



REGULAMENTO INTERNO – PROGRAMA DE COMPETIÇÃO

CADETES, INFANTIS E ABSOLUTOS | CLUBE NAVAL DE PONTA DELGADA

Capítulos

- I. Objeto e Âmbito de Aplicação
- II. Instalações e Utilização de Espaços Externos
- III. Integrantes e Escalões Competitivos
- IV. Assiduidade, Pontualidade e Compromisso Desportivo
- V. Participação em Competições, Estágios e Viagens
- VI. Equipamento e Imagem do Clube
- VII. Direitos e Deveres dos Atletas e Encarregados de Educação
- VIII. Quotas, Custos e Taxas de Prova
- IX. Regime Disciplinar e Disposições Finais

Capítulo I – Objeto e Âmbito de Aplicação

Artigo 1.º (Objeto)

O presente regulamento define as normas de organização, funcionamento, conduta, utilização de instalações e representação para a secção de Natação de Competição do Clube Naval de Ponta Delgada (CNPDL).

Artigo 2.º (Âmbito)

As disposições do presente regulamento aplicam-se a todos os atletas federados dos escalões de Cadetes, Infantis e Absolutos (Juvenis, Juniores e Seniores), bem como à equipa técnica, dirigentes, delegados e encarregados de educação.

Capítulo II – Instalações e Utilização de Espaços Externos

Artigo 3.º (Locais de Treino e Especificidades)

1. Os treinos da equipa de competição decorrem nas instalações externas cedidas/protocoladas do Complexo Desportivo das Laranjeiras e do Pavilhão Desportivo da Escola Básica Integrada de Rabo de Peixe.
2. O CNPDL utiliza estes espaços na qualidade de entidade requisitante, pelo que é obrigatório o cumprimento rigoroso dos regulamentos internos e normas de utilização de ambas as instalações.

Artigo 4.º (Conduta e Preservação dos Recintos)

1. Os atletas e equipa técnica devem zelar pelo bom uso e preservação dos blocos, pistas, material de treino, balneários e zonas de circulação.
2. É estritamente proibida a circulação fora dos trajetos definidos para a prática desportiva (nomeadamente zonas escolares ou restritas do Complexo Desportivo).
3. Qualquer dano material provocado por negligência ou má conduta nas instalações externas será da inteira responsabilidade financeira do infrator (ou do seu encarregado de educação, no caso de menores).

Capítulo III – Integrantes e Escalões Competitivos

Artigo 5.º (Estrutura dos Escalões)

A secção de competição organiza-se nos termos regulamentares da Federação Portuguesa de Natação (FPN):

- Cadetes: Escalão de formação e introdução competitiva.
- Infantis: Escalão de consolidação técnica e desenvolvimento de capacidades físicas.
- Absolutos (Juvenis, Juniores e Seniores): Escalão de alto rendimento relativo, especialização e otimização de performance.

Artigo 6.º (Condições de Integração e Filiação)

1. A transição para qualquer um dos escalões competitivos é da exclusiva competência e avaliação da Equipa Técnica.
2. É requisito obrigatório para treinar e competir:

- Filiação ativa e regularizada na FPN e na Associação de Natação da Região dos Açores (ANARA);
- Exame Médico-Desportivo de aptidão válido e devidamente submetido no sistema da FPN;
- Aceitação expressa do presente regulamento e da política de proteção de dados.

Capítulo IV – Assiduidade, Pontualidade e Compromisso Desportivo

Artigo 7.º (Pontualidade e Preparação para o Treino)

1. Devido à limitação e rigor dos horários de pista nas instalações externas, os atletas devem estar no recinto com 10 a 15 minutos de antecedência face ao início do treino de água, devidamente equipados para o aquecimento fora de água/pré-ativação.
2. O atraso injustificado pode inviabilizar a entrada do atleta na sessão de treino, mediante decisão do treinador.

Artigo 8.º (Assiduidade e Plano de Treino)

1. A assiduidade e o empenho nos treinos são critérios fundamentais para a manutenção no grupo de competição e para a convocatória para provas regionais, nacionais ou estágios.
2. As faltas devem ser comunicadas com a devida antecedência ao Treinador Principal.
3. Os treinos de preparação física/ginásio (seja nas Laranjeiras, Rabo de Peixe ou sede do clube) fazem parte integrante do plano plurianual do atleta e têm carácter obrigatório.

Capítulo V – Participação em Competições, Estágios e Viagens

Artigo 9.º (Convocatórias)

1. As convocatórias para torneios organizados pela ANARA, Campeonatos Regionais, Campeonatos Nacionais, estágios de preparação e demais atividades desportivas são da exclusiva responsabilidade do Corpo Técnico.
2. As decisões de convocatória têm por base critérios técnicos e desportivos, nomeadamente a assiduidade e pontualidade nos treinos, o cumprimento dos

tempos mínimos exigidos, o comportamento, o empenho, a evolução desportiva do atleta e as necessidades e estratégia coletiva da equipa.

3. A participação em provas, estágios ou outras atividades realizadas fora da ilha está condicionada ao cumprimento cumulativo dos seguintes requisitos:
 - a) Participação nas provas locais previstas no calendário desportivo, salvo em caso de doença devidamente justificada ou outra situação excecional devidamente fundamentada e aceite pelo Corpo Técnico;
 - b) Cumprimento dos requisitos, critérios de participação e regulamentos específicos da respetiva prova, estágio ou atividade;
 - c) Frequência mínima de 80 % nos treinos;
 - d) Ausência de comportamentos ou ocorrências disciplinares;
 - e) Sucesso escolar no ano letivo transato.
4. O cumprimento dos requisitos previstos no número anterior não garante, por si só, a convocatória do atleta, mantendo-se a decisão final da responsabilidade do Corpo Técnico, de acordo com os critérios técnicos, desportivos e estratégicos aplicáveis a cada situação.
5. Em situações excecionais, devidamente fundamentadas, o Corpo Técnico poderá analisar e decidir sobre casos particulares, tendo sempre em consideração o interesse e o bom funcionamento da equipa.

Artigo 10.º (Viagens e Deslocações)

1. Nas deslocações inter-ilhas ou para o Continente/Estrangeiro, os atletas ficam sob a tutela e autoridade direta dos Delegados da equipa e Treinadores nomeados pela Direção do CNPDL.
2. Os atletas devem cumprir rigorosamente o plano de viagem, horários de refeições, momentos de descanso/recolher e código de conduta do hotel/instalação.
3. Não são permitidas saídas das zonas de alojamento ou competição sem permissão prévia do responsável pela comitiva.

Capítulo VI – Equipamento e Imagem do Clube

Artigo 11.º (Uso do Equipamento Oficial)

1. É obrigatório o uso do equipamento oficial do CNPDL em todas as competições (aquecimento, provas e pódios), estágios e deslocações do clube.

2. O equipamento inclui:
 - Em Prova/Treino: Touca oficial do CNPDL e fato de banho/calção homologado pela FINA.
 - Fora de Água e Pódio: T-shirt oficial do CNPDL e/ou fato de treino/calção do clube.
3. Não é permitida a utilização de vestuário ou adereços de outros clubes em contexto de representação do CNPDL.

Capítulo VII – Direitos e Deveres dos Atletas e Encarregados de Educação

Artigo 12.º (Deveres dos Atletas)

- Manter um comportamento exemplar de *fair play*, urbanidade e respeito perante colegas, treinadores, adversários, árbitros e funcionários das instalações;
- Adotar hábitos de vida e nutrição saudáveis compatíveis com a exigência da modalidade;
- Tratar com zelo todo o material do clube e das instalações cedidas.

Artigo 13.º (Deveres dos Encarregados de Educação)

- Garantir a assiduidade e a pontualidade dos atletas nos treinos (Laranjeiras e Rabo de Peixe) e pontos de concentração para provas;
- Respeito pelas Zonas Técnicas: Cumprir escrupulosamente as regras de acesso às bancadas das instalações externas. É expressamente proibida a entrada de encarregados de educação no cais da piscina durante os treinos, bem como interferir ou abordar os treinadores durante as sessões;
- Durante as competições, os pais e familiares não se deverão permanecer na área destinada aos atletas, evitando interferir durante as provas e permitindo que os atletas mantenham a concentração e sigam as orientações da equipa técnica.
- Manter os pagamentos e quotas devidamente regularizados junto da secretaria do clube;
- Encaminhar eventuais dúvidas pedagógicas ou logísticas em momento e canal apropriados (reuniões agendadas ou contactos com a coordenação da secção), nunca em pleno decorrer do treino ou competição.

Capítulo VIII – Quotas, Custos e Taxas de Prova

Artigo 14.º (Encargos e Inscrições)

1. A manutenção no grupo competitivo implica a regularização das mensalidades, quotas de sócio.
2. Faltas Injustificadas a Provas: Se um atleta for inscrito numa competição e faltar sem justificação médica/força maior devidamente comprovada, a taxa de inscrição e eventuais multas aplicadas pela FPN/ANARA poderão ser imputadas ao atleta/encarregado de educação.

Capítulo IX – Regime Disciplinar e Disposições Finais

Artigo 15.º (Infrações e Sanções)

1. Constitui infração disciplinar a violação das regras deste regulamento, a conduta antidesportiva ou o desrespeito pelas instalações cedidas pelas Laranjeiras e pela Pavilhão Desportivo da Escola Básica Integrada de Rabo de Peixe.
2. Consoante a gravidade e o escalão do atleta, podem ser aplicadas as seguintes sanções pela Direção e Secção de Natação:
 - Advertência verbal;
 - Repreensão por escrito;
 - Não convocatória para provas/estágios;
 - Suspensão temporária da frequência dos treinos;
 - Exclusão da equipa de competição.

Artigo 16.º (Casos Omissos)

Quaisquer casos omissos ou situações dúbias serão analisados e resolvidos conjuntamente pelo Responsável da Secção de Natação, Equipa Técnica e Direção do Clube Naval de Ponta Delgada, salvaguardando sempre os regulamentos da FPN e da ANARA.