



1º TROFEU

# roçadas mangueiras

12 FEVEREIRO DE 2022



## 1. INTRODUÇÃO

Localizado a 30 minutos do centro da cidade, junto de Talatona, em plena Costa do Mussulo, o Resort encontra-se inserido num dos mais belos locais da cidade de Luanda.

O Resort Roça das Mangueiras, com uma arquitetura marcada pelos tetos de capim, oferece uma atmosfera exclusiva e envolvente que, aliada à hospitalidade da equipa que dele faz parte, assegura uma agradável estadia. Dispõe quarenta e duas (42) unidades de alojamento com cinquenta (50) quartos de diversas tipologias, divididos entre Bungalows T1, Quartos twin, quartos de casal, Casas familiares de diversas com 2 suites e sala de estar, 1 casa familiar com 3 suites e sala de estar, dois restaurantes, um bar panorâmico, um bar de praia, um bar de piscina, 2 piscinas e uma sala de reuniões.

A sala de reuniões oferece as melhores condições para a realização de reuniões, banquetes e outros eventos.



## 2. 2ª ETAPA DO CIRCUITO PROVINCIAL DE AA

O 1º Troféu Roça das Mangueiras é um evento composto por provas de águas abertas, que decorre na Praia da Roça das Mangueira, ao Mussulo, composta pelas seguintes provas:

- **3.5 km**
- **2 km**
- **1 km**

O evento é organizado pela Resort Roça das Mangueiras em parceria com a Associação Provincial de Natação de Luanda, com o apoio da Administração Municipal de Talatona e Administração Comunal do Mussulo.

O secretariado da prova estará aberto no local da prova.

### Contactos:

- Email: [tecnica@apnl.org](mailto:tecnica@apnl.org)
- Site: <http://www.apnl.com>

## 3. DATAS E HORÁRIOS

Horário	Domingo, 12 de Fevereiro
<b>06:30 às 07:30</b>	Ac creditação no secretariado para a prova 3.5km (Não são permitidas alterações ou inscrições de última hora, no dia de prova)
<b>07:30 às 09:30</b>	Ac creditação no secretariado para a prova 3.5km (Não são permitidas alterações ou inscrições de última hora, no dia de prova)
<b>07:45</b>	Briefing da prova 3.5 km
<b>08:00</b>	Início da prova 3.5 km
<b>09:30 às 10:30</b>	Ac creditação no secretariado para a prova 2km (Não são permitidas alterações ou inscrições de última hora, no dia de prova)
<b>09:45</b>	Briefing das provas 2 km
<b>10:00</b>	Início da prova 2 km
<b>10:45</b>	Briefing das provas 1 km
<b>11:00</b>	Início da prova 1 km
<b>12:00</b>	Cerimónia de entrega de prémios da prova 3.5 km, 2 km e 1 km

#### 4. INSCRIÇÕES

As inscrições serão efetuadas exclusivamente nas plataformas da APNL e da Tchaco, até às 23:59 do dia 09 de Fevereiro de 2022.

Após esta data, as inscrições serão consideradas de última hora e apenas poderão ser concretizadas no dia 12 de Fevereiro de 2022, no secretariado da prova que fecha duas horas antes do início da primeira prova.

O número de vagas pode terminar antes da data e horário indicado caso seja atingido o limite estipulado pela organização, quer por questões de segurança ou normal funcionamento da prova.

#### **As inscrições são pessoais e intransmissíveis.**

No caso de pedido de cancelamento, não há devolução do valor das inscrições.

Apenas são aceites alterações da inscrição se feitas:

- Via e-mail até ao dia 7 de fevereiro;
- Presencialmente no dia 12 de fevereiro, durante o período de funcionamento do secretariado.

A organização não se responsabiliza pela participação e possíveis lesões/acidentes de uma pessoa que integre indevidamente o evento em substituição de um nadador inscrito.

#### 5. DISPOSIÇÕES GERAIS

	<b>3,5 km</b>	<b>2 Km</b>	<b>1 km</b>
<b>Uso de fato isotérmico</b>	Permitido (1) Obrigatório: atletas sem licença FPN de Águas Abertas ou Master de Águas Abertas	Permitido (1)	
<b>Tempo limite para Acreditação</b>	07:30	09:30	10:30
<b>Partida</b>	08:00	10:00	11:00
<b>Tempo limite para a prova</b>	120 min.	60 min.	45 min.
<b>Nadadores mínimos</b>	—	—	—
<b>Partida</b>	Em terra	Em terra	Em terra
<b>Chegada</b>	Em terra	Em terra	Em terra
<b>Volts</b>	1 volta	2 voltas	1 volta

(1) De acordo com as regras do Triátlon



- a) O escalão etário é definido pela idade que o nadador terá no dia 31 de dezembro do ano corrente.
- b) Os nadadores terão de apresentar documentos de identificação e licenças federativas caso a organização o exija.
- c) De acordo com o Regulamento Geral da FAN, Secção III, "Competições de Águas Abertas" e respeitando o articulado dos Art.º 129 ao art.º 136, a organização assegurará todo o apoio e segurança necessário para a realização e acompanhamento da prova. Para tal, a organização contará com o apoio da Administração Municipal de Talatona, Corpo de Proteção Civil e Bombeiros, INEMA e dos canoístas necessários.
- d) A organização garantirá o acompanhamento por um médico.
- e) É da responsabilidade de cada inscrito garantir que a sua licença federativa está válida no dia da prova (incluindo exame médico desportivo válido).

Em caso de incumprimento, as inscrições destes nadadores serão rejeitadas.

- f) A organização não se responsabiliza por danos ou acidentes que os participantes sofram ou causem no decorrer da prova decorrentes de má conduta, negligência ou violação pelo próprio de qualquer das regras de segurança previstas para a competição.
- g) A organização reserva-se ao 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.
- h) A organização reserva-se ao direito de retirar algum nadador da água para garantir a sua segurança e sempre que suceda uma das seguintes condicionantes: -
  - Demonstração de fadiga extrema, desidratação, hipotermia, ritmo extremamente lento, ou qualquer outro sinal que impeça o participante de nadar com normalidade.
  - Nadadores que não sigam as indicações de segurança da organização.
  - Condições atmosféricas e de mar adversas.
- i) A organização reserva-se ao direito de impedir a participação na prova ou de recolher durante o decorrer da mesma todos os indivíduos que tenham conduta antidesportiva, coloquem em risco a segurança ou desrespeitem os restantes participantes, público ou membros da organização e arbitragem.

A tentativa de participação numa prova na qual não esteja inscrito é penalizada com a suspensão do atleta para as edições seguintes.

- j) Os responsáveis por cada inscrição (efetuada exclusivamente online) terão de confirmar (através da escolha dessa opção sem a qual o processo de inscrição não será finalizado) que cada atleta a ser inscrito (ou respetivo(a) progenitor(a)/tutor(a) legal no caso de atletas menores de idade) aceita as condições deste regulamento e do termo de responsabilidade cujo texto será disponibilizado no mesmo formulário e que reproduzimos de seguida.

-se nesta prova o atleta (ou o(a) progenitor(a) / tutor(a) legal

"Ao inscrever

se menor de idade) reconhece que participar em eventos desportivos desta natureza pode ser potencialmente perigoso e que está ciente de que poderão ocorrer acidentes.

Declara também ser possuidor de condição física necessária à participação e conclusão da prova em que se inscreveu, nela participando de livre vontade e com total conhecimento do seu regulamento e obrigações daí decorrentes, responsabilizando-se pela sua 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 sua participação.

Dá também a sua autorização para que a entidade organizadora ou promotora do evento utilize o seu nome e imagem em fotos, vídeos ou outros meios de transmissão de imagens.

" A aceitação do termo de responsabilidade no momento do ato de inscrição online é obrigatório e substitui o termo de responsabilidade em papel.

O preenchimento e assinatura do termo de responsabilidade em papel é obrigatório para as inscrições de última hora efetuadas no dia e local da prova.

- k) Em caso de necessidade e de acordo com o nº de inscritos e condições meteorológicas e do mar, a organização poderá optar por realizar partidas separadas por género.
- l) A organização reserva-se ao direito de cancelar/suspender a prova (por motivo de condições meteorológicas extremamente adversas ou por outros motivos de força maior).

Nestes casos a organização tentará remarcar a prova para uma nova data conveniente à sua realização.

Se a prova for reagendada para uma data que ultrapasse 30 dias sobre a data original, os atletas terão a possibilidade solicitar o cancelamento e respetivo reembolso, caso o pedido seja feito no prazo de 15 dias após o anúncio da alteração de data.

- m) A organização reserva-se ao direito de alterar os percursos.
- n) Todos os casos omissos no presente regulamento serão resolvidos pelo Diretor de Prova, e de acordo com os regulamentos da FAN em vigor.

## 6. ARBITRAGEM

A arbitragem da prova é assegurada pela APNL.

## 7. PERCURSOS

### Prova 3.5 km:

Três voltas de 1000 m, com 4 boias de viragem (3, 4, 7 e 8) e 5 boias de sinalização dentro o percurso (1, 2, 5, 7, e 9).

A partida é feita fora de água, bem como a meta.



### Prova 2 km:

Duas voltas de 1000 m, com 3 boias de viragem (1, 2, 3 e 4) e duas boias para passar entre elas (5).

A partida é feita fora de água, bem como a meta.

Para iniciar a segunda volta, o atleta sai da água, percorre um pequeno percurso no areal e volta a entrar na água.



### Prova 1 km:

Apenas 1 volta de 1000 m, com partida fora de água. 3 boias de viragem (1, 2, 3 e 4) e duas boias para passar entre elas (5).

Meta em terra.



## 8. REGRAS GERAIS

- a) Não é permitido aos nadadores o uso de materiais ou objetos auxiliares de flutuação, propulsão e respiração, tais como, mas não limitado a:
  - Pullbouy;
  - Barbatanas;
  - Snorkel.
- b) É obrigatório o uso da touca.
- c) Os atletas que não usem fato isotérmico serão marcados com os respetivos números na touca, costas, braços e mãos, de acordo com o Regulamento da FINA.  
Os atletas que usem fato isotérmico serão marcados com os respetivos números nas mãos e nas toucas.
- d) Para provas com temperatura da água igual ou superior a 18°C e abaixo dos 20°C, o fato isotérmico é opcional.  
É obrigatório quando a temperatura da água for inferior a 18°C.  
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.
- e) Todas as boias sinalizadoras do percurso devem ser contornadas de acordo com o indicado (tanto no mapa da prova como na explicação durante o briefing que antecede as provas) sob pena de desclassificação.
- f) A chegada, quando feita em terra, só é considerada quando o atleta transpõe com o tronco a linha perpendicular imaginária à linha de meta presente debaixo do pórtico de meta.

- g) Os nadadores podem participar em mais do que uma das provas do Troféu Roça das Mangueiras, mas no momento da inscrição ter o de escolher qual a principal, participando nas restantes como extracompetiç o.
- h) Nas provas extracompetiç o não serão incluídos na classificação final individual e por equipas nem terão direito aos pr mios listados na secção "Pr mios" dos respetivos regulamentos (com exceção da medalha de participação).
- i) Em caso de protesto, este terá que ser apresentado por escrito ao responsável da arbitragem, até 15 minutos após o final da respetiva prova.

## 9. PROCEDIMENTOS COVID-19

Atendendo ao evoluir da situação pand mica em Angola, a organização reserva-se ao direito de introduzir regras específicas, que poderão incluir (entre outras):

- a. Uso obrigatório de máscara durante todo o período que se encontrem no local da prova;
- b. Apresentação de comprovativo de vacinação completa ou de teste Antigénio / PCR COVID19 negativo.

## 10. CLASSIFICAÇÕES INDIVIDUAIS

Serão geradas as seguintes classificações:

- a. Geral individual
- b. Individual feminina
- c. Individual masculina
- d. Classificação por Equipas absoluta
- e. Por categorias, de acordo com a seguinte tabela:

Prova	Categoria	Grupo de idades	Ano de Nascimento	
3.5 km 2 km 1 km	Infantil	14-16(1km)	2005 a 2007	
	Juvenil	15-16 (3.5 km & 2 km)	2006 a 2007	
	Junior	17-18	2003 a 2004	
	S�nior	19-24	1997 a 2002	
	Máster		25-34	1987 a 1996
			35-44	1977 a 1986
			45-54	1967 a 1976
			55 e mais	Mais 1968



## 11. CLASSIFICAÇÕES POR EQUIPAS

A classificação de equipas existe para equipas que competiam com cinco ou mais atletas nas provas 2 km e 3,5 km (sem fato).

Apenas atletas que terminam a prova e são classificados pontuam para a classificação de equipas.

Esta classificação é obtida pela soma dos pontos obtidos de acordo com a seguinte tabela:

1º	20	5º	12	9º	8	13º	4
2º	17	6º	11	10º	7	14º	3
3º	15	7º	10	11º	6	15º	2
4º	13	8º	9	12º	5	16º	1

A partir do 16º lugar, é atribuído um ponto por participante.

## 12. PRÉMIOS

Uma cerimónia específica será promovida para a entrega de prémios.

Serão premiados com medalhas individuais os seguintes classificados:

Prova	Abs Masculinos	Abs Femininos
3.5 km	1º, 2º, 3º	1º, 2º, 3º
2 km	1º, 2º, 3º	1º, 2º, 3º
1 km	1º, 2º, 3º	1º, 2º, 3º

Serão entregues troféus por equipas, de acordo com a seguinte tabela:

Prova	Equipas
3.5 km	1º, 2º, 3º
2 km	1º, 2º, 3º
1 km	1º, 2º, 3º