



Swim Party 10km

Regulamento & Logística 2025

1. Onde Tudo Começa

Esta é a segunda edição do Swim Party 10km, onde vamos nadar da Praia do Carvalho até à Praia dos Caneiros, em Lagoa - Algarve.

Esta é uma competição de natação na disciplina de Águas Abertas (AA), com uma prova de 10km, que pode ser nadada individualmente ou em equipa de estafeta de três pessoas, partilhando a distância de: 2,5 km, 1,8 km, 5,7 km.

Esta prova de superação é no dia 6 de Setembro de 2025 (sábado), ao longo da costa do Carvoeiro, no município de Lagoa, Algarve - Portugal.



2. Organização

A Swim Party 10km é da responsabilidade de [Mariana Santos](#), Fundadora da Associação Cultural e Desportiva [ANIMAME Algarve](#), em conjunto com uma equipa e vários parceiros, incluindo a Câmara Municipal de Lagoa, a Região de Turismo do Algarve, entre outros.

Esta organização dedica-se a garantir uma experiência segura, divertida e memorável para todos os nadadores.

Os 10km têm como objetivo proporcionar um desafio pessoal e uma oportunidade para nos superarmos individualmente e em equipa; com um espírito de celebração da natação e dos benefícios que traz para a nossa saúde, tanto física como emocional, e a sensação de superação no final da prova.

Os tempos e resultados serão registados electronicamente e publicados no site da [Multicrono.pt](#).

Os tempos não serão homologados, uma vez que esta não é uma prova federada.

Vamos celebrar a costa de Carvoeiro, em Lagoa a nadar juntos!

3. Detalhes do Evento

Registo e Levantamento do kit da prova:

Sexta-feira, 5 de Setembro | das 14h às 18h | check-in e levantamento do kit Swim Party 10km.

Caso não lhe seja possível levantar o kit no dia 5, organize com alguém para o fazer por si.

Local de check-in:

A.Santos, Lda.

Rua do Barranco nº 2, L

8400-508 Carvoeiro - Lagoa

Telefone: +351 915775183



Programa da Prova Swim Party 10km

1. Ponto de Encontro

- 6 de Setembro (sábado) às 06h00, na Praia dos Caneiros. Transporte de autocarro para o ponto de partida.

2. Partida

- Praia do Carvalho | Briefing final 7h00

3. Chegada

- Praia dos Caneiros 9h30 - 12h30

4. Formato

- Podem nadar os 10 km individualmente ou em equipas de três nadadores, fazendo a rendição nas estações de alimentação designadas.

5. Resultados

- Os resultados serão categorizados por género e por utilização ou não de fato neoprene.

6. Estações de Alimentação e Transição

- **1) Praia do Vale de Centeanes - Estação 1**
 - Alimentação & Transição de estafeta
 - 2,5 km
 - Troca de nadador (do 1º para o 2º nadador)
- **2) Praia do Carvoeiro - Estação 2**
 - Alimentação & Transição de estafeta
 - 1,8 km
 - Troca de nadador (3º e último nadador)
- **3) Praia da Afurada - Estação 3**
 - Alimentação
 - 5.7km

7. Abastecimento

Água, bananas, bebidas isotónicas e geis estarão disponíveis nas estações de alimentação. Produtos de hidratação e alimentação também estarão disponíveis nas estações de alimentação, bem como no início da prova, para quem quiser levá-los durante a prova.

8. Transporte entre as Estações de Transição e a Chegada na Praia dos Caneiros



Para os nadadores de estafetas, haverá transporte em autocarro/shuttle desde as estações de transição até ao final do percurso dos 10km, que será na Praia dos Caneiros.

9. Itens Pessoais

Os nadadores poderão deixar os seus itens pessoais no autocarro da organização antes do início da prova, e recolhê-los no final.



4. Requisitos de Participação

Todos os nadadores devem estar em boa condição física e serem capazes de nadar longas distâncias em águas abertas. Cada nadador deve assinar um termo de responsabilidade para o devido efeito.

Todos os nadadores devem ter 18 anos ou mais. Pedido de Termo de Responsabilidade (para menores), através da organização: swimparty10km@gmail.com

É obrigatório nadar com uma boia de sinalização. Os nadadores poderão optar por trazer a sua própria boia de sinalização e segurança, ou adquirir através da organização (€25/cada).

Caso o atleta não tenha um flutuador ou bóia de sinalização, não poderá participar.

5. Formato e Regras da Prova

O encontro é na [Praia dos Caneiros](#) e terá lugar às 6h00 da manhã.

Haverá transporte de autocarro/shuttle que levará todos os nadadores aos três pontos de partida:

- 1) Praia do Carvalho, para o início da prova: individual e estafetas
- 2) Praia Vale dos Centeanes, para o 2º nadador da estafeta
- 3) Praia do Carvoeiro, para o 3º nadador da estafeta

Pontualidade | Percurso | Briefing da Prova

A prova terá início pontualmente às 7h00 da manhã.

Os nadadores deverão seguir o percurso designado: com início na Praia do Carvalho para a Praia dos Caneiros.

O percurso estará marcado por boias e será acompanhado por kayaks, canoas e barcos de apoio.

O briefing será dado no check-in e antes da prova.

Estações de Alimentação & Transição (estafetas)

As estações de alimentação e de transição de estafetas serão realizadas em mar: na Praia do Vale de Centeanes e na Praia do Carvoeiro.

Haverá uma terceira estação, só de alimentação, na Praia da Afurada.

As equipas de estafeta (de três pessoas) farão as transições nas estações de alimentação, onde o nadador do primeiro percurso passa a boia de sinalização com o chip ao segundo nadador, que estará a aguardar na estação de alimentação.

Uso Obrigatório

Os nadadores devem usar, durante todo o percurso:



1. Touca oficial da Swim Party 10km (entregue com o kit de nadador)
2. Pulseira com o chip (entregue antes da prova)
3. **É obrigatório** que todos nadem com uma boia de segurança e sinalização

Uso Opcional

É permitido usar relógio.

É permitido usar barbatanas, sendo considerado extra prova (sem premiação).

É a sua escolha usar fato neoprene ou não.

6. Medidas de Segurança

O evento contará com um corredor de segurança criado pela Delegação de Fuzileiros do Algarve (DFZA), a Marinha Portuguesa e os Bombeiros de Lagoa.

Kayaks e barcos acompanharão os nadadores ao longo do percurso para segurança e apoio.

A equipa médica estará disponível nas estações de alimentação, bem como na meta.

Os nadadores devem sempre seguir as instruções da organização e do pessoal de segurança.

7. Prémios

O objectivo desta prova é pelo desafio e pelo espírito desportivo - qualquer distinção será de formato simbólico.

8. Inscrição e Valores

A inscrição deve ser realizada online em <https://swimparty10km.com/>, em parceria com a [Multicrono](#) para a cronometragem electrónica e inscrições.

As inscrições serão feitas em três momentos:

Inscrição EARLY BIRD Dez 31 - Jan 15

Solo: 80 eur

Trio: 160 eur

Inscrição FULL ON Jan 16 - Mar 31

Solo: 100 eur

Trio: 200 eur



Inscrição LAST MINUTE Abr 1 - Mai 31

Solo: 150 eur

Trio: 300 eur

Os nadadores poderão optar por trazer suas próprias boias para sinalização e segurança durante o percurso, ou adquirir uma através da organização (€25/cada).

O valor de inscrição inclui a participação com chip electrónico, uma touca oficial, uma t-shirt da prova, nutrição, bebidas, apoio dentro e fora de água, segurança, transporte para a partida e chegada e acesso à festa pós-prova, que inclui almoço na praia dos Caneiros.

9. Colaboração na Segurança

Esta prova junta a comunidade ligada ao mar e promove a segurança nas águas, em parceria com a Câmara Municipal de Lagoa, a Marinha Portuguesa, a Delegação de Fuzileiros do Algarve, a Região de Turismo do Algarve, a Associação Cultural e Desportiva ANIMAME Algarve e as empresas Marítimo-Turísticas.

A iniciativa promove a colaboração da comunidade do mar, para que todos possam usufruir do mar, seja a nadar ou a navegar, sem acidentes.

Ao estarmos conectados e informados, garantimos o bem-estar nas águas da costa do Carvoeiro, mantendo-a um lugar seguro e proporcionando uma experiência única de apreciação desta nossa costa.

10. Contacto e Informações

Poderão entrar sempre em contacto com a equipa, de preferência por e-mail:

swimparty10km@gmail.com

Mariana Santos +351 915775183

