



## Associa o Brasileira Master de Nata o

### Tomada de Tempo

Provas 50 e 100 metros todos estilos, 200m livre e 400m livre

1  A 18 DE JULHO de 2021

Ficha de inscri o para sócios ou não sócios da ABRAMN

Data limite para entrega das inscri es: 19 de julho de 2021

CLUBE/EQUIPE: \_\_\_\_\_ N  ABRAMN-ABMN: \_\_\_\_\_

NOME ATLETA: \_\_\_\_\_ CPF: \_\_\_\_\_

SEXO: \_\_\_\_\_ DATA DE NASCIMENTO: \_\_\_\_\_ IDADE EM 31/12/2021: \_\_\_\_\_

DADOS PARA CONTATO: E-MAIL: \_\_\_\_\_

TELEFONE: \_\_\_\_\_ WHATSAPP: \_\_\_\_\_

CRONOMETRISTA RESPONSÁVEL: \_\_\_\_\_

E-MAIL: \_\_\_\_\_ TELEFONE: \_\_\_\_\_

#### ISEN O DE RESPONSABILIDADE

Ao preencher e assinar esta ficha de inscri o comprometo-me a respeitar o Regulamento dessa Tomada de Tempo e libero de toda responsabilidade o Comit  Organizador, a Associa o Brasileira Master de Nata o e qualquer outra institui o que tenha a ver direta ou indiretamente com este evento. Também declaro que estou fisicamente preparado e que gozo de boa saúde, por isto assumo toda a responsabilidade por danos que venham a me ocorrer.

Assinatura: \_\_\_\_\_

COMPLETAR AS DISTÂNCIAS NADADAS COM O TEMPO FINAL, COM CENTÉSIMOS DE SEGUNDO.

PISCINA ( ) 25 metros

( ) 50 metros

PROVA	TEMPO
50M LIVRE	
50M COSTAS	
50M PEITO	
50M BORBOLETA	

PROVA	TEMPO
100M LIVRE	
100M COSTAS	
100M PEITO	
100M BORBOLETA	
100M MEDLEY	

PROVA	TEMPO
200M LIVRE	
400M LIVRE	

**A ABRAMN não se responsabiliza por erros no preenchimento da ficha.**

DECLARO QUE LI O REGULAMENTO DESTA CAMPEONATO, E QUE NADEI A DISTÂNCIA ACIMA DESTACADA NA PISCINA (LOCAL - ENDEREÇO): \_\_\_\_\_

ASSINATURA DO ATLETA: \_\_\_\_\_

ASSINATURA DO CRONOMETRISTA: \_\_\_\_\_

DATA: \_\_\_\_\_

**INFORMA ES: ABRAMN whatsapp (61)99965.7460 e (61)99985.1512**  
**abramn@abramn.org.br – www.abramn.org.br**



## Associa o Brasileira Master de Nata o

Brasília-DF celulares:(61)99965.7460 e (61)99985.1512  
 Inscri o Estadual: 07.458.826/001-46 CNPJ: 72.570.518/0001-71  
[www.abramn.org.br](http://www.abramn.org.br) e-mail: [abramn@abramn.org.br](mailto:abramn@abramn.org.br)

### REGULAMENTO

Esta Tomada de Tempo   uma competi o em que os atletas nadar o em local e data por eles escolhidos, entre 1  e 18 de julho. O técnico do nadador deverá ser o árbitro responsável pela tomada dos tempos das provas e pela anota o dos tempos no formulário acima, com a devida identifica o do atleta. Podem participar do evento quaisquer nadadores, sócios/não sócios da ABRAMN. Os atletas que pagaram a anuidade ABRAMN de 2020 ficarão isentos da taxa de inscri o. Os demais terão um custo de R\$10,00 por prova.

O objetivo desta peculiar Tomada de Tempo   dar início ao retorno dos atletas às competi es. Medir a performance de cada um   uma forma de incentivar os que já retomaram seus treinos, permitindo uma compara o de seu desempenho com os outros nadadores do Distrito Federal. Outro objetivo   permitir que nadadores que não têm hábito de participar de competi es tenham acesso a um ranking do DF. Os tempos obtidos nessa Tomada de Tempo não valerão para efeito de recorde em nenhum nível.

**Evento:** Tomada de Tempo em nível local nas distâncias de 50m e 100m de todos os estilos, 200m livre e 400m livre. Pode ser em piscina de 25m ou de 50m, a critério do atleta. A ficha de inscri o deve ser encaminhada   ABRAMN via e-mail ([abramn@abramn.org.br](mailto:abramn@abramn.org.br)) até o dia 19 de julho de 2021.

**Local:** qualquer piscina de 25 metros ou 50 metros no DF.

**Data:** as provas devem ser realizadas entre os dias 1  a 18 de julho de 2021. A ABRAMN deve receber as inscri es até o dia 19 de julho de 2021.

**Premia o:** A ABRAMN emitirá um documento certificando a participa o dos atletas na referida Tomada de Tempo.

**Regras da ABRAMN:** - Não será permitida a utiliza o de nenhum material que auxilie na propulsão dos nadadores, como por exemplo, roupas de borracha, palmar, pull-bouy, p  de pato.

- Cada atleta deve nadar sozinho na sua raia, de maneira a respeitar as normas de controle da pandemia.

- O Técnico do atleta deve atuar como árbitro de partida/cronometrista/árbitro de percurso/árbitro de chegada durante toda a prova. Ele será o responsável pela anota o do tempo da prova no formulário acima.

- O formulário de inscri o deve ser preenchido de forma legível.

- Relógios ou cronômetros devem ser utilizados para que se possa aferir os centésimos de segundo do tempo final do nadador.

- Os atletas poderão nadar quantas provas desejarem.

- Deve ser preenchido um formulário por piscina (se 25m ou 50m).

**Categorias:** - Os nadadores serão divididos por faixa etária, nas seguintes categorias:

a) 20+ (20 a 24 anos), b) 25+ (25 a 29 anos); c) 30+ (30 a 34 anos); d) 35+ (35 a 39 anos);

e) 40+ (40 a 44 anos); f) 45+ (45 a 49 anos); g) 50+ (50 a 54 anos); h) 55+ (55 a 59 anos);

i) 60+ (60 a 64 anos); j) 65+ (65 a 69 anos); k) 70+ (70 a 74 anos); l) 75+ (75 a 79 anos);

m) 80+ (80 a 84 anos); n) 85+ (85 a 89 anos); o) 90+ (90 anos para cima).

**Resultados:** Os Resultados Oficiais serão publicados no site da ABRAMN – [abramn.org.br](http://abramn.org.br)

### PAGAMENTOS

Os atletas que não pagaram a anuidade de 2020 da ABRAMN, deve encaminhar, junto   ficha de inscri o, o comprovante de depósito em favor da associa o na conta 25115-1 do Banco do Brasil, agência 3413-4, Brasília Shopping. CNPJ – 72.570.518/0001-71. Os nadadores que não enviarem o respectivo comprovante de pagamento junto com a inscri o não constarão do Resultado Final. Em caso de desistência, não haverá restitui o do valor pago.

**Roberto Pequeno Furtado de Mendonça**  
 Presidente

**André Peixoto Berezowski**  
 Diretor Técnico

**INFORMA ES:** ABRAMN whatsapp (61)99965.7460 e (61)99985.1512

**[abramn@abramn.org.br](mailto:abramn@abramn.org.br) – [www.abramn.org.br](http://www.abramn.org.br)**