



CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
DESPORTOS  
AQUÁTICOS



Av. Presidente Vargas, 463 • 7º Andar • Centro, Rio de Janeiro, RJ • CEP 20071-908  
Tel.: 55 21 2507.4016 • 55 21 2507.3143 • 55 21 2507.3195 • 55 21 2507.3415  
www.cbda.org.br • cbda@cbda.org.br

## V TORNEIO INTERFEDERATIVO DE NADO SINCRONIZADO 2017

### Das inscrições

**Art. 1º** - O Torneio Interfederativo de Nado Sincronizado será regido pelas regras da FINA e pelo Regulamento específico do Torneio.

**Art. 2º** - Este Torneio destina-se a seleções estaduais de todas as regiões do país e aos clubes que desejarem participar

**2.1** - Todas as atletas inscritas do Campeonato, obrigatoriamente participarão do **PROJETOS DE NOVOS TALENTOS** que será realizado na semana que se segue ao evento.

**2.2** - A Federação ficará com a responsabilidade de escolha das atletas da seleção estadual

Critérios para a escolha:

**2.2.1**- a participação do clube no Campeonato Brasileiro de Categorias (Brasileirão).

**2.2.2** - prioridades para as atletas que participaram do evento se for necessário acrescentar mais atletas, a Federação poderá indicar as atletas dos clubes que participaram do evento.

**2.2.3** - As atletas que forem convocadas a participar do Campeonato Sul - Americano, não poderão fazer parte das seleções estaduais.

**Esta decisão foi aprovada pelo conselho técnico de Nado Sincronizado**





CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
DESPORTOS  
AQUÁTICOS



Av. Presidente Vargas, 463 • 7º Andar • Centro, Rio de Janeiro, RJ • CEP 20071-908  
Tel.: 55 21 2507.4016 • 55 21 2507.3143 • 55 21 2507.3195 • 55 21 2507.3415  
www.cbda.org.br • cbda@cbda.org.br

**Art. 3º** - Para participar deste Torneio Interfederativo, o estado deverá estar devidamente regulamentado nesta entidade – CBDA, no ato da inscrição.

**3.1** - A inscrição deverá ser enviada a esta Confederação - CBDA, com não menos de 20 (vinte) dias de antecedência à data prevista como primeiro dia de evento (a data de inscrição consta do calendário desta entidade - CBDA), e deverá ser enviada na ficha oficial de inscrição da CBDA. Também se faz necessário nesta mesma data enviar a inscrição eletrônica, que não substitui a inscrição que tem que ser enviada através federação. Após a data referida não será aceita nenhuma inscrição.

**3.2** - A inscrição deverá estar corretamente preenchida, contendo os seguintes dados: data de nascimento, o nº de registro na CBDA da nadadora; e também deve designar a prova nomeando: o solo e sua reserva; o dueto e sua reserva e as atletas que compõem a equipe e suas reservas. A inscrição após esta data não será aceita.

**3.2.1** - As inscrições deverão ser enviadas por intermédio das Federações Estaduais e nesta mesma data também a inscrição eletrônica devidamente preenchida pelo técnico para o e-mail [soniahercowitz@cbda.org.br](mailto:soniahercowitz@cbda.org.br).

**3.3** - Qualquer modificação somente será permitida **até 24 horas antes do dia programado para o sorteio de ordem de entrada**, apenas entre as atletas já inscritas nas diversas sessões da competição, e apenas destas nadadoras relacionadas na inscrição:  
Ex: modificar que atleta nadará que sessão de rotina dentre os nomes já inscritos pelo clube.

Após a data prevista para inscrição na CBDA (15 dias antes da data do primeiro evento) não mais será acolhida nenhuma inscrição de nome não constante na relação indicada. As modificações permitidas devem ser enviadas à Confederação CBDA via fax ou para o e-mail –no tempo previsto.







CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
DESPORTOS  
AQUÁTICOS



PATROCINADOR OFICIAL

Av. Presidente Vargas, 463 • 7º Andar • Centro, Rio de Janeiro, RJ • CEP 20071-908  
Tel.: 55 21 2507.4016 • 55 21 2507.3143 • 55 21 2507.3195 • 55 21 2507.3415  
www.cbda.org.br • cbda@cbda.org.br

**3.3.1** - O foro do Congresso Técnico é aquele em que serão consentidos cortes e ou correções no programa, não sendo admitido, todavia, qualquer mudança da inscrição original, com exceção do artigo 3.4

**3.3.2** - A atleta titular do solo deverá ser nomeado (caso exista reserva) durante o Congresso Técnico.

**Art. 4º** - Este Torneio destina-se as nadadoras das categorias Infantis B e Juvenil.

- Infantil B – com idades de 11 e 12 anos, nascidos em 2006 e 2007
- Juvenil A – com idades de 13 e 15 anos, nascidos em 2002 e 2003.

**4.1-** Cada seleção estadual poderá inscrever, desde que tenha:

- 1 a 3 nadadoras terá direito a inscrever 1 solo e 1 dueto.

- 1 a 4 nadadoras, 1 solo, 1 dueto e 1 equipe, sem reservas.

- 5 a 7 nadadoras o Estado poderá inscrever, 1 solo, 1 dueto e 1 equipe. A atleta do solo e as atletas do dueto não necessitam fazer parte da equipe.

- acima de 8 nadadoras o Estado poderá inscrever, 1 solo, 1 dueto e 1 equipe. A atleta do solo e as atletas do dueto não necessitam fazer parte da equipe, podendo ter duas reservas.

**4.1.1-** Poderá também inscrever, se desejar, um máximo de duas reservas na equipe (a inscrição da reserva está condicionada a um número mínimo de 8 atletas na equipe em questão).

## PROGRAMA DA COMPETIÇÃO

**Art. 5º** – Este Torneio será realizado com sessões de Figura e Rotina Livre.

**5.1** - A (s) nadadora (s) inscrita neste Campeonato deverá (ão) participar obrigatoriamente das duas sessões que compõem o Campeonato quais sejam Figura e Rotina Livre (**com elementos obrigatórios**); exceção a esta regra será feita às atletas inscritas como reserva na sessão de Rotina. Cada uma





CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
DESPORTOS  
AQUÁTICOS



PATROCINADOR OFICIAL

Av. Presidente Vargas, 463 • 7º Andar • Centro, Rio de Janeiro, RJ • CEP 20071-908  
Tel.: 55 21 2507.4016 • 55 21 2507.3143 • 55 21 2507.3195 • 55 21 2507.3415  
www.cbda.org.br • cbda@cbda.org.br

das etapas valerá 100%, ou seja 100% de figura a que se somará 100% de rotina livre para um total final de 200%.

#### Art. 6º – Elementos obrigatórios

- 1- Deslocamento em eggbeater com os 2 braços,
- 2- 3 trocas de formação,
- 3- 1 highlight,
- 4- Cancã em deslocamento,
- 5- 3 técnicas propulsivas,
- 6- Híbrida
- 7- Alçada de egg com os 2 braços

**(escolher 5 elementos e colocar em qualquer lugar dentro das rotinas)**

#### SESSÃO DE FIGURAS

Art. 6º - A sessão de figuras equivalerá a 100% da pontuação final.

- 6.1 - A sessão de Figuras constará das figuras da categoria juvenil, sendo que a Barracuda será realizada sem o giro
- 6.2 - Abaixo as figuras da competição:

#### 6.1.2 JUVENIL - CATEGORIA DE IDADE 13 -14 -15 ANOS

#### OBRIGATÓRIAS

##### 1- 423 Ariana:

2.2

Um Passo Atrás é realizado para assumir a **Posição de Abertura**. Mantendo a relativa posição das pernas na superfície, os quadris realizam uma rotação de 180°. *Uma Saída de Passo à Frente é realizada.*







CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
DESPORTOS  
AQUÁTICOS



Av. Presidente Vargas, 463 • 7º Andar • Centro, Rio de Janeiro, RJ • CEP 20071-908  
Tel.: 55 21 2507.4016 • 55 21 2507.3143 • 55 21 2507.3195 • 55 21 2507.3415  
www.cbda.org.br • cbda@cbda.org.br

						Total
NVT	16.0	21.0	9.0	24.0	11.0	81
PV	1.98	2.59	1.11	2.96	1.36	

## 2- 301 Barracuda 2.2

Iniciar na **Posição de Costas**, ao mesmo tempo em que as pernas se elevam da superfície, o tronco submerge para a **Posição Carpada Atrás**. Uma *Estocada* para a **Posição Vertical** é realizada.



				Total
NVT	13.0	37.0	19.0	69
PV	1.88	5.36	2.75	

## GRUPOS

### PARA

### SORTEIO

#### Grupo 1

## 3- 342 Garça 2.1

Partindo de uma **Posição de Frente**, uma *Cambalhota Carpada à Frente* se realiza até a tomada da **Posição de Cancã Duplo Submerso**. Uma perna flexiona em direção ao tronco com a canela paralela à superfície até ficar na metade da panturrilha da perna vertical, ao mesmo tempo em que o tronco se movimenta em direção às pernas. Realizar uma *Estocada* para a **Posição Vertical Joelho Flexionado** com o pé da perna flexionada se movimentando simultaneamente





CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
DESPORTOS  
AQUÁTICOS



Av. Presidente Vargas, 463 • 7º Andar • Centro, Rio de Janeiro, RJ • CEP 20071-908  
Tel.: 55 21 2507.4016 • 55 21 2507.3143 • 55 21 2507.3195 • 55 21 2507.3415  
www.cbda.org.br • cbda@cbda.org.br

para o lado interno da perna vertical durante a subida. Uma *Descida de Vertical* é executada no mesmo tempo em que foi realizada a *Estocada*.



							Total
NVT		12.0	12.0	5.0	30.0	10.0	69
PV		1.74	1.74	0.72	4.35	1.45	

#### 4- 115 Catalina 2.3

Assumir a **Posição de Cancã**. Executar uma *rotação de Catalina*. Elevar a perna horizontal para a **Posição Vertical**. Terminar a figura em *Descida de Vertical*.



							Total
NVT		10.5	11.0	24.0	18.5	14.0	78
PV		1.35	1.41	3.08	2.37	1.79	







CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
DESPORTOS  
AQUÁTICOS



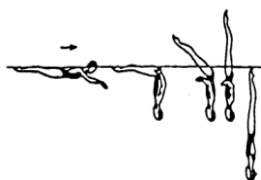
Av. Presidente Vargas, 463 • 7º Andar • Centro, Rio de Janeiro, RJ • CEP 20071-908  
Tel.: 55 21 2507.4016 • 55 21 2507.3143 • 55 21 2507.3195 • 55 21 2507.3415  
www.cbda.org.br • cbda@cbda.org.br

**Grupo 2**

**3- 355 Boto 2.2**

A partir da **Posição de Frente**, assumir uma **Posição Carpada à Frente**. Desta posição as pernas se elevam da superfície até a tomada da **Posição Vertical**. Da Posição Vertical realizar uma **Descida**

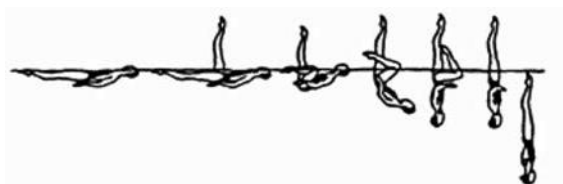
de Vertical que termina quando os calcanhares atingem a superfície e continuar a ação com um **Parafuso Ascendente de 180º** que termina quando os calcanhares atingem a superfície e continuar a descida até a total submersão dos dedos dos pés



NVT=	12.0	29.0	
PV =	1.36	3.30	

**4- 140 Flamingo Joelho Flexionado 2.4**

Da **Posição de Costa** realizar uma **subida de Cancâ**, uma das pernas é flexionada em direção ao tronco, com a canela permanecendo na superfície até chegar que o meio da panturrilha da perna vertical. Os quadris se elevam ao mesmo tempo em que o tronco desenrola para debaixo da perna vertical e o pé da perna flexionada se movimenta em direção ao lado interno da perna vertical para chegar à **Posição Vertical Joelho Flexionado**. A perna flexionada estende para assumir a **Posição Vertical**. A figura finaliza com **Descida de Vertical**.





CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
DESPORTOS  
AQUÁTICOS



Av. Presidente Vargas, 463 • 7º Andar • Centro, Rio de Janeiro, RJ • CEP 20071-908  
Tel.: 55 21 2507.4016 • 55 21 2507.3143 • 55 21 2507.3195 • 55 21 2507.3415  
www.cbda.org.br • cbda@cbda.org.br

NVT=	10.5	11.0	10.5	22.0	14.5	14.0
PV =	1.27	1.33	1.27	2.67	1.76	1.70

**Grupo 3:**  
**3- 240A ALBATROZ ½ GIRO**  
**2.6**

Na **Posição de Costas** iniciar um *Dolphino* em direção à cabeça até que os quadris estejam próximos a submergir. Neste ponto as costas se arqueiam mais ao mesmo tempo o tronco executa um rolamento sobre si para formar uma **Posição Carpada à Frente**. As pernas simultaneamente sobem para vertical ao mesmo tempo em que uma delas flexiona para a **Posição Vertical de Joelho Flexionado**. Realizar um *Giro de 180º*. Finalizar com *Descida de Vertical*.



NVT=	12.0	16.0	15.5	16.5	14.0
PV =	1.62	2.16	2.09	2.23	1.89

**4 - 346**  
**2.0** **Rabo de Peixe Lateral**

De uma **Posição de Frente**, assumir uma *Posição Carpada à Frente*. Uma das pernas sobe à vertical ao mesmo tempo o corpo gira 90 graus no seu eixo longitudinal para atingir uma **Posição de Rabo de Peixe Lateral**, e continuando o movimento na mesma direção, uma nova rotação de 90 graus em que perna vertical desce até a tomada da **Posição de Abertura**. Desta posição as pernas se levantam para a **Posição Vertical**. Uma *Descida de Vertical* finaliza a figura.







CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
DESPORTOS  
AQUÁTICOS



Av. Presidente Vargas, 463 • 7º Andar • Centro, Rio de Janeiro, RJ • CEP 20071-908  
Tel.: 55 21 2507.4016 • 55 21 2507.3143 • 55 21 2507.3195 • 55 21 2507.3415  
www.cbda.org.br • cbda@cbda.org.br



### 6.1.3 GRUPOS DE IDADE

6.3 – Em todas as figuras listadas, quanto mais próxima estiver dos desenhos retirados do livro de regras da FINA, melhor será a avaliação.

## SESSÃO DE ROTINA

**Art. 7º** - A sessão de Rotina Livre terá sua pontuação final equivalente a 100% do total final e constará de Rotina Livre de Solo; Dueto e Equipe.

**7.1** - Na Rotina Livre não existe qualquer restrição ao conteúdo coreográfico e ou escolha da música e da coreografia poderão constar quaisquer figuras listadas ou suas partes, ou ainda figuras híbridas, assim também quaisquer nados ou partes destes.

**7.2** - O tempo limite de Rotinas para as respectivas classes incluindo os dez (10) segundos de movimento de borda será de:

#### 7.2.1 -

- Solo: dois minutos (2')
- Dueto: dois minutos e trinta segundos (2'30")
- Equipe três minutos e trinta segundos (3'30")

**Art. 8º** - Se houver para a prova de Rotina mais de 12 inscrições, se farão realizar final com as 12 rotinas que obtiverem maior pontuação. O sorteio de ordem de entrada na final será realizado tão logo o resultado da preliminar seja anunciado e em dois blocos de 6 (seis).

O primeiro bloco, que corresponderá à ordem de entrada de 1-6, será composto pelas Rotinas colocadas do 7º ao 12º lugares; já as Rotinas classificadas do 1º ao 6º lugares comporão o segundo bloco de sorteio e terão como ordem de entrada do n.º 7 ao 12.





**CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
DESPORTOS  
AQUÁTICOS**



Av. Presidente Vargas, 463 • 7º Andar • Centro, Rio de Janeiro, RJ • CEP 20071-908  
Tel.: 55 21 2507.4016 • 55 21 2507.3143 • 55 21 2507.3195 • 55 21 2507.3415  
www.cbda.org.br • cbda@cbda.org.br

Em caso de empate entre o 6º e 7º colocados se sortearão os 5 últimos de 1 a 5; o 6º e 7º; e os 5 demais de 8 a 12; ficando esclarecido que aquele que obteve a maior pontuação será o 1º a ser sorteado e assim por diante até que o 7º ou o 8º realizem o sorteio com os números restantes.

### Da premiação

**Art. 9º-** Neste Torneio para a pontuação final será aplicada a tabela abaixo discriminada, com a finalidade de contagem de pontos, que irá determinar o Estado Campeão, Vice-campeão e Terceiro colocado e o clube campeão . Em cada uma das sessões de Solo, Dueto e Equipe serão distribuídas medalhas de ouro, prata e bronze respectivamente para 1º colocado, 2º colocado e 3º colocado, em cada nível.

**TABELA DE PONTUAÇÃO**

COLOCAÇÃO	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º
<b>SOLO TÉCNICO E LIVRE</b>	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
<b>DUETO Técnico e Livre</b>	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7
<b>EQUIPE Técnica, Livre, Combo</b>	24	22	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2

**Art. 10º-** Quaisquer questões que não estejam previstas neste regulamento serão decididas pela Diretoria da CBDA.

