio para o efeito, com a maior antecedência possível, preferencialmente até às 17h00 do dia anterior ao início da competição.
- Esta comunicação antecipada tem como objetivo permitir à organização proceder, em tempo útil, aos ajustamentos necessários ao programa, séries e demais documentação da competição.
- Sempre que, por motivo imprevisto, não seja possível efetuar a comunicação dentro do prazo anteriormente referido, a falta ou desistência deverá ser comunicada através do formulário próprio da ANC, até 30 minutos antes do início da respetiva sessão, diretamente ao secretariado da competição ou ao Juiz-Árbitro.
- A comunicação deverá identificar claramente o atleta ou estafeta, bem como a prova ou provas em que não irá participar.
- O formulário para comunicação de faltas e desistências estará disponível no site da ANC, podendo igualmente ser solicitado junto do secretariado da competição.

3. Faltas a provas individuais

- Considera-se falta a uma prova individual quando um atleta, encontrando-se inscrito e presente na competição, não compareça à respetiva prova sem que a sua ausência tenha sido previamente comunicada nos termos previstos no presente regulamento.
- A falta a uma prova individual, quando não comunicada ou injustificada, dará lugar à aplicação ao respetivo Clube ou Associação de uma penalização de valor igual à taxa de inscrição da prova em causa, sem prejuízo da manutenção do valor inicialmente pago pela inscrição.
- A falta a uma prova individual não determina a exclusão automática do atleta das restantes provas da mesma sessão ou competição, podendo este continuar a participar nas provas em que se encontre regularmente inscrito.
- Sempre que, no decorrer da competição, se verifique a necessidade de retirar um atleta de uma ou mais provas, o treinador ou responsável da equipa deverá comunicar essa decisão ao Juiz-Árbitro ou ao secretariado da competição, com a maior brevidade possível e, preferencialmente, antes da realização da prova em causa.
- Poderão ser aceites desistências por opção técnica, sem aplicação de penalização, quando decididas no decorrer da competição por razões relacionadas com a gestão do esforço, rendimento desportivo, condição física do atleta ou salvaguarda da sua integridade física.
- Nestes casos, não será exigida justificação médica, devendo, contudo, a decisão ser comunicada à organização nos termos anteriormente definidos.

- A comunicação de uma falta ou desistência, independentemente do motivo que lhe esteja associado, não confere direito à devolução da respetiva taxa de inscrição, uma vez que a inscrição foi previamente processada e considerada na organização da competição.

4. Faltas à totalidade das provas individuais

- Quando um atleta inscrito falte sem justificação a todas as provas individuais em que estava inscrito na competição (todas as sessões), será aplicada ao Clube uma penalização única no valor de 10,00 €. E não será devolvido o valor da inscrição.
- Esta penalização aplica-se independentemente de existir ou não presença física do atleta no recinto da competição.

5. Faltas em provas de estafeta

- Quando uma estafeta inscrita não compareça à prova, será aplicada ao Clube ou Associação uma penalização no valor de 15,00 €.
- Esta penalização justifica-se pelo impacto acrescido no programa competitivo e no trabalho da arbitragem, dado que a ausência de uma estafeta poderá alterar séries, marcações de pistas e gestão de tempos.
- Podem ser admitidas exceções, desde que: a) a desistência seja comunicada antes do fecho da reunião de delegados; ou b) surja motivo de força maior (lesão súbita, impedimento médico ou outra situação validada pelo Juiz-Árbitro).

6. Justificações válidas

Podem ser aceites como justificações válidas para evitar penalização:

- a) Motivo médico comprovado (declaração médica emitida até 48 horas após a competição);
- b) Motivo escolar ou académico oficial (provas, exames);
- c) Motivo imprevisto de força maior, devidamente avaliado pela ANC;
- d) Opção técnica.

As justificações devem ser enviadas à ANC no prazo máximo de 48 horas após o término da competição.

7. Notificação das penalizações

- A ANC notificará oficialmente os clubes das penalizações aplicadas no prazo máximo de 5 a 10 dias úteis após o término da competição.
- A regularização das penalizações deverá ocorrer até ao final do mês subsequente à notificação.

8. Reclamações e recursos

- Os clubes poderão apresentar reclamação formal no prazo de 5 dias úteis após a notificação, acompanhando-a de todos os elementos justificativos.
- A ANC decidirá sobre a reclamação no prazo de 10 dias úteis, sendo a decisão comunicada ao clube.

9. Disposições finais

- Os casos omissos serão analisados pela Direção da ANC, em conjunto com o Conselho Regional de Arbitragem, tendo por base a regulamentação da FPN.

Quadro-resumo das penalizações

Situação	Penalização	Observações
Falta à competição na totalidade, comunicada até 30 min. antes do início	Sem penalização	Comunicação obrigatória ao Juiz-Árbitro, em formulário próprio
Falta a prova individual (atleta presente)	Valor da inscrição por prova/nadador	Por cada sessão em que ocorra
Falta por decisão técnica (gestão de esforço)	Sem penalização	Informar o Juiz-Árbitro, sempre que possível antes da prova
Falta a todas as provas individuais, sem justificação	10,00 € (penalização única)	Independente de presença no recinto
Não comparência de estafeta	15,00 €	Exceções: desistência antes do fecho da reunião de delegados ou força maior
Inscrições fora de prazo — por clube	40,00 €	Ver capítulo 19
Inscrições fora de prazo — por atleta	10,00 €	Acresce à taxa aplicada ao clube

19. Taxas de Outros Incumprimentos

1. Inscrições tardias — por clube

Sempre que sejam submetidas inscrições após o prazo definido no regulamento da competição, será aplicada ao clube uma taxa adicional de 40,00 €.

Esta taxa visa compensar o trabalho administrativo e técnico adicional associado à validação das inscrições, verificação de tempos, reorganização de séries e atualização da documentação oficial da competição.

As inscrições tardias apenas poderão ser aceites até ao limite máximo de 48 horas antes do início da competição.

Ultrapassado este prazo, não serão aceites novas inscrições, mesmo mediante o pagamento de qualquer taxa ou penalização, salvo quando a situação resulte de erro comprovadamente imputável à ANC.

2. Inscrições tardias — por atleta individual

Para além da taxa aplicada ao clube, será aplicada uma taxa adicional de 10,00 € por cada atleta inscrito fora do prazo regulamentar.

A aceitação destas inscrições fica igualmente limitada ao prazo máximo de 48 horas antes do início da competição.

Após esse momento, não serão permitidas novas inscrições, adições de atletas ou inclusão de provas, independentemente do motivo apresentado ou da disponibilidade para pagamento de taxa adicional.

3. Irregularidades nas inscrições

Sempre que se verifiquem alterações ou incorreções nas inscrições submetidas, serão aplicadas as seguintes taxas adicionais:

- Acréscimo de atletas a inscrições já efetuadas: 2,00 € por prova;

- Acréscimo de provas a atletas já inscritos: 1,00 € por prova;
- Incorreções ou inscrições incompletas (falta de número de licença, nomes incorretos, ausência ou incorreção do nome do clube, falta de indicação do técnico presente na prova, datas de nascimento incorretas ou em falta, entre outras): 1,00 € por cada alteração;
- Alterações a inscrições tardias: valor da taxa de inscrição tardia acrescido de 1,00 € por alteração.

4. Devolução e validação de inscrições com incorreções

- Sempre que as inscrições apresentem incorreções antes da data-limite de inscrição, a ANC procederá à sua devolução ao clube, para que possam ser corrigidas dentro do prazo previsto.
- Caso o clube não reenvie as inscrições corrigidas até à data-limite, a ANC considerará válidas as inscrições inicialmente submetidas, reservando-se o direito de aplicar as respetivas taxas por incumprimento.

5. Notificação e regularização

A ANC notificará os clubes das taxas aplicadas no prazo máximo de 10 dias úteis após o término da competição. A regularização deverá ser efetuada até 5 dias úteis após a notificação ou nos prazos indicados pela ANC.

6. Disposições finais

Os casos omissos serão analisados pela Direção da ANC, em articulação com o Conselho Regional de Arbitragem, tendo por base a regulamentação em vigor da Federação Portuguesa de Natação.

20. Casos Omissos

Os casos omissos serão analisados, avaliados e resolvidos pela Direção da ANC, de acordo com os seus regulamentos, os regulamentos vigentes da FPN e da World Aquatics.

21. Programa de Competições 2026/2027

O presente capítulo regulamenta de forma específica cada uma das competições de âmbito regional a ter lugar na época de 2026/2027. Todos os regulamentos específicos são complementados pelo disposto nos capítulos anteriores do presente Regulamento Geral de Competições da ANC.

Datas, locais e horários

As datas resultam do Calendário Competitivo ANC 2026/2027. Os locais assinalados como “a confirmar” ou * aguardam confirmação da entidade gestora da piscina, sendo divulgados oportunamente pela ANC.

Os horários têm carácter indicativo e poderão ser ajustados em função do número de inscritos, sendo qualquer alteração comunicada através da Ficha Técnica da competição.

A Campeonato Regional de Natação Adaptada — 11 out 2026

LOCAL	Piscinas Municipais Rui Abreu — Coimbra *
HORÁRIOS	**1.ª Jornada (manhã):** aquecimento 08h30–09h45 · início 10h00 **2.ª Jornada (tarde):** aquecimento 14h00–15h15 · início 15h30 Os períodos de aquecimento têm lugar 1h30 antes do início de cada jornada. **Reunião de delegados:** 15 minutos antes do início da prova; cada clube faz-se representar por um delegado ou técnico.
AGRUPAMENTO DE CLASSES	S1 a S10 · S11, S12 e S13 · S14 · S15 · S16 · S17 · S21
PARTICIPAÇÃO	Nadadores filiados na FPN em representação dos clubes, através das respetivas Associações Territoriais, com exame médico válido e validado no fpnsystem. • Os nadadores da ANC podem inscrever-se em qualquer prova do programa, independentemente da classe, até 2 provas individuais por jornada. • Apenas os atletas das classes indicadas no programa e pertencentes a clubes da ANC concorrem a prémio de classificação regional; os restantes competem em extracompetição, com o mesmo limite de 2 provas individuais por jornada.
INSCRIÇÕES	Por via eletrónica (Entry Editor ou Team Manager da Splash), para geral@ancoimbra.pt, até às 9H do dia 06 de outubro de 2026. **Taxa: 3.5**0 € por prova individual clubes | 4,00E clubes fora ANC — IBAN PT50 0035 0110 0000 7783 0300 2.
REGULAMENTO	Regulamentos oficiais do World Para Swimming, complementados pelo Regulamento Geral da ANC e da FPN.

11 out — 10h00	11 out — 15h30
1- 25 Mariposa Fem — S14 / S17 / S21	19- 25 Bruços Fem — S14 / S17 / S21
2- 25 Mariposa Masc — S14 / S17 / S21	20- 25 Bruços Masc — S14 / S17 / S21
3- 100 Estilos Fem — S14 / S17 / S21	21- 200 Livres Fem — S1 a S5 / S14 a S21
4- 100 Estilos Masc — S14 / S17 / S21	22- 200 Livres Masc — S1 a S5 / S14 a S21
5- 400 Livres Fem — S6 a S17 / S21	23- 50 Mariposa Fem — S1 a S7 / S14 a S21
6- 400 Livres Masc — S6 a S17 / S21	24- 50 Mariposa Masc — S1 a S7 / S14 a S21
7- 200 Mariposa Fem — S14 / S15 / S17 & S21	25- 200 Estilos Fem — SM5 a SM17 / SM21
8- 200 Mariposa Masc — S14 / S15 / S17 & S21	26- 200 Estilos Masc — SM5 a SM17 / SM21
Intervalo	27- 50 Bruços Fem — SB1 a SB3 / SB14 a SB21
9- 25 Costas Fem — S14 / S17 / S21	28- 50 Bruços Masc — SB1 a SB3 / SB14 a SB21
10- 25 Costas Masc — S14 / S17 / S21	*Intervalo*
11- 100 Bruços Fem — SB4 a SB17 / SB21	29- 25 Livres Fem — S14 / S17 / S21
12- 100 Bruços Masc — SB4 a SB17 / SB21	30- 25 Livres Masc — S14 / S17 / S21
13- 50 Costas Fem — S1 a S5 / S14 a S21	31- 200 Bruços Fem — SB14 / SB15 / SB17 & SB21
14- 50 Costas Masc — S1 a S5 / S14 a S21	32- 200 Bruços Masc — SB14 / SB15 / SB17 & SB21
15- 200 Costas Fem — S14 / S15 / S17 & S21	33- 100 Mariposa Fem — S8 a S17 / S21
16- 200 Costas Masc — S14 / S15 / S17 & S21	34- 100 Mariposa Masc — S8 a S17 / S21
17- 100 Livres Fem — Todas as classes	35- 100 Costas Fem — S1 / S2 / S6 a S17 / S21
18- 100 Livres Mas — Todas as classes	36- 100 Costas Masc — S1 / S2 / S6 a S17 / S21
	37- 50 Livres Fem – Todas as classes

11 out — 10h00	11 out — 15h30
	38- 50 Livres Masc – Todas as classes
	Medalhas

CLASSIFICAÇÃO	Organizada por agrupamento de classes.
PRÉMIOS	Medalhas de Campeão Regional, Vice-Campeão e 3.º lugar aos atletas de clubes da ANC, por género, classe desportiva e categoria de absolutos. Medalha de participação a todos os nadadores de clubes em extracompetição. Entrega em cerimónia protocolar.
ARBITRAGEM	Conselho Regional de Arbitragem da ANC, com cronometragem eletrónica.
CASOS OMISSOS	Resolvidos pela organização do torneio, de acordo com os regulamentos da ANC, da FPN e do World Para Swimming.

B Torneio de Abertura de Categorias — 24–25 out 2026

LOCAL	Piscinas Municipais Rui Abreu – Coimbra *
HORÁRIOS	**1.ª Jornada (24 out.):** · 1.ª Sessão 15h30 **2.ª Jornada (25 out.): 2**.ª Sessão 09h30 **3.ª** Sessão 15h30 **Aquecimentos:** 1.ª sessão a partir das 14h00 · 2.ª sessão a partir das 08h00 · 3.ª sessão a partir das 14h00, até 15 minutos antes do início.
CATEGORIAS	Infantis · Juvenis · Juniores · Seniores
PARTICIPAÇÃO	• Atletas filiados na FPN das categorias de Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores. • Infantis — apenas na 2.ª e 3.ª sessões; até 3 provas por jornada. • Juvenis, Juniores e Seniores - sem limite de provas; • **Provas de meio-fundo e fundo:** cada atleta apenas poderá optar por uma das seguintes provas: 800 Livres ou 400 Livres (femininos); 1500 Livres ou 400 Livres (masculinos). • Estafetas por categoria, escalão ou em formato absoluto, sem limite de equipas por clube. • Extracompetição admitida havendo vagas, sem garantia de inclusão em todas as provas pretendidas. • **A estafeta de 4x100 (100 estilos) misto cada atleta nadará 100 estilos.**
INSCRIÇÕES	Na sede da ANC (geral@ancoimbra.pt) até às 09h00 do dia 19 de outubro de 2026.

24 out — 15h30 (1.ª Sessão)	25 out — 09h30 (2.ª Sessão)	25 out — 15h30 (3.ª Sessão)
1 -800 Livres Fem (Juv / Jun / Sen)	4- 400 Livres Masc (Inf)	14- 4x50 Livres Fem
2- 400 Livres Masc (Juv / Jun / Sen)	5- 100 Livres Fem	15- 4x50 Estilos Masc
3 -400 Livres Fem (Juv / Jun / Sen)	6- 100 Bruços Masc	16- 400 Livres Fem (Inf)
4 -1500 Livres Masc (Juv / Jun / Sen)	7- 100 Bruços Fem	17- 100 Livres Masc
5-100 Estilos Fem (Juv / Jun / Sen)	8- 100 Costas Masc	18- 100 Mariposa Fem
6-100 Estilos Masc (Juv / Jun / Sen)	9- 100 Costas Fem	19- 100 Mariposa Mas
	10- 200 Livres Masc	20 -200 livres Fem
	11- 200 Estilos Fem	21- 200 Estilos Masc
	Intervalo	*Intervalo*
	12- 4x50 Livres Masc	22 4x100 Estilos Misto
	13- 4x50 Estilos Fem	

AQUECIMENTO	• O tanque de aprendizagem permanece disponível durante todo o torneio para recuperação e aquecimento complementar. • As pistas dos extremos destinam-se prioritariamente a saltos de partida e sprints. • Havendo elevado número de inscritos, poderão ser definidos turnos de aquecimento reduzidos, comunicados previamente aos clubes.
CLASSIFICAÇÃO	Por categoria. Resultados oficiais em www.swimrankings.net.
ARBITRAGEM	Conselho Regional de Arbitragem da ANC, com cronometragem eletrónica.

C	Torregri I — 1.ª Jornada	8 nov 2026

LOCAL	Piscinas Municipais Luís Lopes da Conceição - Coimbra *
HORÁRIOS	**Sessão única:** aquecimento 09h15–10h15 · início 10h30
CATEGORIAS	Cadetes A · Cadetes B
PARTICIPAÇÃO	Atletas filiados na FPN pertencentes à categoria de Cadetes, escalões A e B. • Cada atleta compete apenas nas provas do seu escalão, no máximo em 2 provas individuais por jornada, mais uma estafeta. • Estafetas por escalão (Cadetes A ou Cadetes B), sem limite de equipas por clube. Os clubes que não consigam constituir equipas homogéneas podem apresentar equipas mistas, admitidas em regime de extracompetição.
INSCRIÇÕES	Na sede da ANC até às 09h00 do dia 2 de novembro de 2026.

8 nov — 10h30
1 4x25 Livres Misto (Cad B)
2 200 Livres Fem (Cad A)
3 200 Livres Masc (Cad A)
4 100 Livres Fem (Cad B)
5 100 Livres Masc (Cad B)
Intervalo
6 100 Costas Fem (Cad A)
7 100 Costas Masc (Cad A)
8 50 Costas/Bruços Fem (Cad B) *
9 50 Costas/Bruços Masc (Cad B) *
10 4x50 Livres Misto (Cad A)

AQUECIMENTO	• O tanque de aprendizagem permanece disponível durante todo o torneio para recuperação e aquecimento complementar. • As pistas dos extremos destinam-se prioritariamente a saltos de partida e sprints. • Havendo elevado número de inscritos, poderão ser definidos turnos de aquecimento reduzidos, comunicados previamente aos clubes.
REGRAS ESPECÍFICAS	**Provas 8 e 9 — 50 Costas/Bruços (Cad B):** o primeiro percurso (25 m) é nadado em Costas e o segundo (25 m) em Bruços.
CLASSIFICAÇÃO	Por escalão e género. Resultados em www.swimrankings.net. Não há desclassificações formais: são registadas observações técnicas de carácter pedagógico.
PRÉMIOS	Poderão ser atribuídos brindes ou certificados de participação, valorizando a vertente formativa do escalão.
ARBITRAGEM	Conselho Regional de Arbitragem da ANC, com cronometragem manual.

D T. Regional de Fundo Juvenis · T. Nadador Completo Infantis — 14 e 15 nov 2026

LOCAL	Piscina Municipal Rui Abreu
HORÁRIOS	**1.ª Sessão:** aquecimento 14h00–15h15 · início 15h30 **2.ª Sessão:** aquecimento 08h00–09h15 · início 09h30
CATEGORIAS	Infantis A · Infantis B · Juvenis A · Juvenis B
PARTICIPAÇÃO	Atletas filiados na FPN das categorias de Infantis e Juvenis. • Cada nadador para disputar a classificação geral do respetivo torneio tem obrigatoriamente de nadar todas as provas do programa correspondente. • Os atletas que não pretendam disputar o torneio, bem como os de categoria Juniores ou Seniores, podem participar em provas isoladas em regime de extracompetição, havendo pistas vagas.
INSCRIÇÕES	Na sede da ANC até às 09h00 do dia 9 de novembro de 2026.

Torneio Regional de Fundo — Juvenis A e B / Torneio Nadador Completo — Infantis A e B

14 nov — 15h30	15 nov — 09h30
1- 100 Mariposa Masc (Inf)	9- 100 Costas Fem (Inf)
2- 100 Mariposa Fem (Inf)	10- 100 Costas Masc (inf)
3- 1500 Livres Masc (Juv)	11- 800 Livres Fem (Juv)
4- 100 Bruços Fem (Inf)	12- 200 Estilos Masc (Inf)
5- 100 Bruços Masc (Inf)	13- 200 Estilos Fem (Inf)
6- 400 Estilos Fem (Juv A/B)	14- 400 Estilos Masc (Juv)
7- 100 Livres Masc (Inf)	
8- 100 Livres Fem (Inf)	

AQUECIMENTO	• O tanque de aprendizagem permanece disponível durante todo o torneio para recuperação e aquecimento complementar. • As pistas dos extremos destinam-se prioritariamente a saltos de partida e sprints. • Havendo elevado número de inscritos, poderão ser definidos turnos de aquecimento reduzidos, comunicados previamente aos clubes.
REGRAS ESPECÍFICAS	• **Provas de 800 m e 1500 m Livres:** partida dada com os atletas dentro de água, mantendo uma mão em contacto com a parede até ao sinal de partida. • A desclassificação em qualquer prova implica a exclusão da classificação geral, mantendo-se a homologação dos tempos obtidos nas restantes provas.
CLASSIFICAÇÃO	**Torneio Regional de Fundo:** • Individual por escalão e género, através do somatório das pontuações World Aquatics (1500L/800L + 400E), permitindo a definição dos rankings regional e nacional. • Coletiva através do somatório dos três melhores atletas (pontuação WA das 2 provas) de cada escalão e género. **Torneio Nadador Completo:** • Individual por escalão e género, através do somatório de pontos World Aquatics obtidos nas 5 provas, permitindo a definição dos rankings regional e nacional. • Coletiva através do somatório dos três melhores atletas (pontuação WA das cinco provas) de cada escalão e género.

	É ainda elaborada uma classificação por somatório de tempos de todas as provas individuais, de modo a manter atualizado o registo histórico dos melhores tempos de sempre do Torneio Nadador Completo da ANC.
PRÉMIOS	• Prémios aos três primeiros classificados individuais de cada escalão e género. • Troféus aos três primeiros clubes. • A nível nacional, prémios e diplomas atribuídos nos termos do Regulamento das Competições Nacionais 2026-2027 da FPN.
ARBITRAGEM	Conselho Regional de Arbitragem da ANC, com cronometragem eletrónica.

E	Campeonato Regional de Juvenis, Juniores e Seniores — Piscina Curta	21–22 nov 2026

LOCAL	Piscinas Municipais de Cantanhede
HORÁRIOS	**21 nov.:** 1.ª Sessão 09h30 · 2.ª Sessão 15h30 **22 nov.:** 3.ª Sessão 09h30 · 4.ª Sessão 15h30 **Aquecimentos:** sessões da manhã 08h00–09h15 · sessões da tarde 14h00–15h15
CATEGORIAS	Juvenis B · Juvenis A · Juniores · Seniores
PARTICIPAÇÃO	• Atletas filiados na FPN dos escalões de Juvenis, Juniores e Seniores. • Juniores e Seniores: até 8 provas individuais por nadador. • Juvenis: até 6 provas individuais por nadador. • Cada atleta pode nadar um máximo de 3 provas por sessão (sejam individuais ou estafetas). • Estafetas: cada clube pode inscrever uma equipa por escalão (juvenil B, Juvenil A, júnior e sénior) e por género. Caso não consiga formar estafetas por categoria poderá inscrever estafetas Absolutas em regime de Extracompetição. • Extracompetição: admitida nos escalões de Juvenis, Juniores e Seniores, havendo vagas.
INSCRIÇÕES	Na sede da ANC até às 09h00 do dia 16 de novembro de 2026.

21 nov — 09h30	21 nov — 15h30	22 nov — 09h30	22 nov — 15h30
1 1500 Livres Masc	13 1500 Livres Fem	23 4x50 Estilos Masc	35 800 Livres Fem
2 200 Livres Fem	14 200 Livres Masc	24 4x50 Estilos Fem	36 400 Livres Masc
3 100 Bruços Masc	15 100 Costas Fem	25 800 Livres Masc	37 50 Bruços Fem
4 100 Bruços Fem	16 100 Costas Masc	26 400 Livres Fem	38 50 Bruços Masc
5 50 Costas Masc	17 50 Mariposa Fem	27 100 Mariposa Masc	39 200 Costas Fem
6 50 Costas Fem	18 50 Mariposa Masc	28 100 Mariposa Fem	40 200 Costas Masc
7 200 Mariposa Masc	19 400 Estilos Fem	29 200 Bruços Masc	41 50 Livres Fem
8 200 Mariposa Fem	20 400 Estilos Masc	30 200 Bruços Fem	42 50 Livres Masc
9 100 Estilos Masc	*Intervalo e entrega de medalhas*	31 100 Livres Masc	43 200 Estilos Fem
10 100 Estilos Fem	21 4x50 Livres Fem	32 100 Livres Fem	44 200 Estilos Masc
Intervalo e entrega de medalhas	22 4x50 Livres Masc	*Intervalo e entrega de medalhas*	*Intervalo e entrega de medalhas*
11 4x100 Livres Masc	Medalhas	33 4x200 Livres Masc	45 4x100 Estilos Fem
12 4x100 Livres Fem		34 4x200 Livres Fem	46 4x100 Estilos Masc
Medalhas		Medalhas	Medalhas

AQUECIMENTO	• A segunda piscina da instalação permanece disponível durante todo o torneio para recuperação e aquecimento complementar. • As pistas dos extremos destinam-se prioritariamente a saltos de partida e sprints. • Havendo elevado número de inscritos, poderão ser definidos turnos de aquecimento reduzidos, comunicados previamente aos clubes.
REGRAS ESPECÍFICAS	**Provas de 800 m e 1500 m Livres** • Reservadas aos melhores tempos de inscrição por categoria e escalão (Juvenis B, Juvenis A, Juniores e Seniores). • Máximo de 2 séries por prova, com 4 atletas de cada categoria/escalão.

	• Caso as vagas não sejam preenchidas, o critério de seleção é a proximidade ao TAC nacional da respetiva categoria. **Provas de 400 m Estilos** • Reservadas aos melhores tempos de inscrição por categoria/escalão. • Máximo de 3 séries por prova, garantindo 4 Juvenis B, 4 Juvenis A, 8 Juniores e 8 Seniores. • Critério de substituição de vagas: proximidade ao TAC nacional.
CLASSIFICAÇÃO	Por escalão (Juvenil B, Juvenil A, Júnior e Sénior) e género. Resultados oficiais em www.swimrankings.net e enviados posteriormente aos clubes.
PRÉMIOS	• Medalhas aos três primeiros classificados por categoria em cada prova. • Se a duração das sessões o justificar as cerimónias protocolares poderão realizar-se durante as provas de 400 Estilos, 800 m e 1500 m Livres.
ARBITRAGEM	Conselho Regional de Arbitragem da ANC, com cronometragem eletrónica.

F	XVII Memorial Luís Lopes Conceição — Infantis	1 dez 2026

LOCAL	Piscinas Municipais Luís Lopes Conceição — Coimbra
HORÁRIOS	**1.ª Sessão (manhã):** aquecimento 08h30–09h45 · início 10h00 **2.ª Sessão (tarde):** aquecimento 14h00–15h15 · início 15h30
CATEGORIAS	Infantis A · Infantis B
PARTICIPAÇÃO	Atletas filiados na FPN da categoria de Infantis. • Cada atleta pode participar em 2 provas individuais por sessão.
INSCRIÇÕES	Por via eletrónica para geral@ancoimbra.pt, até às 09h00 do dia 24 de novembro de 2026.

1 dez — 10h00	1 dez — 15h30
1- 400 Livres Masc	10- 200 Estilos Fem
2- 400 Livres Fem	11- 200 Estilos Masc
3- 200 Bruços, Masc	12- 100 Livres Fem
4- 200 Bruços Fem	13- 100 Livres Masc
5- 100 Costas Masc	14- 200 Costas Fem
6- 100 Costas Fem	15- 200 Costas Masc
7- 100 estilos Masc	16- 100 Mariposa Fem
8- 100 estilos Fem	17- 100 Mariposa Masc
Intervalo	18- 100 Bruços Fem
9- 4x50 Estilos Misto	19- 100 Bruços Masc
	Intervalo
	20- 4x50 Livres Misto
	Entrega de prémios

AQUECIMENTO	• O tanque de aprendizagem permanece disponível durante todo o torneio para recuperação e aquecimento complementar. • As pistas dos extremos destinam-se prioritariamente a saltos de partida e sprints. • Havendo elevado número de inscritos, poderão ser definidos turnos de aquecimento reduzidos, comunicados previamente aos clubes.
CLASSIFICAÇÃO	A classificação será realizada por escalão etário. Em cada prova, por escalão e género: 1.º — 9 pontos · 2.º — 7 · 3.º — 6 · 4.º — 5 · 5.º — 4 · 6.º — 3 · 7.º — 2 · 8.º — 1. Desclassificação ou desistência = 0 pontos. O desempate coletivo faz-se pelo maior número de primeiros lugares, seguidamente segundos, terceiros e assim sucessivamente.
PRÉMIOS	• Coletivos: troféus para as três melhores equipas (masculino e feminino em conjunto). • Individuais: troféus aos três atletas mais pontuados pela tabela WA em vigor, pelo somatório das suas duas melhores provas individuais.
ARBITRAGEM	Conselho Regional de Arbitragem da ANC, com cronometragem eletrónica.

G	Torregri I — 2.ª Jornada	6 dez 2026

LOCAL	Piscinas Municipais Luís Lopes da Conceição
HORÁRIOS	**Sessão única:** aquecimento 08h45–09h45 · início 10h00
CATEGORIAS	Cadetes A · Cadetes B
PARTICIPAÇÃO	Atletas filiados na FPN das categorias de Cadetes A e B. • Máximo de 2 provas individuais por jornada, mais a estafeta correspondente ao seu escalão. • Estafetas inscritas por escalão (Cadetes A ou Cadetes B), sem limite de inscrições por clube. • Não sendo possível constituir equipas homogéneas, os clubes podem apresentar equipas mistas em regime de extracompetição, garantindo a participação e a vertente formativa da prova.
INSCRIÇÕES	Por via eletrónica para a sede da ANC até às 09h00 do dia 30 de novembro de 2026.

6 dez — 10h00
1 4x25 Estilos Misto (Cad B)
2 100 Estilos Masc (Cad A)
3 100 Estilos Fem (Cad A)
4 50 Mariposa/Costas Masc (Cad B) *
5 50 Mariposa/Costas Fem (Cad B) *
6 50 Mariposa Masc (Cad A)
Intervalo
7 50 Mariposa Fem (Cad A)
8 50 Bruços/Crol Masc (Cad B) *
9 50 Bruços/Crol Fem (Cad B) *
10 100 Bruços Masc (Cad A)
11 100 Bruços Fem (Cad A)
12 4x50 Estilos Misto (Cad A) *

REGRAS ESPECÍFICAS	**Provas 4 e 5 — 50 Mariposa/Costas (Cad B):** 25 m em Mariposa e 25 m em Costas. Não conseguindo o atleta realizar movimentos simultâneos com os membros superiores, pode utilizar braçada de Crol com pernada de golfinho nos primeiros 25 m. **Provas 8 e 9 — 50 Bruços/Crol (Cad B):** 25 m em Bruços e 25 m em Crol. **Prova 12 — 4x50 Estilos Misto (Cad A):** 1.º e 2.º nadadores 25 m Mariposa + 25 m Costas; 3.º e 4.º nadadores 25 m Bruços + 25 m Livres.
CLASSIFICAÇÃO	Por escalão e género. Não há desclassificações formais: são registadas observações técnicas de carácter pedagógico e formativo. Resultados em www.swimrankings.net.
PRÉMIOS	Todos os atletas inscritos poderão receber brindes ou certificados de participação, valorizando a sua presença e reforçando a vertente motivacional.
ARBITRAGEM	Conselho Regional de Arbitragem da ANC, com cronometragem manual.

H	XVII Memorial Luís Lopes Conceição — Masters	**12 dez 2026**

LOCAL	Piscinas Municipais Luís Lopes Conceição — Coimbra
HORÁRIOS	**Sessão Manhã (Eliminatórias):** aquecimento 08h00–09h15 · início 9h30 **Sessão Tarde (Challenge Equipas):** aquecimento 16h00–17h15 · início 17h30 **Sessão Fim de Tarde (Finais):** início 19h00 **Lanche Convívio, DJ e entrega de medalhas:** 20h00
CATEGORIAS	Masters
PARTICIPAÇÃO	Torneio destinado a atletas filiados na FPN nascidos até 31 de dezembro de 2001. • Cada atleta pode participar em três provas. • A presença nas finais resulta de apuramento direto e não conta para o limite de três provas.
INSCRIÇÕES	Por via eletrónica, através do ficheiro-convite oficial, para geral@ancoimbra.pt, até às 09h00 do dia 30 de novembro de 2026.

12 dez — 9h30 · Sessão Manhã (Eliminatórias)	
1 400 Livres Masc	11 50 Bruços Masc
2 400 Livres Fem	12 50 Bruços Fem
3 50 Mariposa Masc	13 100 Mariposa Masc
4 50 Mariposa Fem	14 100 Mariposa Fem
5 100 Bruços Masc	15 50 Livres Masc
6 100 Bruços Fem	16 50 Livres Fem
7 50 Costas Masc	17 100 Costas Masc
8 50 Costas Fem	18 100 Costas Fem
9 100 Livres Masc	19 200 Estilos Masc
10 100 Livres Fem	20 200 Estilos Fem
Intervalo	*Intervalo*
	21 4x50 Estilos Misto

12 dez — 19h00 · Sessão Fim de Tarde (Finais)	
22 Final 50 Mariposa Masc	30 Final 50 Bruços Masc
23 Final 50 Mariposa Fem	31 Final 50 Bruços Fem
24 Final 100 Bruços Masc	32 Final 100 Mariposa Masc
25 Final 100 Bruços Fem	33 Final 100 Mariposa Fem
26 Final 50 Costas Masc	34 Final 50 Livres Masc
27 Final 50 Costas Fem	35 Final 50 Livres Fem
28 Final 100 Livres Masc	36 Final 100 Costas Masc
29 Final 100 Livres Fem	37 Final 100 Costas Fem
20h00 — Lanche convívio, DJ e entrega de medalhas	

Finais com 8 atletas por prova, apurados pela Tabela de Pontos World Aquatics Masters, independentemente do grupo de idade.

APURAMENTO PARA AS FINAIS	Realizam-se finais nas 16 provas individuais de 50 m e 100 m do programa (8 masculinas e 8 femininas), na Sessão Fim de Tarde. • Apuram-se para cada final os 8 atletas mais pontuados na respetiva prova da Sessão Manhã, de todos os grupos de idade, de acordo com a Tabela de Pontos World Aquatics Masters. • A Tabela de Pontos World Aquatics Masters compara o tempo realizado com o recorde mundial Masters em vigor para o grupo de idade do nadador: quanto mais próximo desse recorde, maior a pontuação. Permite comparar diretamente nadadores de grupos de idade diferentes. • O apuramento é automático, não havendo lugar a inscrição nas finais. Os atletas classificados em 9.º e 10.º lugar ficam como 1.º e 2.º suplentes. • Em caso de empate de pontuação no 8.º lugar, o apuramento é decidido por sorteio, efetuado pelo secretariado da prova. • A lista de finalistas e suplentes é divulgada no final da Sessão Manhã. As desistências devem ser comunicadas ao secretariado até 1h00 depois do fim das eliminatórias, sendo chamado o suplente seguinte. A falta sem aviso prévio fica sujeita à taxa prevista no Regulamento Geral de Competições. • Distribuição de pistas: o atleta mais pontuado nada na pista 4 e os restantes nas pistas 5, 3, 6, 2, 7, 1 e 8, por ordem decrescente de pontuação.
CLASSIFICAÇÃO DAS FINAIS	A classificação de cada final é ordenada pela pontuação World Aquatics Masters obtida na final, por género e independentemente do grupo de idade. • Os resultados das finais são homologados, mas não contam para a classificação por grupos de idade, para a classificação coletiva nem para os prémios individuais, que têm por base as provas da Sessão Manhã.
CLASSIFICAÇÃO	A classificação da Sessão Manhã será organizada por grupos de idade e género. Para a classificação coletiva (absoluta): Em cada prova, por escalão e género: 1.º — 9 pontos · 2.º — 7 · 3.º — 6 · 4.º — 5 · 5.º — 4 · 6.º — 3 · 7.º — 2 · 8.º — 1. Desclassificação ou desistência = 0 pontos. Desempate coletivo pelo maior número de primeiros lugares, seguidamente segundos, terceiros e assim sucessivamente.
PRÉMIOS	• Coletivos: troféus para as três melhores equipas. • Individuais: troféus aos três atletas, masculinos e femininos, mais pontuados pela tabela World Aquatics em vigor, pelo somatório das suas duas melhores provas individuais. • Finais: medalhas aos três primeiros classificados de cada final, masculinos e femininos.
ARBITRAGEM	Conselho Regional de Arbitragem da ANC, com cronometragem eletrónica.

Grupos de idade — Masters 2026/2027

Grupo	Escalão	Ano de nascimento	Grupo	Escalão	Ano de nascimento
A	25-29	2001-1997	I	65-69	1961-1957
B	30-34	1996-1992	J	70-74	1956-1952
C	35-39	1991-1987	K	75-79	1951-1947
D	40-44	1986-1982	L	80-84	1946-1942
E	45-49	1981-1977	M	85-89	1941-1937
F	50-54	1976-1972	N	90-94	1936-1932
G	55-59	1971-1967	O	95 e mais velhos	1931 e anteriores
H	60-64	1966-1962	—	—	—