

**21 DE JULHO 2024**

# **METING**

**ÁGUAS  
ABERTAS  
DA GOMA**

PROVA DO XVII CIRCUITO NACIONAL DE ÁGUAS ABERTAS

**10:30H**

**BARRAGEM DAS ANDORINHAS**

**PARQUE DESPORTIVO DA GOMA**

GPS: 41.56939747668497, -8.185930314610001

SOBRADELO DA GOMA



**INSCRIÇÕES  
EM MULTICRONO**

**DISTÂNCIAS**

**4000M · 2000M · 500M**

ORGANIZADOR



CO-ORGANIZADORES:



PATROCÍNIOS



# PREÂMBULO

O **IV Meeting Águas Abertas da Goma – Barragem das Andorinhas**, Natação Pura, é um evento aquático na vertente **Águas Abertas**, programado para se realizar na freguesia de Sobradelo da Goma, em Póvoa de Lanhoso, no dia 21 de julho de 2024.

É uma competição exigente, que irá opor alguns dos melhores atletas do País e Amadores Guerreiros, determinados em desafiar os seus próprios limites. Desta forma, destina-se a todas pessoas com condição física necessária à participação nesta atividade, bem como a atletas federados na Federação Portuguesa de Natação (FPN) e em outras Federações Nacionais e Internacionais.

## Um Desafio!

O Palco deste será a Barragem das Andorinhas, uma das menos conhecidas e mais recônditas do Minho, inserida numa zona com uma riqueza natural em estado virgem, num local pouco explorado turisticamente, é um espelho de água natural às portas do concelho da Póvoa de Lanhoso.

Esta vila, com um vasto e surpreendente património Histórico e Cultural, com imagens extremamente atrativas e que irão certamente perdurar na memória de todos e fazer divulgar toda a **beleza** de **Portugal** pelo Mundo.

Este Evento foi projetado para ser um evento distinto, apoiado em grandes índices de **Qualidade** e **Inovação**, que permitem fazer a diferença tanto a nível desportivo como organizativo.

A Barragem das Andorinhas como pano de fundo, é o cenário ideal para recebermos todos os atletas que pretenderem concluir os circuitos de 4000, 2000 e 500 metros. Será aberto a todas as pessoas, de ambos os sexos, nacionais e estrangeiros, a partir dos 10 anos de idade.

Este evento coloca também à organização um novo repto, muito embora seja a IV Edição, o triatlo e o trail running já são experiências organizativas acumuladas ao longo dos últimos anos, este terá como principal desafio oferecer uma **vivência inesquecível** a todos os participantes que se apresentarem nas diversas provas do programa:

- ✓ **4000m águas abertas – (prova pontuável CNAА - AA e Masters AA)**
- ✓ **2000m águas abertas**
- ✓ **500m águas abertas**

## 1 - ORGANIZAÇÃO

Grupo Desportivo da Goma

## 2 - CO-ORGANIZADORES

Associação de Natação do Minho  
Federação Portuguesa de Natação  
Município Póvoa de Lanhoso

## 3 – LOCAL

Barragem Andorinhas – Sobradelo da Goma. (Campo Desportivo GD Goma)

### Coordenadas GPS:

41.56939747668497, -8.185930314610001

## 4 - DATA

Domingo, 21 Julho de 2024

## 5 - PROGRAMA

8h30 às 10h - Acreditação das provas e marcação de dorsais

10h15 – Briefing c/juízes árbitros – PROVA DE 500m

10h30 – Briefing c/juízes árbitros – PROVAS DE 4000m e 2000m

**10h45 – Início da Prova de 500 metros ÁGUAS ABERTAS**

**11h00 – Início da Prova de 4000 metros ÁGUAS ABERTAS**

**11h05 – Início da Prova de 4000 metros ÁGUAS ABERTAS (c/ fato isotérmico)**

**11h10 – Início da Prova de 2000 metros ÁGUAS ABERTAS**

14h00 – Cerimónia de entrega de prémios

15h00 – Encerramento do IV Meeting Águas Abertas da Goma – Barragem Andorinhas

## 6 - PARTICIPAÇÃO

Esta prova é aberta a todos aqueles que quiserem participar com as seguintes idades mínimas:

**4000m e 2000m** – com idade igual ou superior a 14 anos, à data da prova

**500m** – federados a partir dos 9 anos e populares a partir dos 14 anos

Na prova de **4000m NATAÇÃO ISOTÉRMICO**, a participação poderá ser feita com a utilização de fato de neoprene e relógios com GPS sem contar para o Circuito Nacional de Águas Abertas.

## 7 - CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

Ao inscrever-se nesta prova, o participante, o clube, e/ou responsável legal ou tutor de participante menor de idade, aceita que:

- Se preparou adequadamente e que possui a robustez física necessária à conclusão da prova, participando por sua conta e risco neste evento.
- Na eventualidade de não cumprir o tempo limite estabelecido para a prova,

a equipa de arbitragem poderá recolhê-lo da água.

- c) A organização poderá cancelar o evento por motivos de segurança, como tempestades, más condições do plano de água, ou outras situações que manifestamente possam colocar em perigo a integridade física dos participantes, não havendo lugar à restituição da taxa de inscrição.
- d) Poderá ser fotografado e filmado durante o evento, podendo essas imagens ser divulgadas publicamente ou utilizadas pela Organização, Coorganizadores ou Sponsors para fins promocionais.
- e) É conhecedor deste regulamento e das condições de participação no evento.
- f) A sua inscrição apenas será validada após a entrega do Termo de Responsabilidade.

## 8 - DISPOSIÇÕES GERAIS

- a) A segurança e apoio ao longo da prova serão da responsabilidade da Organização e assegurada por diversas embarcações.
- b) Para além dos barcos de apoio referidos no ponto anterior a Organização colocará ao serviço dos participantes os seguintes meios: 1 (uma) ambulância com paramédicos e assistência médica no Hospital de Póvoa de Lanhoso ou Braga; um barco de apoio equipado com serviço de primeiros socorros e paramédicos.
- c) A organização não se responsabilizará por acidentes ou danos que os participantes sofram ou venham a sofrer no decorrer da prova. De igual modo, a organização não se responsabilizará por danos ou acidentes que os participantes venham a causar no decorrer da prova, decorrentes de má conduta desportiva ou desrespeito pelas regras em vigor.
- d) A organização reserva-se o direito de impedir a participação na prova ou de recolher, durante o percurso, todos os indivíduos que não apresentem condições técnicas e físicas para terminar a prova em segurança.
- e) É obrigatória a apresentação do Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão, caso a organização o exija.
- f) Na prova dos 4000m os nadadores participantes deverão seguir as regras do regulamento nacional relativamente ao uso dos fatos isotérmicos (**é obrigatório o uso de fato isotérmico com temperatura da água inferior a 18°C, é opcional o uso de fato isotérmico entre 18° e 20°, e não permitido a utilização do fato com temperatura acima dos 20°**) e é proibido a utilização de qualquer dispositivo ou equipamento auxiliar.
- g) Nas provas de 4000m NATAÇÃO ISOTÉRMICO, de 2000m e 500m não há qualquer tipo de restrição quanto à utilização de fatos isotérmicos e é permitido a utilização de relógio com GPS.
- h) O uso da touca do evento é obrigatório. Os nadadores serão marcados com

o respetivo número nas costas, ombros e mãos.

- i) **Será fornecido a cada participante um chip eletrónico que terá uma caução de 80,00€ ou cativação do CC, devolvidos no final da prova na entrega do chip e pulseira fixadora.**

## 9 - INSCRIÇÕES/TAXAS

- As inscrições serão realizadas na plataforma da empresa MULTICRONO, no seguinte link: <https://multicrono.com/aa/aquasdagoma>
- As inscrições só serão consideradas válidas após confirmação do pagamento.
- O termo de responsabilidade assinado pelo próprio ou pelo encarregado de educação dos participantes menores de idade é de entrega obrigatória e terá de ser entregue no secretariado da prova no dia da competição, ou enviado por e-mail depois de assinado e digitalizado (triatlodesportivodagoma@gmail.com)
- **As inscrições serão aceites até ao dia 21 de Julho (inclusive)** mediante as seguintes taxas de inscrição:
  - ↳ **10 €** até ao dia 14 de Julho;
  - ↳ **18 €** de 15 de Julho até ao dia 21 de Julho;

### INSCRIÇÕES ESPECIAIS:

Os atletas filiados pela ANMinho têm desconto de 50% na taxa de inscrição e os nadadores inscritos no Circuito Nacional AA têm 25% de desconto.

### **Formas de Pagamento:**

- Pagamento MB através de referência bancária fornecida pelo formulário de inscrição.

## 10 - CLASSIFICAÇÕES E TEMPOS LIMITE

### **A classificação individual far-se-á do seguinte modo:**

- Absoluta por Género e por Grupo de Idade/Género.

### **A classificação coletiva (só nas distâncias de 4000m e 2000m)**

- Haverá lugar à classificação absoluta por equipas nas distâncias de 4000m e 2000m, resultante do somatório dos 4 primeiros tempos individuais de todos elementos inscritos pela mesma equipa em cada prova (masculinos ou femininos), sendo primeira classificada a equipa com menor tempo acumulado e assim sucessivamente.

## 11 – PRÉMIOS

- Os participantes no IV Meeting Águas Aberta da Goma – Barragem das Andorinhas receberão o KIT do evento composto por:

- Touca do evento da marca **GOLFINHO**, (que deverão usar obrigatoriamente na prova).
- Tapete para troca de roupa da **TOPMERCHE**, com o logo da prova.
- Todos os nadadores participantes receberão uma senha para almoço composto por (1 bifana, refrigerante ou cerveja).

### **PROVA DE 500m**

- Serão entregues medalhas **aos três primeiros classificados** de cada Grupo (Cadetes e Infantis) por Género.

<b>GRUPO DE PREMIADOS</b>	<b>IDADE</b>	<b>Ano Nascimento</b>
CADETE FEMININO	9 e 11	Nascidas em 2015 e 2013
CADETES MASCULINOS	10 e 12	Nascidos em 2014 e 2012
AA12/13	12 e 13	Nascidas em 2012 e 2011
AA13/14	13 e 14	Nascidos em 2011 e 2010

### **PROVAS DE 4000m E 2000m – ÁGUAS ABERTAS**

- Nas provas de 4000m e 2000m ÁGUAS ABERTAS, será entregue medalha ao **primeiro classificado masculino e feminino** de cada Grupo de Premiados da respetiva distância.
- Prémio surpresa para os três primeiros classificados Absolutos de cada Género

<b>GRUPO DE PREMIADOS com filiação AA</b>	<b>IDADE</b>	<b>Ano Nascimento</b>
GRUPO 1	14 a 17	Nascidos entre 2010 e 2007
GRUPO 2	18 +	Nascidos entre 2006 e + velhos

<b>GRUPO DE PREMIADOS com filiação AA MASTER</b>	<b>IDADE</b>	<b>Ano Nascimento</b>
GRUPO 3 MASTER 1	25 a 39	Nascidos entre 1999 e 1985
GRUPO 4 MASTER 2	40 a 54	Nascidos entre 1984 e 1970
GRUPO 5 MASTER 3	55 a 69	Nascidos entre 1969 e 1955
GRUPO 6 MASTER 4	70 +	Nascidos em 1954 e + velhos

### **PROVA DE 4000m NATAÇÃO - C/ISOTÉRMICO**

- Serão entregues medalhas aos **três primeiros** classificados Absolutos por Género.

## 12 – PERCURSO E CONDICIONANTES DA PARTIDA

### CIRCUITOS



Esta prova disputar-se-á num percurso em polígono irregular, com uma extensão aproximada de 2000m (linha vermelha na imagem) e de uma volta aproximada de 500m (linha verde na imagem). Os nadadores deverão completar 1 volta no caso dos 500m e 2000m, e 2 voltas no caso dos 4000m para cumprir a distância.

O percurso será realizado no sentido dos ponteiros do relógio, ficando as boias amarelas de contorno obrigatório à mão direita dos nadadores.

O percurso será assinalado pelo menos por 6 boias amarelas. Estas boias terão obrigatoriamente que ser contornadas de acordo com o indicado, sob pena de desclassificação.

O percurso apresentado poderá ser alterado no dia da prova por motivos de segurança, más condições atmosféricas ou outros.

#### **LINK Percursos**

<https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1j0O1T74pKHFD8MX5705-666R2TWzYrE&usp=sharing>

#### **Condicionantes da Partida**

Consoante o número de nadadores inscritos, a partida poderá ser dada com todos os atletas dentro de água em simultâneo ou por vagas.

## 13 - ARBITRAGEM

A arbitragem do IV Meeting Águas Aberta da Goma – Barragem das Andorinhas será da responsabilidade dos elementos do Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Nataçãõ do Minho.

## **14 - PROTESTOS**

Os protestos serão aceites pela organização até 30 minutos após a publicação dos resultados de cada prova. Terão que ser submetidos por escrito pelo delegado do clube ou pelo nadador individual.

A apresentação de um protesto implica a obrigação de o acompanhar com a importância de 65€, reembolsável no caso de a mesma acolher decisão favorável.

Sempre que seja apresentado um protesto será constituído um Júri de Apelo, composto pelos seguintes elementos:

- Presidente do Comité Organizador da Prova
- Representante da Associação de Natação do Minho

O Júri de Apelo reunirá e deliberará de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso.

## **15 - CASOS OMISSOS**

Os casos omissos neste Regulamento serão resolvidos pela Organização, de acordo com o Regulamento FINA para as Águas Abertas (Mass Event).

## **16 - SEGUROS**

Os atletas federados na FPN (Federação Portuguesa de Natação), e na FPT (Federação Portuguesa de Triatlo) estão cobertos pelos respetivos seguros federativos. Assim a organização não fará seguro extra a estes atletas.

Aos atletas não federados será feito um seguro de prova previsto na Lei (Acidentes Pessoais), e não teve nenhum custo acrescido ao valor da inscrição.