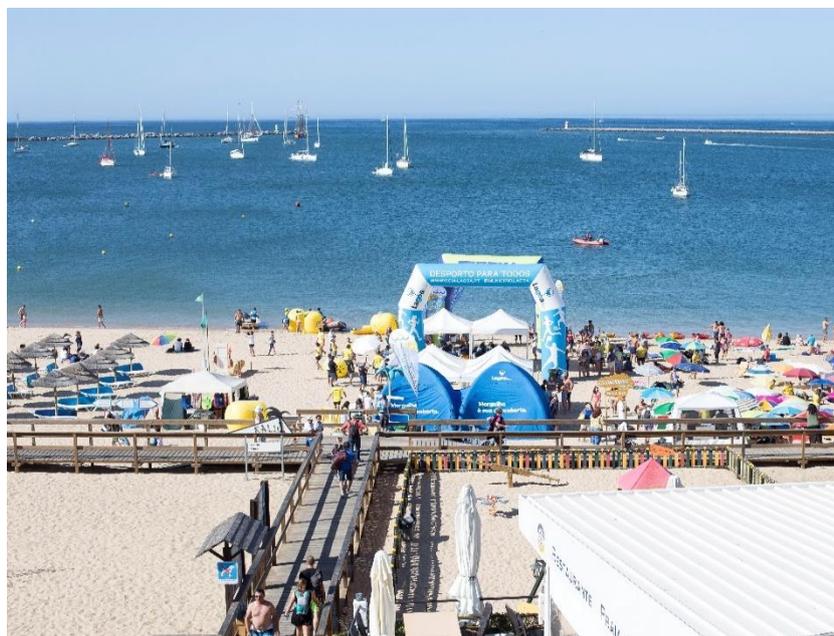


# 21ª PROVA DE MAR DE LAGOA 2024

## JORGE LAMY



**04 DE AGOSTO DE 2024**  
**PRAIA GRANDE - FERRAGUDO**

## 1. ORGANIZAÇÃO

A 21ª Prova de Mar de Lagoa – Jorge Lamy, na Praia Grande (Ferragudo) é organizada pelo Lagoa Académico Clube e encontra-se integrada no 17º Circuito Nacional de Águas Abertas da Federação Portuguesa de Natação (FPN) e no 30º Circuito de Águas Abertas - Algarve 2024 organizado pela Associação de Natação do Algarve (ANALGARVE), com o objetivo de divulgação e dinamização da natação em geral e da disciplina de Águas Abertas em particular.

Contamos com o apoio/parcerias das seguintes entidades:

- Federação Portuguesa de Natação
- Associação de Natação do Algarve
- Município de Lagoa
- Freguesia de Ferragudo
- Bombeiros Voluntários de Lagoa
- 413 Ferragudo
- Castores do Arade
- Kayaktours – Praia Grande
- Clube Naval de Portimão

## 2. LOCAL E DATA

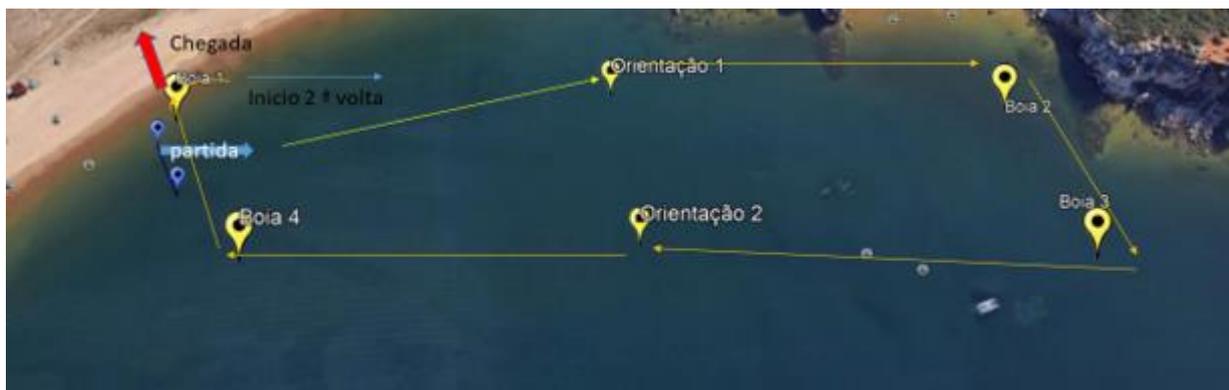
A prova está agendada para o dia 04 de Agosto de 2024, na Praia Grande (Ferragudo).

## 3. HORÁRIOS

Horário do secretariado	Horário do briefing	Horário da prova	Horário da entrega de prémios
09h00 às 11h00	12h05	12h15	13h00

## 4. PERCURSO

A distância do percurso da prova é de **2000 m** como demonstrado na imagem seguinte:



**Observaes:** O Percurso é de 2 voltas com partida dentro de água alinhada entre duas boias azuis, contornado as 6 boias obrigatórias em que o nadador terá que dar a sua direita .

## 5. PARTICIPAO

- Podem participar todos(as) os(as) nadadores(as) filiados(as) na Federao Portuguesa de Natao, na disciplina de  guas Abertas, para a presente época, assim como nadadores(as) filiados(as) junto de outras federaes internacionais reconhecidas pela FINA, desde que comprovem a sua filiao no ato da inscrio (mediante as condies estipuladas pela ANALGARVE).
- Mediante protocolo entre a Federao Portuguesa de Natao e a Federao de Triatlo de Portugal poderão participar atletas federados(as) em triatlo desde que comprovem a sua filiao no ato da inscrio (mediante as condies estipuladas pela ANALGARVE).
- Nadadores(as) com licena dupla ( guas Abertas e Masters de  guas Abertas) ter o de definir a categoria em que pretendem participar. Se participarem no CIRCUITO com a licena de  guas Abertas e a de Masters de  guas Abertas, as classificaes não serão consideradas para o ranking final.
- Todos(as) os(as) participantes terão que possuir idade igual ou superior a 14 (catorze) anos para o g nero feminino e 15 (quinze) anos para o g nero masculino, prevalecendo a idade em 31/12/2024.
- Todos(as) os(as) participantes terão obrigatoriamente que entregar, no secretariado, um Termo de Responsabilidade da prova (Anexo), devidamente preenchido e assinado antes do início da prova. Os participantes com idade inferior a 18 anos, terão que apresentar os Termos de Responsabilidade assinado pelo(a) Encarregado(a) de Educao.
- Os termos de responsabilidade serão disponibilizados na página de internet <https://multicrono.com/v1/>

**Os(As) nadadores(as) serão agrupados(as) nas seguintes categorias:**

- Para efeito de **CLASSIFICAO**

- Serão efetuadas as seguintes classificações de acordo com a Categoria, Grupo e Género.

Categoria	Masculinos	Femininos		
AA 15 (masc.) AA 14-15 (fem.)	2009	2009 – 2010		
AA 16-17	2007 – 2008	2007 – 2008		
AA 18-19	2005 - 2006	2005 – 2006		
AA 20+	2004 e mais velhos	2004 e mais velhas		
<b>Escalão Etário</b>				
Grupo	Escalão Etário		Anos de Nascimento	
	Masculinos	Femininos	Masculinos	Femininos
Master A	25 – 29		1999 – 1995	
Master B	30 – 34		1994 – 1990	
Master C	35 – 39		1989 – 1985	
Master D	40 – 44		1984 – 1980	
Master E	45 – 49		1979 – 1975	
Master F	50 – 54		1974 – 1970	
Master G	55 – 59		1969 – 1965	
Master H	60 – 64		1964 – 1960	
Master I	65 – 69		1959 – 1955	
Master J	70 - 74		1954 – 1950	
Master K	75 – 79		1949 – 1945	
Master L	80 – 84		1944 – 1940	
Master M	85 – 89		1939 – 1935	
Master N	90		1934e mais velhos (as)	

- Para efeito de **PREMIAÇÃO**
  - Serão atribuídos prémios aos vencedores **absolutos masculinos e femininos**.
  - Serão atribuídos prémios aos três primeiros(as) classificados(as) de **cada Categoria AA / Grupo Masters** (Masters A até Masters J e +) e Género.

Categoria	Masculinos	Femininos		
AA 15 (masc.) AA 14-15 (fem.)	2009	2009 – 2010		
AA 16-17	2007 – 2008	2007 – 2008		
AA 18-19	2005 - 2006	2005 – 2006		
AA 20+	2004 e mais velhos	2004 e mais velhas		
<b>Escalão Etário</b>				
Grupo	Escalão Etário		Anos de Nascimento	
	Masculinos	Femininos	Masculinos	Femininos
Master A	25 – 29		1999 – 1995	
Master B	30 – 34		1994 – 1990	
Master C	35 – 39		1989 – 1985	

<b>Master D</b>	40 – 44	1984 – 1980
<b>Master E</b>	45 – 49	1979 – 1975
<b>Master F</b>	50 – 54	1974 – 1970
<b>Master G</b>	55 – 59	1969 – 1965
<b>Master H</b>	60 – 64	1964 – 1960
<b>Master I</b>	65 – 69	1959 – 1955
<b>Master J e +</b>	70 e + Velhos(as)	1954 e + Velhos(as)

- O(A) nadador(a) não poderá mudar de clube nem passar a individual, ou começando como individual passar a representar um clube durante o CIRCUITO.
- A participação fica condicionada ao pagamento de uma taxa de participação.
- **O(A) atleta deverá formalizar a sua inscrição e o pagamento da mesma no valor de 15€.**

**IMPORTANTE: O(A) atleta deverá formalizar a sua inscrição utilizando sempre os mesmos dados de identificação. A introdução incorreta destes levará a desclassificação do atleta na prova.**

## 6. INSCRIÇÕES

- As inscrições devem ser feitas **até às 24h do dia 30 de Julho de 2024 (3ª feira)**, através do site <https://multicrono.com/v1/>
- O número de participante será atribuído após o término do prazo de inscrições de cada prova. O mesmo estará disponível, no site <https://multicrono.com/v1/> na 4ª feira anterior a prova em que se inscreveu.
- Os(As) participantes deverão fazer prova da sua idade, mediante a apresentação do cartão de cidadão / passaporte no secretariado assim como da sua licença federativa.
- A prova tem as seguintes taxas de participação:

<b>Nº de inscrições</b>	<b>Valor das inscrições (Transferência bancária)</b>
<b>Individual</b>	12,5€ (Doze euros e 50 Cêntimos) por inscrição
<b>Grupo (8 ou mais atletas)</b>	10€ (Dez euros) por inscrição

- **Os(as) atletas inscritos(as) no 17º Circuito Nacional de Águas abertas terão um desconto de 25%**
- **sobre o valor de participação, não acumulável com outros descontos existentes nos regulamentos.**

Nº de inscrições	Valor das inscrições (Transferência bancaria)
Individual	9.4€ (Nove euros e 40 Cêntimos) por inscrição.

- **Não haverá inscrições no dia da prova.**

## 7. DISPOSIÇÕES GERAIS

- É permitido o uso de fato isotérmico de acordo com a regra FINA 2017 à 2022, mediante a temperatura da água, mas não é permitido o uso de quaisquer meios auxiliares de propulsão, flutuação ou respiração.
- Para as provas com a temperatura da água igual ou superior a 20°C não são permitidos fatos isotérmicos. Os fatos em material têxtil não podem ir além dos ombros, pescoço e tornozelos, respeitando em todos os outros requisitos as especificações dos fatos para a piscina.
- Para provas com temperatura igual ou superior a 18°C e inferior a 20°C o fato isotérmico é opcional.
- É obrigatório o uso de fato isotérmico quando a temperatura da água for inferior a 18°C, não inclusive.
- A propósito destas regras, os fatos isotérmicos são fatos que produzam isolamento térmico. Os fatos isotérmicos, tanto para homem como para mulher, têm que cobrir o tronco, costas, ombros e joelhos, não se podendo estender para além do pescoço, dos tornozelos e dos pulsos.
- Possibilidade de usar Golas ou Fitas que impeçam abrasão no pescoço.
- Possibilidade de usar a boia sinalizadora, desde que a regra seja para todos os nadadores e por segurança expressa da competição.
- Estas regras também são aplicadas aos(as) nadadores(as) da categoria de Masters.
- O(A) atleta que utilizar o apoio de embarcações, dos elementos que limitam e identificam o percurso (boias, cordas ou outros) e outros elementos exteriores será desclassificado(a).
- O(A) atleta que não efetuar todo o percurso determinado pelo ORGANIZADOR será desclassificado(a).
- As boias sinalizadoras do percurso das provas terão que ser contornadas segundo indicações dadas pelo ORGANIZADOR no briefing e no mapa do percurso disponibilizado no dia e local das provas.
- A partida será efetuada dentro de água com um apito sonoro longo. Os(As) atletas deverão estar alinhados(as) à partida.
- A chegada será efetuada dentro da água ao nível da cintura (devidamente sinalizada) ou com toque em boia sinalizadora e deve ser sempre efetuada a nadar.
- **Todos(as) os(as) participantes terão que usar obrigatoriamente a touca do circuito durante a prova** (apenas será dada uma touca na primeira prova a cada participante). A perda da touca do circuito implica a aquisição de uma nova touca (no valor de 5€).

- Haverá um briefing 10 minutos antes do início da prova, junto à meta.
- Os(As) atletas deverão acatar as decisões dos responsáveis da prova, sobretudo na chegada à meta, caso não o façam serão desqualificados.
- No final de cada prova, o clube organizador fornecerá um reforço alimentar aos(as) agentes desportivos(as) envolvidos(as).

## 8. CLASSIFICAÇÕES

### Classificação individual:

- ✓ Geral Masculina;
- ✓ Geral Feminina;
- ✓ Categoria AA / Grupo Masters e Géneros.

### Classificação Coletiva

- ✓ A classificação coletiva será dividida em dois: Categoria AA (inclui Grupo A da Prova de Divulgação) e Grupo Masters.
- ✓ As classificações coletivas (Masculina e Feminina), serão encontradas através do somatório de pontos consoante a classificação obtida em cada Categoria AA (inclui Grupo A da Prova de Divulgação) e Grupo Masters.
- ✓ **Apenas pontuam os quatro melhores de cada clube em cada Categoria AA** (inclui Grupo A da Prova de Divulgação), e **Grupo Masters** (2 melhores femininos e 2 melhores masculinos).
- ✓ A classificação Coletiva Absoluta será encontrada pelo somatório das classificações Coletivas Masculina e Feminina, sendo a equipa vencedora a que somar maior número de pontos.
- ✓ No caso de empate de pontos entre duas equipas, vencerá a equipa com o(a) atleta melhor posicionado(a) na classificação geral absoluta.

A classificação coletiva será realizada segundo o seguinte critério:

- ✓ 1ºclas. (20 Pontos)
- ✓ 2ºclas. (18 Pontos)
- ✓ 3ºclas. (17 Pontos) ...
- ✓ 19ºclas. (1 Ponto)
- ✓ 20ºclas. (1 Ponto)... e assim sucessivamente.
- ✓ Apenas os(as) atletas que não concluem a prova, por desistência ou por desqualificação, é que obtém zero na pontuação, todos os outros pontuam 1 (um) ponto a partir da 19ª posição.

## 9. PRÉMIOS

Serão atribuídos os seguintes prémios:

- ✓ Serão atribuídos prémios aos vencedores absolutos masculinos e femininos.
- ✓ Três primeiros(as) classificados(as) de cada Categoria AA / Grupo Masters (Masters A até Masters J e +) e Género.
- ✓ Três Equipas Absolutas mais pontuadas (Masculinos + Femininos) da Categoria AA (Inclui grupo A da Prova de Divulgação).
- ✓ Três Equipas Absolutas mais pontuadas (Masculinos + Femininos) do Grupo Masters.

## 10. ARBITRAGEM

A arbitragem será da responsabilidade do Conselho Regional de Arbitragem da ANALGARVE.

## 11. DIVERSOS

- Os casos omissos serão resolvidos pelos organizadores de acordo com os regulamentos em vigor.
- Em caso de protesto deverá consultar o ponto 14 do Regulamento Oficial do 30º Circuito de Águas Abertas – Algarve 2024.

# TERMO DE RESPONSABILIDADE (Individual)

Nº Inscrição: \_\_\_\_\_

Eu, (nome do(a) atleta) \_\_\_\_\_, reconheço que a participação em eventos desportivos desta natureza pode ser potencialmente perigoso e estou ciente de que poderão ocorrer acidentes.

Declaro ser possuidor(a) de condição física necessária à participação e conclusão da **21º Prova de Mar de Lagoa – Jorge Lamy, a realizar no dia 04 de Agosto de 2024**, nela participando de livre vontade e com total conhecimento do seu regulamento e obrigações daí decorrentes, responsabilizando-me pela minha participação e não imputando responsabilidades a pessoas, empresas ou entidades, envolvidas direta ou indiretamente na organização ou promoção do evento, por quaisquer danos pessoais ou materiais que venha a sofrer no decorrer da minha participação.

Dou também a minha autorização para que a entidade organizadora ou promotora do evento utilize o nome e a imagem, do meu educando, em fotos, vídeos ou outros meios de transmissão de imagens.

**DATA:** 04 de Agosto de 2024

**ASSINATURA DO(A) ATLETA:** \_\_\_\_\_

**ASSINATURA DO(A) RESPONSÁVEL:** \_\_\_\_\_

## TERMO DE RESPONSABILIDADE (Coletivo)

