



# Campeonato Nacional de Salvamento Aquático Desportivo

## Albufeira 2011



## Regulamento

## Índice

Disposições Gerais .....	3
1. Introdução .....	3
2. Calendário .....	3
3. Participação.....	4
4. Inscrições .....	4
4.1 Processo de Inscrição.....	4
4.2 Taxas de Inscrição.....	5
4.3 Condicionantes de Inscrição.....	5
4.4 Datas Limite de Inscrição.....	5
5. Lista de Participantes .....	6
6. Alojamentos/Restauração .....	6
7. Programas e Resultados .....	6
8. Horário dos Campeonatos.....	7
9. Equipamentos.....	7
10. Local da Competição.....	7
11. Arbitragem.....	7
12. Jurí da Competição .....	7
13. Eliminatórias e Finais .....	8
14. Pontuação e Entrega de Prémios.....	8
15. Empates .....	9
16. Casos Omissos .....	9
Provas .....	10
CORRE – NADA – CORRE.....	11
SALVAMENTO COM CINTO DE SALVAMENTO .....	12
SALVAMENTO COM PRANCHA DE SALVAMENTO.....	16
BANDEIRAS NA PRAIA.....	18
ANEXO.....	22

# Disposições Gerais

## 1. Introdução

A organização será da responsabilidade da Federação Portuguesa de Nadadores Salvadores (FEPONS), com o apoio da Associação de Nadadores Salvadores de Albufeira e da Câmara Municipal de Albufeira. Este documento pretende regulamentar o Campeonato Nacional de Nadadores Salvadores a decorrer em Albufeira no dia 10 de Abril de 2011.

## 2. Calendário

Em baixo apresentamos o calendário do evento:

<b>ALBUFEIRA – 10 de ABRIL</b>		
<b>DATA</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>	
01 Março	Envio do convite e regulamento para Associações.	
14 Março	Abertura de inscrições	
30 Março	Data limite de inscrições	
04 Abril	Sorteio para os grupos das eliminatórias	
06 Abril	Confirmação das inscrições	
09 Abril	Curso de formação de árbitros de salvamento aquático desportivo.	
10 Abril	7:30 às 8:30	Aquecimento e Numeração de Atletas
	9:00 às 09:45	Corre Nada Corre
	10:00 às 10:55	Salvamento com Cinto de Salvamento
	11:05 às 11:55	Salvamento com Prancha de Salvamento
	12:05 às 13:00	Corrida ao Pé de Pato
	13:00 às 13:30	Entrega de Prémios
	<b>ALMOÇO CONVÍVIO</b>	

### **3. Participação**

A participação é reservada a nadadores salvadores com o seu curso creditado pelo Instituto de Socorros a Náufragos (ISN), válido (comprovado mediante documentação), que já tenha exercido as funções (comprovado por declaração da respectiva Associação de Nadadores Salvadores) e que a sua Associação de Nadadores Salvadores esteja filiada na Federação Portuguesa de Nadadores Salvadores (FEPONS) ou convidada por esta. As Associações de Nadadores Salvadores não federadas, convidadas a participar, competirão Extra-Prova, com uma taxa de inscrição diferente, sem direito a classificação e prémios individuais ou colectivos.

Aos nadadores salvadores não nacionais é permitida a participação nas competições, no regime de extra-competição, sendo oficializados os tempos mas não as classificações.

### **4. Inscrições**

#### **4.1 Processo de Inscrição**

As inscrições devem ser realizadas em fichas onomásticas definidas pela FEPONS (Anexo 1), e deverão ser enviadas por correio electrónico para [fepons@hotmail.com](mailto:fepons@hotmail.com).

As Associações podem recorrer às fichas onomásticas em [www.fepons.org](http://www.fepons.org).

A ficha onomástica tem de estar devidamente identificada com o nome da Associação.

Do processo de inscrição terá de constar:

- Ficha onomástica preenchida:
  - Dos nadadores: Nome, ano de nascimento, género, provas e respectivos tempos de inscrição;
  - Nome(s) do(s) Treinador(es) e do(s) Delegado(s).
- Documento comprovativo do curso válido de Nadador Salvador.

Albufeira 2011

- Documento comprovativo de que o Nadador Salvador tenha exercido funções (A declaração pode ser conjunta para vários atletas);
- Comprovativo de pagamento das inscrições.

Se uma Associação se apresentar com um Delegado diferente do designado no acto da inscrição, o mesmo terá que se apresentar junto do secretariado da FEPONS.

Não existe limitação de nadadores salvadores por prova, mas cada nadador apenas pode participar em duas provas.

Todos os atletas serão numerados no braço direito e coxa esquerda com o seu número de inscrição, antes do campeonato. Todos os Nadadores Salvadores poderão utilizar toucas de competição e óculos em todas as provas.

## **4.2 Taxas de Inscrição**

A taxa de inscrição para o campeonato nacional é de:

- Associações Federadas: 1,50€ por prova individual;
- Associações Convidadas: 3,00€ por prova individual.

NIB FEPONS: 0045 5170 4023 2411 4052 3.

## **4.3 Condicionantes de Inscrição**

Todas as inscrições ficarão condicionadas à recepção do respectivo processo, para o endereço [fepons@hotmail.com](mailto:fepons@hotmail.com) ou fax número 243618565, dentro da data limite de inscrição.

## **4.4 Data Limite de Inscrição**

A data limite para a inscrição será dia 30 de Março de 2011. Se a mesma não for respeitada, implica a não-aceitação da inscrição.

## **5. Lista de Participantes**

A lista de participantes em cada prova, bem como o respectivo tempo de inscrição, estarão disponíveis na página da FEPONS – [www.fepons.org](http://www.fepons.org) – 3 dias antes do início da competição.

As Associações que detectem qualquer erro na lista de participantes, ou que desejem realizar desistências, deverão contactar, por escrito (fax número 243618565 ou correio electrónico: [fepons@hotmail.com](mailto:fepons@hotmail.com)), com a FEPONS.

Estas correcções ou desistências deverão ser comunicadas até 48 horas antes do início da competição. Terminado este prazo, não serão realizadas quaisquer alterações ao programa de provas.

## **6. Alojamentos/Restauração**

Consultar: <http://www.cm-albufeira.pt>, sendo da responsabilidade de cada Associação de Nadadores Salvadores.

## **7. Programas e Resultados**

Cada Associação terá direito a receber os programas de prova de acordo com a seguinte norma:

- de 1 a 5 nadadores salvadores inscritos (um caderno de prova);
- de 6 a 10 nadadores salvadores inscritos (dois cadernos de prova);
- com mais de 11 nadadores salvadores inscritos (três cadernos de prova).

Os resultados serão fornecidos por via electrónica, às Associações que solicitarem. Paralelamente estarão disponíveis na página da FEPONS – [www.fepons.org](http://www.fepons.org)

## **8. Horário dos Campeonatos**

Os horários das provas poderão, por motivos vários, sofrer alterações. A FEPONS informará antecipadamente todas as Associações relativamente aos horários definitivos.

## **9. Equipamentos**

Todas as Associações presentes deverão levar para os campeonatos: 1 cinto de salvamento e 1 prancha de salvamento (Apenas será permitido material oficial do ISN sem alterações).

As barbatanas / pés de pato são equipamento individual que cada nadador salvador deverá possuir na competição. Estas podem ter no máximo 65cm de comprimento, incluindo o sapato e calcanhar, e 30cm de largura máxima. As barbatanas serão medidas na câmara de chamada a cada prova, sem estarem colocadas, cada vez que o nadador salvador as use.

## **10. Local da Competição**

As competições decorrerão na Praia dos Pescadores, em Albufeira.

## **11. Arbitragem**

A arbitragem ficará a cargo da FEPONS, através de um grupo de árbitros, constituído por 1 elemento de cada Associação de Nadadores Salvadores participante. Será responsabilidade das Associações enunciar no momento da inscrição o seu respectivo elemento. Este têm de estar presente no dia anterior à competição para efeitos de formação, em horário a definir.

## **12. Jurí da Competição**

Protestos e outras situações inerentes à competição serão sujeitos à avaliação e deliberação do Jurí da competição que será composto por: Juiz Árbitro da

Albufeira 2011

Competição, Director da Competição e por um membro do Departamento Técnico da FEPONS.

### **13. Eliminatórias e Finais**

A estrutura das provas será a seguinte:

1. Eliminatórias Femininas;
2. Eliminatórias Masculinas;
3. Finais Femininas
4. Finais Masculinas

A prova “Corre Nada Corre” terá final directa, com participação do género masculino e feminino simultaneamente, mas com classificação diferenciada.

### **14. Pontuação e Entrega de Prémios**

A pontuação por prova será individual, segundo a tabela abaixo:

<b>Classificação</b>	<b>Pontos</b>
1º lugar	12 pontos
2º lugar	9 pontos
3º lugar	7 pontos
4º lugar	5 pontos
5º lugar	4 pontos
6º lugar	3 pontos
7º lugar	2 pontos
8º lugar	1 ponto

Em caso de desclassificação, a pontuação será de 0 pontos.

Os nadadores salvadores classificados nos 3 primeiros lugares de cada prova serão premiados com uma medalha.



Albufeira 2011

A Associação que conseguir mais pontos, ganhará o prémio “Rainha D. Amélia”.

Todas as Associações presentes nos campeonatos receberão um prémio de recordação.

## **15. Empates**

Caso exista um empate nas eliminatórias, que seja condicionante de acesso à final, estes nadadores/equipas terão que realizar um swim off, 30 minutos depois da sessão.

Nas finais se existir algum empate a classificação será atribuída a ambos os nadadores/equipas.

Caso exista empate na classificação colectiva os critérios de desempate são os seguintes e pela seguinte ordem:

1º Critério - Vence a equipa com maior número de atletas inscritos;

2º Critério - Vence a equipa com mais 1ºs lugares;

3º Critério – Vence a equipa com mais 2ºs lugares;

4º Critério – Vence a equipa com mais 3ºs lugares;

5º Critério – Vence a equipa com menos atletas desclassificados;

6º Critério – Vence a equipa com média de idades mais jovem.

## **16. Casos Omissos**

Serão julgados pela FEPONS.

## Provas

Todas as provas terão eliminatórias e finais, recomendando-se um número máximo de 8 nadadores salvadores por série nas eliminatórias e nas finais.

Todas as provas que tenham um máximo de 8 nadadores salvadores inscritos deverão realizar directamente a final.

As provas com mais de 8 nadadores salvadores inscritos deverão ser divididas em eliminatórias, de forma que restem apenas 8 nadadores salvadores ou duplas, para as finais. O critério para as finais será a classificação das eliminatórias e não o critério temporal.

As vítimas serão nadadores salvadores que participem na competição.

Os grupos para as eliminatórias serão realizados em sorteio pelo Comité Técnico da FEPONS.

Todos os nadadores salvadores poderão utilizar tanga/fato de banho durante as competições. Caso a água esteja com temperatura inferior a 16º, pode-se utilizar fato térmico.

Toda e qualquer prova terá apenas uma partida.

**Será desclassificado**, qualquer nadador salvador que faça uma falsa partida, que não cumpra o percurso estabelecido, que não cumpra as regras estabelecidas ou que tenha um comportamento anti-desportivo. O juiz árbitro deverá apresentar a razão da desclassificação, na apresentação de resultados.

## CORRE – NADA – CORRE

### Descrição da prova

Depois da partida, os nadadores correm pelo percurso estabelecido e entram na água para nadar ao redor das bóias, depois retornam à praia para correr novamente o percurso estabelecido, antes de atravessar a linha de chegada.

### O Percurso

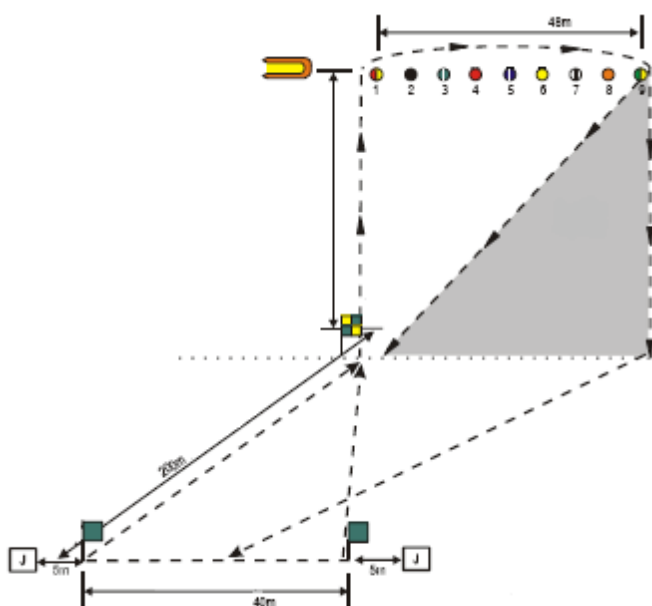
Como podem observar pelo esquema em baixo, no percurso os nadadores correm aproximadamente 200 metros, nadam aproximadamente 300 metros e correm novamente 200m até à linha de chegada.

### Arbitragem

Os nadadores devem finalizar a prova sobre os seus pés e numa posição vertical e a chegada é decidida pelo primeiro peito a passar a linha de chegada. A arbitragem tem de controlar o desenrolar do evento e determinar as posições de chegada.

### Desclassificações

- a) Falhar o percurso estabelecido e descrito.



## **SALVAMENTO COM CINTO DE SALVAMENTO**

### **Descrição da prova**

Quatro nadadores de cada Associação participam nesta prova: uma “vítima”, um nadador com cinto de salvamento e dois resgatadores. Ao sinal sonoro a vítima nada 120 metros até uma bóia pré-estabelecida e espera ser resgatado pelo nadador com o cinto de salvamento. Ao chegar á areia, os resgatadores entram imediatamente na água para assistir a vítima. A prova termina quando o primeiro resgatador em contacto com a vítima atravessar a linha de chegada.

### **Partida**

Os quatro competidores têm de estar atrás da linha de chegada. O nadador com o cinto de salvamento só tem o cinto de salvamento e as barbatanas nas suas mãos ou coloca-os no chão na linha de partida.

Ao sinal de partida, a vítima entra na água e nada até tocar na sua bóia, quando tocar levanta o braço numa posição vertical e mantém a outra mão a agarrar a bóia. A vítima aguarda pelo nadador do lado oposto à praia.

Caso as vítimas não estejam agarradas à bóia ou se tenham enganado na sua bóia, devem ser desclassificados.

### **Nadador com Cinto de Salvamento**

Ao sinal de partida da vítima, o nadador com o cinto de salvamento parte da linha de partida, coloca o equipamento à sua descrição e nada passando pelo lado esquerdo (visto da praia) da sua bóia, que designa a sua vítima, que espera do lado oposto da praia agarrado à bóia. O nadador coloca o cinto de salvamento correctamente em redor do corpo da vítima, debaixo de ambos os braços e aperta o mosquetão. A vítima poderá ajudar a segurar e encaixar o mosquetão. Com a vítima segura no cinto de salvamento, os nadadores continuam a contornar a bóia e reboca a vítima até à praia.

## **Resgatadores**

Depois do nadador com o cinto de salvamento colocar os pés no chão, os resgatadores podem partir da linha de partida e entrar na água para assistir o nadador do cinto de salvamento a trazer a vítima para a praia.

A vítima tem de ser arrastada ou transportada até à chegada.

## **Chegada**

É decidida sobre o peito do primeiro membro da equipa que cruzar a linha de chegada, sobre os seus pés e numa posição vertical, estando em contacto com a vítima (o nadador do cinto de salvamento não necessita de estar adjuvado).

## **Notas**

- Na partida, os nadadores com o cinto de salvamento podem colocar o cinto de salvamento e as barbatanas na areia na linha de partida ou pode segurar o seu equipamento. A correia do cinto de salvamento pode estar posta;
- Os cintos de salvamento devem ser utilizados cruzados sobre um ombro. O cinto deve ir atrás do nadador com a corda completamente estendida;
- A vítima pode assistir o nadador com o cinto de salvamento a segurar o cinto. Pode encaixar o mosquetão do cinto de salvamento, mas este procedimento terá de ser atrás da bóia;
- Os resgatadores devem transportar a vítima com o cinto colocado em redor da vítima, debaixo de ambos os braços e enganchado, com a corda em completa extensão;
- A vítima não deve ser transportada sobre o estômago;
- Durante o reboque, a vítima pode assistir com braçadas debaixo da superfície da água, mas não pode haver nenhuma recuperação dos braços fora de água;
- Em nenhum momento a vítima pode caminhar ou correr;
- Unicamente o nadador com o cinto de salvamento pode utilizar barbatanas. Os resgatadores não podem utilizar nenhum material auxiliar.

## **Percurso**

Como demonstrado no esquema em baixo, o percurso deve ser de aproximadamente 240 metros. Para assegurar partidas e chegadas justas, o alinhamento da linha de partidas e chegadas com as bóias, pode ser alterado segundo indicações do juiz árbitro, dependendo das condições do mar.

## **Linha de partida/chegada**

Uma corda colorada deve estar esticada entre duas bandeiras e com aparentemente 48 metros, na linha da água. O alinhamento da linha de partida com as bóias pode ser alterado por indicação do juiz árbitro, dependendo das condições do mar. A linha de partida também será a linha de chegada.

## **Equipamento**

### **Cinto de salvamento e barbatanas**

Os competidores têm de utilizar os cintos cedidos pela organização. As barbatanas têm de cumprir com as características estipuladas.

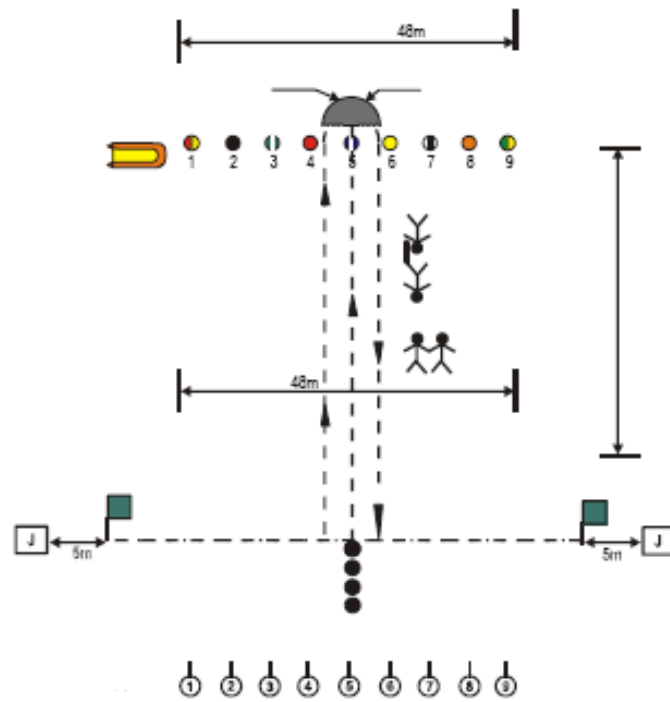
## **Arbitragem**

Os árbitros de chegada devem estar posicionados no extremo da linha a pelo menos 5 metros das bandeiras. Um árbitro para o percurso deve estar posicionado num barco na linha das bóias.

Infracções registadas durante a prova por um qualquer árbitro devem ser reportadas ao juiz árbitro para adjudicar a infracção. Qualquer infracção identificada pelo árbitro do barco deve ser imediatamente direccionada ao juiz árbitro, para este tomar os devidos procedimentos.

## **Desclassificações**

- a) Falhar ou não completar o percurso como definido e descrito.



## **SALVAMENTO COM PRANCHA DE SALVAMENTO**

### **Descrição da prova**

Nesta prova, um membro da equipa nada aproximadamente 120 metros até uma bóia designada e espera ser recolhido pelo segundo membro sobre a prancha de salvamento. Ambos remam até à praia e cruzam a linha de chegada agarrados à prancha de salvamento.

Os nadadores que partam de posição incorrecta e que abordem a bóia incorrecta devem ser desclassificados.

### **Primeiro competidor**

Ao sinal de partida a vítima entra na água e nada para colocar o antebraço sobre a bóia e elevar o outro antebraço na posição vertical, mantendo contacto com a bóia. A vítima aguarda do lado oposto da praia agarrado à bóia. O árbitro pode confirmar se a vítima se está a agarrar à bóia.

### **Segundo competidor**

Ao sinal de chegada da vítima, o resgatador parte com a prancha de salvamento, entrando na água e remando até à vítima, abordando-a do lado oposto à praia. A tábua deve rodear a prancha antes de rebocar a vítima.

As vítimas podem colocar-se na parte da frente ou de trás da prancha, podendo auxiliar a remar até à praia.

A chegada é decidida pelo peito do primeiro competidor a cruzar a linha de chegada, sobre os seus pés numa posição vertical e com ambos os resgatadores em contacto com a prancha.

Aos competidores não é permitido interferir na progressão deliberada dos outros concorrentes.

### **Percurso**

O percurso deve ser como o demonstrado no esquema em baixo.

As pranchas devem ser deslocadas em redor das bóias.

## Equipamento

### Pranchas

Devem ser as utilizadas as pranchas cedidas pela organização.

### Arbitragem

A arbitragem deve estar posicionada de forma a controlar o desenrolar do acontecimento e para determinar o lugar de chegada dos competidores.

### Desclassificações

O seguinte comportamento deve resultar em desclassificação:

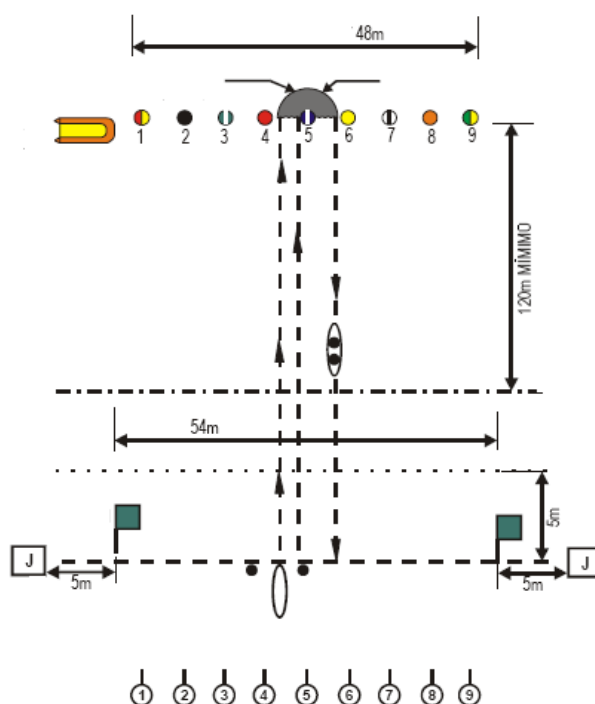
- a) Falhar ou não completar o percurso definido e descrito.

### Controlo da vítima

Os resgatadores podem perder o contacto com a prancha na viagem de retorno, mas ambos têm de estar em contacto com a prancha quando cruzarem a linha de chegada.

### Abordagem da vítima

A vítima tem de entrar em contacto com a bóia do lado oposto à praia.



## **BANDEIRAS NA PRAIA**

### **Descrição da prova**

Partindo de uma posição deitados na praia, os competidores levantam-se, girando e correm para apanhar um bastão (bandeira da praia), que está enterrada numa posição erecta a aproximadamente 20 metros da partida. Devido ao facto de existirem sempre menos bastões do que competidores, aqueles que não conseguem apanhar o bastão são eliminados.

### **Posição de partida**

Os competidores assumem as posições designadas a cerca de 1,5 metro da linha de partida.

Os competidores deitam-se de barriga para baixo, com os dedos dos pés sobre a linha de partida, com os tornozelos juntos, uma mão sobre a outra, com as pontas dos dedos nas mãos e com a cabeça levantada. Os cotovelos devem estar em extensão, de forma que o peito esteja sobre a areia. A linha de média do corpo deve formar um ângulo de 90 graus com a linha de partida. Agarrar ou escavar a areia com as mãos ou com os pés não é permitido.

### **Partida**

Antes da partida, um árbitro deve:

- a) Colocar os competidores em ordem como sorteado;
- b) Acompanhar os competidores à área de partida para assegurar que estão colocados na ordem correcta.

O juiz árbitro deve:

- a) Confirmar que todos os árbitros e equipamentos estão na posição correcta;
- b) Assinalar o início de cada corrida com um apito longo a indicar que os competidores devem posicionar-se na sua posição;
- c) Dar sinal ao juiz de partida que os competidores estão de acordo com as normas estabelecidas.

O juiz de partidas pode estar fora da vista dos competidores.

Albufeira 2011

Ao mando do juiz de partidas de “**Preparados**”, os competidores devem assumir a posição de partida como descrita.

Ao mando do juiz de partidas “**Cabeças baixas**”, os competidores – de uma só vez e sem demorar – devem colocar os seus queixos sobre as suas mãos.

- a) Depois de uma pausa estipulada e quando os competidores estiverem parados, o juiz de partida deve dar o sinal de partida com um apito;
- b) Ao sinal de partida, os competidores devem levantar-se sobre os seus pés e correr para apanhar um bastão.

### **Infracções na partida**

Os seguintes comportamentos são infracções na partida nas “Bandeiras na praia”:

- a) Falhar ou não cumprir com os mandos do juiz de partida dentro de um tempo aceitável;
- b) Levantar qualquer parte do corpo da areia, ou começar qualquer movimento de partida depois do mando “Cabeças baixas” e antes do sinal de partida.

Qualquer competidor que cometa uma infracção de partida deve ser eliminado. Se um competidor é desclassificado ou eliminado, os competidores e os bastões devem ser realinhados com novas posições.

### **Nota**

- Aos competidores não é permitido “impedir deliberadamente” o progresso de outro competidor (pode resultar em desclassificação);
- Aos competidores não é permitido agarrar mais do que um bastão.

### **Ordem de posicionamento**

Deve haver uma ordem preliminar de posicionamento e de ordem (sorteio) antes de cada ronda.

### **Número de competidores eliminados**

O juiz árbitro pode determinar o número de atletas eliminados em cada ronda.

## **Desempate**

Um desempate pode ser realizado se dois ou mais competidores agarram o bastão ao mesmo tempo e se os árbitros não conseguem determinar que o agarrou em primeiro – indeterminadamente quem tenha a posição por cima no bastão.

## **Percurso**

Como demonstrado no esquema em baixo, o percurso deve ser de aproximadamente 20 metros desde a linha de partida aos bastões, e o suficientemente amplo para que haja espaço de 1,5 metros entre cada um dos 8 competidores.

A linha de partida deve estar assinalada em cada extremo por postes com 2 metros de altura.

Os bastões devem estar posicionados numa linha paralela à linha de partida, e de forma que a “linha perpendicular” entre os competidores esteja alinhada com os bastões.

## **Equipamentos**

### **Bastões**

Os bastões devem ser feitos de um material flexível (por exemplo: mangueira flexível) com um máximo de 30 cm e um mínimo de 28 cm, com um diâmetro aproximado de 25mm (+/-1mm). Os bastões devem ser coloridos para permitir fácil detecção.

### **Arbitragem**

O juiz árbitro deve estar posicionado de forma a ter uma visão geral.

O juiz de partida deve estar colocado em qualquer um dos extremos da linha de partida, para observar qualquer infracção na partida. Os árbitros de percurso devem estar posicionados em ambos os lados do percurso para observar as infracções.

Os juízes de chegada devem estar posicionados uns poucos metros atrás da linha dos bastões.

### Impedir Progressão Deliberadamente

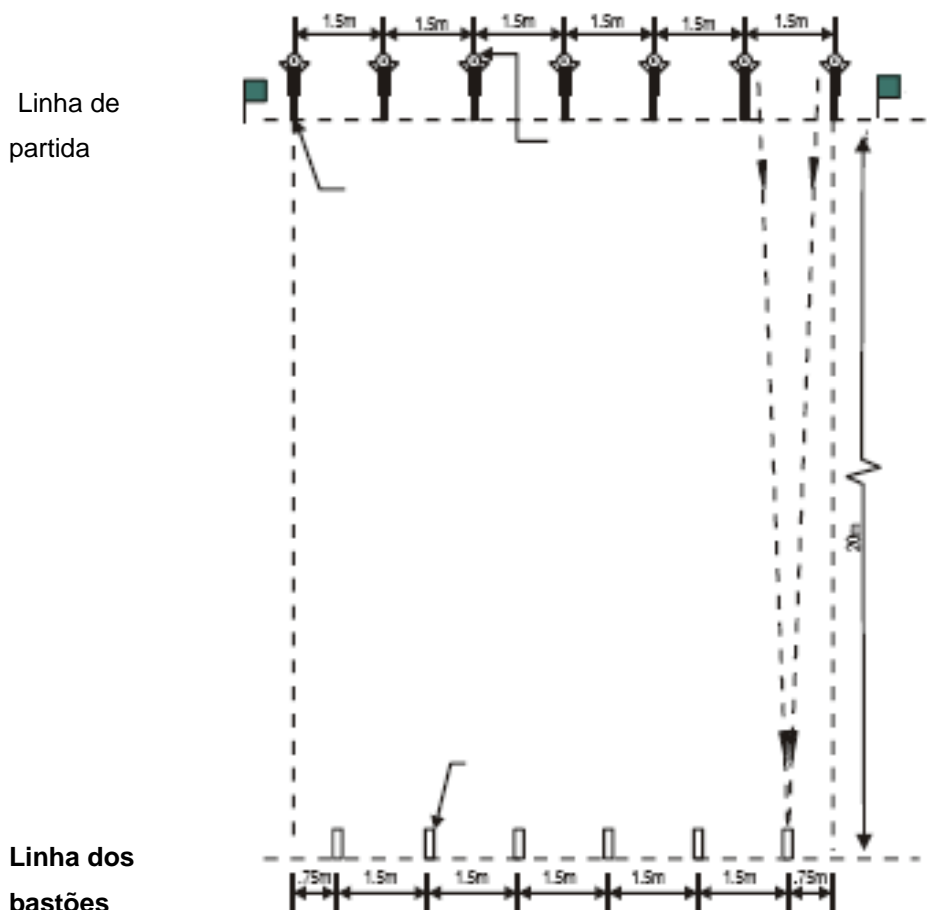
Qualquer competidor que impeça o outro competidor de progredir deve ser desclassificado. Entende-se por “impedir deliberadamente”: uso deliberado das mãos, pés ou pernas, para impedir a progressão do outro competidor.

Um competidor pode utilizar outras formas de usar o seu corpo para ganhar posição para agarrar a bandeira. Um competidor pode colocar um ombro ou o seu corpo à frente do oponente, mas não poderá utilizar as mãos, pés ou pernas para permanecer nessa posição.

Se um competidor consegue legalmente ganhar a posição da frente e mantém uma acção normal de corrida, o competidor que segue atrás é obrigado a correr em redor do oponente.

Um competidor pode cruzar-se em frente de um competidor mais lento.

Se dois ou mais competidores são culpados de falta deliberada, o competidor que primeiro utilizou as mãos, pés ou pernas será desclassificado.



# ANEXO

