

21ª PROVA DE MAR BAÍA de SINES - 2025

REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO:

CLUBE DE NATAÇÃO DO LITORAL ALENTEJANO



APOIOS:

CÂMARA MUNICIPAL DE SINES



JUNTA DE FREGUESIA DE SINES



ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO ALENTEJO



SINES, 7 DE JUNHO DE 2025 – 10:00

BAÍA DE SINES



Visite-nos em www.facebook.com/cnla2001

21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

I – LOCAL E DATA DE REALIZAÇÃO DA PROVA

Data: Sábado– 7 de Junho de 2025

Local: Praia Vasco da Gama – Baía de Sines

Coordenadas GPS: 37°57'12.25"N 8°51'54.07"W

Horário do Secretariado: 08h30 – 10h15

Briefing Final da Prova de 400m (Divulgação): 09h45

Partida da Prova de 400m (Divulgação): 10h00

Briefing Final da Prova de 1000m (Divulgação): 10h15

Partida da Prova de 1.000m (Divulgação): 10h30

Briefing Final da Prova de 3000m:11h00

Partida da Prova de 3000m:11h15

II – ORGANIZAÇÃO DA PROVA, APOIOS E RESPONSABILIDADES

1. A Organização da 21ª Prova de Mar – Baía de Sines 2025 é da responsabilidade do CNLA – Clube de Natação do Litoral Alentejano, com sede social em: Estrada da Costa do Norte, Nº 38 F, 7520-134 Sines. Contactos da Organização: Telefone/Fax: 269 862 279; e-mail: cnla2001@gmail.com e www.facebook.com/cnla2001;
2. A arbitragem estará a cargo do Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Natação do Alentejo;
3. A Prova conta com os apoios das seguintes entidades: CMS – Câmara Municipal de Sines, JFS – Junta de Freguesia de Sines, ANALEN – Associação de Natação do Alentejo. A Organização conta ainda com a colaboração, entre outros, da Associação de Bombeiros Voluntários de Sines, Administração do Porto de Sines, Capitania do Porto de Sines, Clube Náutico de Sines, Resgate – Associação de Nadadores-Salvadores do Litoral Alentejano. A Organização disponibilizará embarcações de escolta e segurança em quantidade ajustada ao número de atletas inscritos;
4. A Organização efetuará um seguro de grupo nominal e colocará ao dispor meios marítimos e terrestres para acompanhamento das Provas. No entanto, cabe a cada Participante (ou seu representante legal) e Clube a responsabilidade de avaliação sobre as condições físicas e técnicas para a realização das Provas. A organização não se responsabiliza por qualquer acidente ou danos causados no decorrer da prova e por causas estranhas à organização;
5. A organização reserva-se ao direito de impedir a participação nas provas, ou recolher durante o seu decurso, os participantes que não apresentem condições técnicas e / ou físicas para a terminarem em segurança;
6. Existirá uma ambulância no local, com o respetivo pessoal médico ou paramédico, para eventual assistência aos atletas.



21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

III – PROVAS E IDADE MÍNIMA

1. Prova de Divulgação: 400m e 1000m.

Participação:

Consultar o Regulamento Específico das Provas de Divulgação no Anexo I (400m) e Anexo II (1000m) a este Regulamento.

2. Prova Oficial: 3000m – Prova pontuável para o 18º Circuito Nacional de Águas Abertas 2025.

Participação:

- Poderão participar nestas provas, todos os Nadadores possuidores de licença FPN de Águas Abertas ou Master de Águas Abertas, nascidos em 2011 e mais velhas (femininos) e 2010 e mais velhos (masculinos);
- Poderão ainda participar nadadores filiados junto de outras federações internacionais reconhecidas pela FINA.
- Dado o protocolo entre a FPN e a FTP, poderão participar atletas federados de Triatlo;

3. Premiação

- Para efeitos de premiação, será concedida pela seguinte tabela de categorias.

Agrupamento Categorias	Anos nascimento
AA15 Masculino/ AA14/15 Feminino	2010 (M) e 2010-2011 (F)
AA16/17	2008-2009 (M) e 2008-2009 (F)
AA18/19	2006-2007 (M); 2006-2007 (F)
AA20+	2005 e + velhos (M); 2005 e + velhos (F)
Masters A/B	2000 – 1991 (M/F)
Masters C/D	1990 – 1981(M/F)
Masters E/F	1980 – 1971 (M/F)
Masters G/H	1970 – 1961 (M/F)
Masters I/J	1960 – 1951 (M/F)
Masters K/L/M	1950 e anteriores

21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

4. Percurso

- Esta prova disputar-se-á num percurso triangular, com uma extensão de 1000m. Os nadadores deverão completar 3 voltas para cumprir a distância de 3000m.
- O percurso será realizado no sentido contrário dos ponteiros do relógio, ficando as bóias de contorno obrigatório à esquerda dos nadadores. Apenas a bóia de partida, será contornada, ficando à direita dos nadadores. Estas bóias terão obrigatoriamente que ser contornadas de acordo com o indicado, sob pena de desclassificação.
- Os percursos apresentados poderão ser alterados no dia da prova por motivos de segurança, más condições atmosféricas, ou outros.



IV – DISPOSIÇÕES GERAIS

1. Os atletas só podem participar mediante a apresentação de um Termo de Responsabilidade (em anexo a este Regulamento – última página);
2. É permitido o uso de fato isotérmico mediante a temperatura da água, mas não de quaisquer meios auxiliares de propulsão, flutuação ou respiração.;

21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

3. Para as provas com a temperatura da água igual a 20°C ou superior 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 a 18°C ou superior, e abaixo dos 20°C, o fato isotérmico é opcional.
4. A) **É obrigatório quando a água se encontra a menos de 18°C, não inclusive.**
4. B) A propósito destas regras, os fatos isotérmicos são fatos que produzam isolamento térmico. Os fatos isotérmicos, tanto para homem e mulher, têm de cobrir o Tronco, Costas, Ombros e Joelhos. Mas não se podem estender para além do pescoço, dos tornozelos e pulsos.
4. C) Estas regras também são aplicadas aos nadadores da categoria de Masters.
5. O uso de touca é obrigatório;
6. Os atletas serão marcados com o respetivo número nas costas, ombros e mãos, de acordo com o Regulamento da FINA;
7. O Atleta que utilizar quer o apoio de embarcações, dos elementos que limitam e identificação o percurso (bóias de sinalização, cordas ou outros) e outros elementos exteriores, será desclassificado;
8. O Atleta que não efetuar todo o percurso determinado pela Organização será desclassificado;
9. Será motivo de desclassificação se o Atleta incorrer em qualquer ato de indisciplina, antes, durante e após a Prova;
10. As bóias sinalizadoras do percurso das provas terão de ser contornadas segundo indicações dadas pela organização no briefing e mapa do percurso disponibilizado no dia e no local da prova;
11. Todos os Atletas federados devem ser portadores do cartão de licença federativa e bilhete de identidade/cartão de cidadão;
12. As provas serão assistidas por entidades oficiais reconhecidas e por elementos ligados à organização;
13. O nadador poderá ser fotografado e filmado durante o evento, podendo essas imagens ser divulgadas publicamente ou utilizadas pela organização e/ou pela Federação Portuguesa de Natação para fins promocionais.
14. É da responsabilidade do atleta, entregar no final da prova, o chip. Caso não entregue, ou o entregue danificado (de forma não accidental), terá de pagar 60€.

21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

V – PRAZOS E MODOS DE INSCRIÇÃO

1. O **prazo promocional** de inscrições decorrerá até dia **27 de Maio 2025**;
2. O **prazo normal** de inscrições decorrerá até dia **2 de Junho de 2025**;
3. Após o prazo normal, admitem-se inscrições chamadas de **“última hora”** e que poderão efetuar-se até dia **5 de Junho de 2025**;
4. As inscrições deverão ser efetuadas no site : <https://multicrono.com/aa/sines> ;

V – CUSTO DA INSCRIÇÃO E PAGAMENTO

1. O custo da inscrição por Atleta participante individual, no **prazo promocional** de inscrição, é de:
 - a. 16,00 € sem almoço incluído,
 - b. 18,00 € com almoço incluído
2. O custo da inscrição por Atleta participante individual, no **prazo normal** de inscrição, é de:
 - a. 18,00 € sem almoço incluído,
 - b. 20,00 € com almoço incluído,
3. As equipas que apresentarem **8 (oito) ou mais atletas pagam apenas por cada inscrição**:
 - a. 14,00 € sem almoço,
 - b. 16,00 € com almoço incluído;
4. **Os atletas integrantes do XVIII Circuito Nacional, tem um desconto de 25% sobre o valor individual de inscrição, até ao dia 2 de junho. Após essa data, não haverá desconto;**
5. **Não haverá acumulação de descontos;**
6. O custo da inscrição de **“última hora” é 25 €, com almoço incluído;**
7. Após a inscrição online, receberá os dados e referencia para proceder ao pagamento da mesma;

NOTA: Almoço para acompanhantes terá um custo de **12,00€**.

As inscrições enviadas só serão consideradas válidas desde que tenha dado entrada o respetivo pagamento.

VI – CATEGORIAS E CLASSIFICAÇÕES

1. Para a determinação da ordem de chegada será considerada qualquer parte do corpo que passe pelo pano de meta;
2. Serão elaboradas as seguintes classificações:
 - a. Absoluta Individual;
 - b. Absoluta Feminina;
 - c. Absoluta Masculina;
 - d. Categorias (conforme quadro constante em III, 2.)
 - e. Equipas



21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

- i. Para a classificação por Equipas serão contabilizados os cinco (5) primeiros atletas classificados de cada clube na classificação Absoluta, independentemente do género;
 - ii. Pontuação: 1º classificado absoluto – um (1) ponto, 2º classificado – dois (2) pontos e assim sucessivamente. A equipa vencedora é a que obtiver o menor número de pontos;
 - iii. Não são consideradas, para efeitos de classificação, Equipas com menos de cinco (5) Atletas.
3. No final da prova a organização tentará ter disponível o conjunto de classificações relativas aos Federados - Natação Pura e Masters - conforme normativo da FPN. Se tal não for possível no dia e local da prova, será disponibilizada posteriormente no site <https://multicrono.com/aa/sines> e na página de Facebook do Clube Natação Litoral Alentejano;

VII – HORÁRIOS

1. No dia e local da Prova, o Secretariado iniciará os trabalhos às 08:30h.
2. Os Atletas participantes devem confirmar a sua inscrição, junto do secretariado, até uma hora antes do início da Prova;
3. A identificação dos Atletas será iniciada às 09:00h;
4. A concentração dos Atletas participantes na prova de 3000m será às 11h junto à zona de partida / chegada. Nesta concentração, elementos da Organização darão indicações sobre o percurso a realizar e demais condições da partida e da chegada;

VIII - PRÉMIOS

1. Prémios monetários conforme a seguinte tabela:

Categoria	1º	2º	3º
Absoluto Feminino	100€	50€	25€
Absoluto Masculino	100€	50€	25€
Classificação Coletiva(3000m)	200€		

2. Os prémios não pecuniários terão a seguinte atribuição:

	1º	2º	3º
Absoluto Feminino	Taça	Taça	Taça
Absoluto Masculino	Taça	Taça	Taça
Classificação Coletiva (3000m)	Taça	Taça	Taça



21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

Categorias (conforme II, 3.)	Medalha	Medalha	Medalha
------------------------------	---------	---------	---------

IX – PROTESTOS

1. Será, no âmbito da presente Prova, constituída uma Comissão de Apelo composta por 3 (três) membros da Organização, 1 (um) membro da Autarquia de Sines, 1 (um) membro da Arbitragem presente e 1 (um) representante da ANALEN.
2. A esta Comissão devem ser dirigidos os protestos, por escrito, sempre antes da cerimónia de distribuição de prémios, em impresso disponibilizado pela Organização e acompanhado de uma caução de 50 €.
3. O Júri de Apelo reunirá e deliberará de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso.

X - NORMAS

Casos omissos no presente regulamento serão apreciados e resolvidos pela Organização da Prova e Comissão de Apelo e à luz do presente regulamento.

XI - NOTAS

A Organização apresentará um Manual de Procedimentos/ Plano de Contingência após parecer da autoridade da Saúde.

XII - ANEXOS

1. Anexo I – Prova de Divulgação – 400m / Regulamento Específico;
2. Anexo II – Prova de Divulgação – 1000m / Regulamento Específico



21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

Termo de Responsabilidade

Reconheço que participar em eventos desportivos desta natureza pode ser potencialmente perigoso e estou ciente de que poderão ocorrer acidentes. Declaro ser possuidor de condição física necessária à participação e conclusão da prova em que me inscrevi, 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 e a Federação Portuguesa de Natação utilizem o meu nome e a minha imagem em fotos, vídeos ou outros meios de transmissão de imagens

O próprio (se maior de idade):

Nome: _____ Data: ____ / ____ / ____

Assinatura: _____

O(a) progenitor(a) / tutor(a) legal (se menor de idade):

Nome: _____ Data: ____ / ____ / ____

Assinatura: _____

ANEXO I

21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025
REGULAMENTO

PROVA de DIVULGAÇÃO

400 metros

Regulamento Específico



21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

I – PROVAS E IDADE MÍNIMA

Prova de Divulgação: 400m

Participação:

Na prova de 400m poderão participar todos os populares nascidos em 2013 e mais velhos.

Percurso:

- Este percurso disputar-se-á com uma forma linear, com uma extensão de 400m;
- A Bóia da Meta será contornada pela esquerda.
- Os percursos apresentados poderão ser alterados no dia da prova por motivos de segurança, más condições atmosféricas ou outros.



II – DISPOSIÇÕES GERAIS

1. Os atletas só podem participar mediante a apresentação de um Termo de Responsabilidade (em anexo a este Regulamento – última página);
2. É permitido o uso de fato isotérmico mediante a temperatura da água, mas não de quaisquer meios auxiliares de propulsão, flutuação ou respiração.;

21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

3. Para as provas com a temperatura da água igual a 20°C ou superior 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 a 18°C ou superior, e abaixo dos 20°C, o fato isotérmico é opcional.

3.A) É aconselhável, quando a água se encontra a menos de 18°C, não inclusive.

3.B) A propósito destas regras, os fatos isotérmicos são fatos que produzam isolamento térmico. Os fatos isotérmicos, tanto para homem e mulher, têm de cobrir o Tronco, Costas, Ombros e Joelhos. Mas não se podem estender para além do pescoço, dos tornozelos e pulsos.

3.C) Estas regras também são aplicadas aos nadadores da categoria de Masters.;

4. O uso de touca é obrigatório;

5. Os atletas serão marcados com o respetivo número nas costas, ombros e mãos, de acordo com o Regulamento da FINA;

6. O Atleta que utilizar quer o apoio de embarcações, dos elementos que limitam e identificação o percurso (bóias de sinalização, cordas ou outros) e outros elementos exteriores, será desclassificado;

7. O Atleta que não efetuar todo o percurso determinado pela Organização será desclassificado;

8. Será motivo de desclassificação se o Atleta incorrer em qualquer ato de indisciplina, antes, durante e após a Prova;

9. As bóias sinalizadoras do percurso das provas terão que ser contornadas segundo indicações dadas pela organização no briefing e mapa do percurso disponibilizado no dia e no local da prova;

10. Todos os Atletas federados devem ser portadores do cartão de licença federativa e bilhete de identidade;

11. As provas serão assistidas por entidades oficiais reconhecidas e por elementos ligados à organização;

12. O nadador poderá ser fotografado e filmado durante o evento, podendo essas imagens ser divulgadas publicamente ou utilizadas pela organização e/ou pela Federação Portuguesa de Natação para fins promocionais.

13. É da responsabilidade do atleta, entregar no final da prova, o chip. Caso não entregue, ou o entregue danificado (de forma não acidental), terá de pagar 60€.

III – PRAZOS E MODOS DE INSCRIÇÃO

1. O **prazo normal** de inscrições decorrerá até dia **2 de Junho de 2025**;

2. Após o prazo normal, admitem-se inscrições chamadas de **“última hora”** e que poderão efetuar-se até dia **5 de Junho de 2025**;



21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

3. As inscrições deverão ser efetuadas no site <https://multicrono.com/aa/sines> ;

IV – CUSTO DA INSCRIÇÃO E PAGAMENTO

1.O custo da inscrição por Atleta participante individual, no **prazo normal** de inscrição, é de:

- a) 6,00 € sem almoço,
- b) 12,00 € com almoço;

2.O custo da inscrição de **“última hora”** é **8,00 € (sem almoço)**;

3.Após a inscrição online, receberá os dados e referencia para proceder ao pagamento da mesma;

As inscrições enviadas só serão consideradas válidas desde que tenha dado entrada o respetivo pagamento.

V – CATEGORIAS E CLASSIFICAÇÕES

- 1. A prova de 400m disputa-se em Absolutos;
- 2. Para a determinação da ordem de chegada será considerada qualquer parte do corpo que passe pelo pano de meta;
- 3. Serão elaboradas as seguintes classificações:
 - a. Absoluta individual;
 - b. Absoluta feminina;
 - c. Absoluta masculina.

VI – PRÉMIOS

Categoria	1º	2º	3º
Absoluto Feminino	Medalh a	Medalh a	Medalh a
Absoluto Masculino	Medalh a	Medalh a	Medalh a

VI – HORÁRIOS

- 1. No dia e local da Prova, o Secretariado iniciará os trabalhos às 08:30h.
- 2. Os participantes devem confirmar a sua inscrição, junto do secretariado, até uma hora antes do início da sua Prova;
- 3. A identificação dos Nadadores será iniciada às 09:00h;



21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

4. A concentração dos Atletas participantes na prova de 400m será às 09h45m junto à zona de Partida. Nesta concentração, elementos da Organização darão indicações sobre o percurso a realizar e demais condições da partida e da chegada;
5. Início da Prova de Divulgação de 400m: 10h00

VII – PROTESTOS

4. Será, no âmbito da presente Prova, constituída um Comissão de Apelo composta por 3 (três) membros da Organização, 1 (um) membro da Autarquia de Sines, 1 (um) membro da Arbitragem presente e 1 (um) representante da ANALEN.
5. A esta Comissão devem ser dirigidos os protestos, por escrito, sempre antes da cerimónia de distribuição de prémios, em impresso disponibilizado pela Organização e acompanhado de uma caução de 50 €.
6. O Júri de Apelo reunirá e deliberará de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso.

VIII - NORMAS

Casos omissos no presente regulamento serão apreciados e resolvidos pela Organização da Prova e Comissão de Apelo e à luz do presente regulamento.

IX - NOTAS

A Organização apresentará um Manual de Procedimentos/ Plano de Contingência após parecer da autoridade da Saúde.

21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

Termo de Responsabilidade

Reconheço que participar em eventos desportivos desta natureza pode ser potencialmente perigoso e estou ciente de que poderão ocorrer acidentes. Declaro ser possuidor de condição física necessária à participação e conclusão da prova em que me inscrevi, 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 e a Federação Portuguesa de Natação utilizem o meu nome e a minha imagem em fotos, vídeos ou outros meios de transmissão de imagens

O próprio (se maior de idade):

Nome: _____ Data: ____ / ____ / ____

Assinatura: _____

O(a) progenitor(a) / tutor(a) legal (se menor de idade):

Nome: _____ Data: ____ / ____ / ____

Assinatura: _____

21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025
REGULAMENTO

ANEXO II

PROVA de DIVULGAÇÃO

1000 metros

Regulamento Específico



21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

I – PROVAS E IDADE MÍNIMA

Prova de Divulgação: 1000m

Participação:

Na prova de 1000m poderão participar todos os populares nascidos em 2013 e mais velhos;

Percurso:

- Esta prova disputar-se-á num percurso triangular, com uma extensão de 1.000m.
- O percurso será realizado no sentido contrário dos ponteiros do relógio, ficando as bóias de contorno obrigatório, à esquerda dos Nadadores.
- Apenas a Bóia da partida será contornada, ficando à direita dos nadadores.
- Estas bóias terão obrigatoriamente que ser contornadas de acordo com o indicado, sob pena de desclassificação.
- Os percursos apresentados poderão ser alterados no dia da prova por motivos de segurança, más condições atmosféricas ou outros.



21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

II – DISPOSIÇÕES GERAIS

1. Os atletas só podem participar mediante a apresentação de um Termo de Responsabilidade (em anexo a este Regulamento – última página);
2. É permitido o uso de fato isotérmico mediante a temperatura da água, mas não de quaisquer meios auxiliares de propulsão, flutuação ou respiração.;
3. Para as provas com a temperatura da água igual a 20°C ou superior 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 a 18°C ou superior, e abaixo dos 20°C, o fato isotérmico é opcional.
- 4.A) É aconselhável quando a água se encontra a menos de 18°C, não inclusive.
- 4.B) A propósito destas regras, os fatos isotérmicos são fatos que produzam isolamento térmico. Os fatos isotérmicos, tanto para homem e mulher, têm de cobrir o Tronco, Costas, Ombros e Joelhos. Mas não se podem estender para além do pescoço, dos tornozelos e pulsos.
- 4.C) Estas regras também são aplicadas aos nadadores da categoria de Masters.;
5. O uso de touca é obrigatório;
6. Os atletas serão marcados com o respetivo número nas costas, ombros e mãos, de acordo com o Regulamento da FINA;
7. O Atleta que utilizar quer o apoio de embarcações, dos elementos que limitam e identificação o percurso (bóias de sinalização, cordas ou outros) e outros elementos exteriores, será desclassificado;
8. O Atleta que não efetuar todo o percurso determinado pela Organização será desclassificado;
9. Será motivo de desclassificação se o Atleta incorrer em qualquer ato de indisciplina, antes, durante e após a Prova;
10. As bóias sinalizadoras do percurso das provas terão que ser contornadas segundo indicações dadas pela organização no briefing e mapa do percurso disponibilizado no dia e no local da prova;
11. Todos os Atletas federados devem ser portadores do cartão de licença federativa e bilhete de identidade;
12. As provas serão assistidas por entidades oficiais reconhecidas e por elementos ligados à organização;
13. O nadador poderá ser fotografado e filmado durante o evento, podendo essas imagens ser divulgadas publicamente ou utilizadas pela organização e/ou pela Federação Portuguesa de Natação para fins promocionais.
14. É da responsabilidade do atleta, entregar no final da prova, o chip. Caso não entregue, ou o entregue danificado (de forma não acidental), terá de pagar 60€.

21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

III – PRAZOS E MODOS DE INSCRIÇÃO

1. O **prazo normal** de inscrições decorrerá até dia **2 de Junho de 2025**
2. Após o prazo normal, admitem-se inscrições chamadas de **“última hora”** e que poderão efetuar-se até dia **5 de Junho de 2025**;
3. As inscrições deverão ser efetuadas no site da <https://multicrono.com/aa/sines> ;

IV – CUSTO DA INSCRIÇÃO E PAGAMENTO

1. O custo da inscrição por Atleta participante individual, no **prazo normal** de inscrição, é de
 - a) 12,00 € sem almoço
 - b) 16,00 € com almoço;
2. O custo da inscrição de **“última hora” é 14,00 € (sem almoço)**;
3. Após a inscrição online, receberá os dados e referencia para proceder ao pagamento da mesma;

As inscrições enviadas só serão consideradas válidas desde que tenha dado entrada o respetivo pagamento.

V – CATEGORIAS E CLASSIFICAÇÕES

1. A prova de 1000m disputa-se em Absolutos;
2. Para a determinação da ordem de chegada será considerada qualquer parte do corpo que passe pelo pano de meta;
3. Serão elaboradas as seguintes classificações:
 - a. Absoluta individual;
 - b. Absoluta feminina;
 - c. Absoluta masculina.

VI – PRÉMIOS

Categoria	1º	2º	3º
Absoluto Feminino	Troféu	Troféu	Troféu
Absoluto Masculino	Troféu	Troféu	Troféu



21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

VII – HORÁRIOS

1. No dia e local da Prova, o Secretariado iniciará os trabalhos às 08:30h.
2. Os participantes devem confirmar a sua inscrição, junto do secretariado, até uma hora antes do início da sua Prova;
3. A identificação dos Nadadores será iniciada às 09:00h;
4. A concentração dos Atletas participantes na prova de 1000m será às 10h15 junto à zona de Partida. Nesta concentração, elementos da Organização darão indicações sobre o percurso a realizar e demais condições da partida e da chegada;
5. Início da Prova de Divulgação de 1000m: 10h30

VII – PROTESTOS

7. Será, no âmbito da presente Prova, constituída um Comissão de Apelo composta por 3 (três) membros da Organização, 1 (um) membro do CNLA, 1 (um) membro da Arbitragem presente e 1 (um) representante da ANALEN.
8. A esta Comissão devem ser dirigidos os protestos, por escrito, sempre antes da cerimónia de distribuição de prémios, em impresso disponibilizado pela Organização e acompanhado de uma caução de 50 €.
9. O Júri de Apelo reunirá e deliberará de imediato, não sendo a sua decisão passível de recurso.

VIII - NORMAS

Casos omissos no presente regulamento serão apreciados e resolvidos pela Organização da Prova e Comissão de Apelo e à luz do presente regulamento.

IX - NOTAS

A Organização apresentará um Manual de Procedimentos/ Plano de Contingência após parecer da autoridade da Saúde

21ª PROVA DE MAR – BAÍA de SINES 2025

REGULAMENTO

Termo de Responsabilidade

Reconheço que participar em eventos desportivos desta natureza pode ser potencialmente perigoso e estou ciente de que poderão ocorrer acidentes. Declaro ser possuidor de condição física necessária à participação e conclusão da prova em que me inscrevi, 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 e a Federação Portuguesa de Natação utilizem o meu nome e a minha imagem em fotos, vídeos ou outros meios de transmissão de imagens

O próprio (se maior de idade):

Nome: _____ Data: ____ / ____ / ____

Assinatura: _____

O(a) progenitor(a) / tutor(a) legal (se menor de idade):

Nome: _____ Data: ____ / ____ / ____

Assinatura: _____