

REGULAMENTO 2021

CAMPEONATO BRASILEIRO INTERCLUBES DE NADO ARTÍSTICO – INFANTIL E JUVENIL

ESSE CAMPEONATO SERÁ REALIZADO EM PARCERIA DA CBDA COM A CBC

DAS INSCRIÇÕES

Art. 1º - O Campeonato Brasileiro Interclubes de Nado Artístico – Infantil e Juvenil será regido pelas regras da FINA e pelo Regulamento específico do Campeonato.

Art. 2º - Este Campeonato destina-se a clubes de todas as regiões do país Nível A, Nível B e Principiante.

Para os clubes integrados ao CBC, é obrigatório o uso do selo de formação do CBC nos uniformes, e o seguro viagem dos atletas participantes.

2.1- Os clubes de Nível A são aqueles que já competem Nado Artístico há mais de cinco (5) anos; sendo a participação como Nível B não é permitida. Um clube Nível A somente poderá voltar à condição de Nível B se não competir os Campeonatos e Torneios Oficiais por cinco (5) anos consecutivos, ou mais.

2.2- Será considerado como Nível B aquele clube que após competir por cinco (5) anos ou menos Nado Artístico, sendo sua participação permitida em competições Nível A e possibilitada sua volta ao Nível B. Um clube novo, poderá competir no Nível B por até três (3) anos. Os clubes que iniciaram até 2017 podem cumprir os cinco (5) anos no Nível B.

2.2.1- Aos clubes que passariam a nível A no ano de 2021, será concedido competir como nível B por mais esse ano.

2.3- A um atleta de nível B não será permitido em um mesmo Campeonato ou Torneio, competir em uma categoria como Nível A em outra categoria no nível B. Assim o atleta somente poderá competir ou como Nível A ou como Nível B.

2.3.1- O atleta de um clube nível B que competir como nível A, não poderá retornar ao nível B, mesmo seu clube estando nesta categoria.

2.3.2- Ao clube de Nível B, será permitido competir em diferentes categorias em um mesmo Campeonato e/ou Torneio, desde que os atletas envolvidos no Nível A, somente compitam nesta categoria, assim como os de Nível B compitam somente no Nível B. No caso de haver constatação que um atleta competiu em diferentes categorias num mesmo Campeonato/e ou Torneio, o clube será desclassificado das provas em que o referido atleta competiu.

Art. 3º - Para participar do Campeonato Brasileiro Interclubes de Nado Artístico - Infantil —Juvenil, o clube tem que estar registrado e em dia com suas obrigações na Federação de seu Estado, assim como nesta entidade — CBDA, no ato da inscrição.

3.1- A inscrição deverá ser enviada a esta Confederação - CBDA, no prazo de até **20 (vinte) dias úteis** à data prevista como primeiro dia de evento (esta data de inscrição consta do calendário de Nado Artístico desta entidade - CBDA). A inscrição deverá ser enviada na ficha oficial de inscrição da CBDA através de seu Clube. Nesta mesma data, se faz necessário enviar a inscrição eletrônica, que não substitui a inscrição enviada pelo Clube. Após esta data, prevista no calendário, não será aceita nenhuma inscrição.

3.2- Os atletas assim como os membros da comissão técnica deverão apresentar no prazo de 10 dias anteriores ao Campeonato um seguro de vida (viagem) com cobertura para COVID-19 e acidentes pessoais para durante todo o período do Campeonato. (ANEXO I)

3.3- A inscrição deverá estar corretamente preenchida, contendo os seguintes dados:

I- Data de nascimento;

II- O nº de registro na CBDA da nadadora, assim como seu nível e categoria;

III- Designar a prova na qual a nadadora competirá com nomeação de: Solo e sua reserva; Dueto e sua reserva e os atletas que compõem a Equipe e suas reservas em cada respectiva categoria.

Não será aceita nenhuma inserção de atleta após esta data.

3.4- O congresso técnico será realizado 48 horas antes do início do Campeonato. Qualquer modificação somente será permitida **até 24 horas antes do dia programado para o sorteio de ordem de entrada**, e apenas entre os atletas já inscritas nas diversas sessões da competição: Ex: modificar qual atleta nadará que sessão de rotina dentre os nomes já inscritos pelo clube. As modificações permitidas devem ser enviadas à Confederação CBDA via e-mail, no tempo previsto.

OBS: O congresso técnico será realizado no formato virtual, via zoom, com divulgação do link via boletim oficial para reunião 24h antes do horário previsto para o congresso.

Após a data prevista para inscrição na CBDA (20 dias úteis antes da data do primeiro evento) não mais será acolhida nenhuma inscrição de atleta cujo nome não integre a relação anteriormente relatada. Se por uma questão médica um dos atletas ficar impossibilitado de competir, UM LAUDO MÉDICO INDICANDO A MOTIVAÇÃO DA NÃO PARTICIPAÇÃO poderá possibilitar uma nova inscrição. No caso de o clube participar com 2 equipes, através do laudo, será possível mover um atleta da segunda equipe para a primeira (se este for o caso), desde que a primeira não tenha reservas, ficando permitida, sem penalização, a participação da segunda equipe com número de atletas menor que o da inscrição. As modificações permitidas devem ser enviadas à Confederação CBDA via fax ou para o e-mail: juliana.dias@cbda.org.br com cópia para o email mauricio.pradal@cbda.org.br no tempo previsto.

3.4.1- O foro do Congresso Técnico é aquele em que serão consentidos cortes e ou correções no programa; definição dos atletas titulares de solo, não sendo admitido, todavia, qualquer mudança da inscrição original, com exceção do **artigo 3.4**.

Todas as decisões aprovadas no Congresso Técnico, como mudança no programa, locais de provas e etc, serão soberanas.

3.4.2- Todos os atletas e comissão técnica do clube deverão apresentar um teste de PCR negativo realizado no máximo 72 horas do primeiro dia do Campeonato.

3.4.3- Todos os atletas e membros da comissão técnica deverão seguir o protocolo de segurança contra o COVID anexado ao final deste regulamento.

3.4.4- A atleta titular do solo será nomeada (caso exista reserva) durante o Congresso Técnico.

3.4.5 A retirada de atletas de provas, **após o congresso técnico**, sem justificativa médica (atestado, exames que comprovem a impossibilidade do atleta de competir), acarretará no pagamento de taxa de R\$ 100,00)

Art. 4º — Este Campeonato será destinado a nadadores das categorias Infantil e Juvenil

- Infantil com 12 anos ou menos, nascidos em 2009 ou após.
- Juvenil – com idades de 13, 14 e 15 anos, nascidos em 2008, 2007, 2006.

4.1.1- Será permitido que atletas nascidos no ano de 2009 (12anos) compitam na categoria juvenil.

4.1.2 - Cada clube poderá inscrever desde que tenha entre 4 e 8 atletas, 1 solo, 1 solo masculino, 1 dueto, 1 dueto misto e 1 equipe. Em caso de o clube participar com 3 atletas terá direito a inscrever 1 solo, 1 solo masculino, 1 dueto e 1 dueto misto.

4.2- O clube que tiver 9 atletas poderá inscrever mais 1 solo numa segunda equipe; o 9º atleta não poderá pertencer à primeira equipe sequer como reserva.

4.3- O clube que tiver 10 atletas poderá inscrever mais 1 solo, 1 solo masculino, 1 dueto e 1 dueto misto numa segunda equipe; os atletas deste outro solo e deste outro dueto não poderão pertencer à primeira equipe sequer como reservas.

4.4- O clube que tiver 11 atletas poderá inscrever: Mais 1 solo, 1 solo masculino, 1 dueto e 1 dueto misto numa segunda equipe; os atletas deste outro solo e deste outro dueto não poderão pertencer à primeira equipe sequer como reservas.

4.5- O clube que tiver 12 atletas ou mais poderá inscrever: Mais 1 solo, 1 solo masculino, mais 1 dueto e 1 dueto misto **ou** mais uma equipe; os atletas desta segunda equipe não poderão pertencer à primeira equipe sequer como reservas

4.6- O clube que desejar, poderá inscrever um máximo de duas reservas em sua equipe, nas categorias infantil e juvenil.

4.7- O clube que desejar, pode inscrever 1 atleta para reserva de dueto, nas categorias infantil e juvenil.

4.8– Dueto misto não tem reserva em nenhuma categoria

4.9 – As provas desta competição serão:

4.9.1 – Solo feminino e masculino, somente uma atleta e em caso de reserva na inscrição a definição do solista será no congresso técnico.

4.9.2 – Dueto feminino, composto de duas atletas e uma reserva. A definição dos nadadores deve ser feita 2h antes do início da prova.

4.9.3 – Dueto misto, composto de um atleta masculino e outro feminino sem reserva. Para este campeonato

é permitido que a atleta feminina seja a mesma que compõe o dueto feminino.

4.9.4 – Equipe livre deve ser composta por pelo menos 4 e não mais que 8 atletas.

PROVAS DA COMPETIÇÃO

Art. 5º — Nesse Campeonato serão realizadas sessões de Figura e Rotina Livre para as categorias de Infantil e Juvenil; Os nadadores inscritos nesse Campeonato, nas categorias **Infantil e Juvenil**, deverão obrigatoriamente participar das duas sessões que compõem o Campeonato em suas respectivas categorias: **Figura e Rotina Livre**; a única exceção a esta regra será feita aqueles atletas inscritos como reservas na sessão de Rotina. A prova de Figura valerá 100 pontos; a este total somar-se-á a pontuação de Rotina Livre, que também valerá 100 pontos, para um total final de 200 pontos;

PROVA DE FIGURAS

Art. 6º - A sessão de figuras equivalerá ao máximo de 100 pontos no resultado final. Na competição de Figuras as notas serão fechadas. Haverá premiação para os primeiros, segundos e terceiros lugares de Figuras.

6.1- Essa premiação de Figuras não será computada para a pontuação final de clubes. A sessão de Figuras constará de quatro (4) figuras, duas (2) obrigatórias e duas (2) que serão escolhidas por sorteio dentre os grupos de figuras, listados como a seguir:

CATEGORIA INFANTIL (IDADE 12 ANOS E MENORES)

OBRIGATÓRIAS:

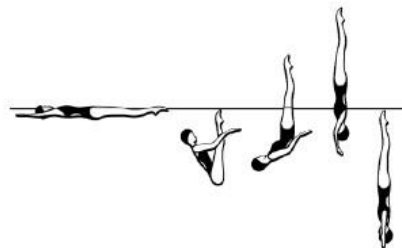
1 - 106 CANCÃ (1.6)

A partir da Posição de Costas, uma perna é elevada estendida para a Posição de Cancã. Para finalizar realizar uma Descida de Cancã.



2 - 301 BARRACUDA (1.9)

A partir da Posição de Costas, ao mesmo tempo em que as pernas se elevam da superfície o tronco submerge para a Posição Carpada Atrás, com os dedos dos pés logo abaixo da superfície da água. Uma Estocada para a Posição Vertical é realizada. Uma Descida de Vertical é realizada no mesmo tempo em que foi realizada a Estocada.

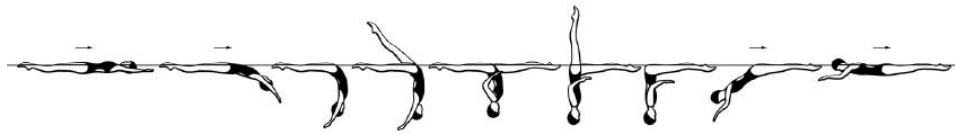


GRUPOS PARA SORTEIO

GRUPO 1

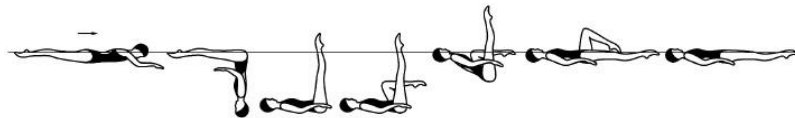
3 - 420 PASSO ATRÁS (1.9)

Com a cabeça liderando, se inicia um Dolfinho. Os quadris, pernas e pés continuam se movendo através da superfície, enquanto as costas se arqueiam mais para assumir a Posição de Arco de Superfície. Uma das pernas se eleva da superfície em um arco de 180º até alcançar a Posição de Abertura. A figura finaliza com uma Saída de Passo Atrás até alcançar a Posição de Frente.



4 - 327 BAILARINA (1.8)

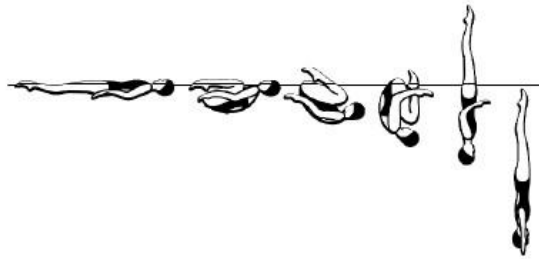
Partindo da Posição de Frente uma Cambalhota Carpada à Frente é realizada até que o corpo assuma a Posição de Cancã Duplo Submerso. Uma das pernas flexiona para assumir a Posição de Flamingo Submerso. Mantendo essa posição, o corpo sobe verticalmente até que a Posição de Flamingo de Superfície seja alcançada. A perna vertical desce, estendida, em direção à superfície, ao mesmo tempo em que a outra perna assume uma Posição de Costas com Joelho Flexionado (veleiro). O dedo do pé da perna flexionada se movimenta pelo lado interno da perna estendida para alcançar a Posição de Costas.



GRUPO 2

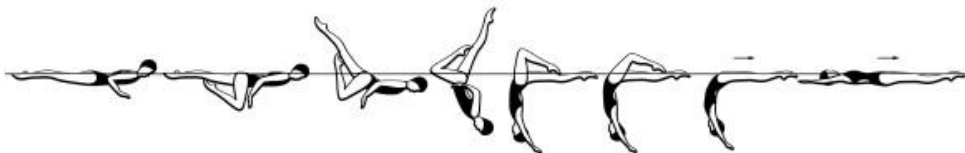
3 - 311 KIP (1.6)

Da Posição de Costas, uma parcial Cambalhota Grupada Atrás é executada até que as canelas estejam perpendiculares à superfície. O tronco se desenrola ao mesmo tempo em que as pernas estendem para chegar à Posição Vertical no meio caminho entre as linhas verticais formadas pela que passa nos quadris e a que passa pela cabeça e queixo. Uma Descida de Vertical finaliza a figura.



4 - 401 PEIXE ESPADA (2.0)

Iniciando na Posição de Frente, a Posição de Frente com Joelho Flexionado é assumida. As costas se arqueiam mais ao mesmo tempo em que a perna estendida se eleva da superfície em um arco de 180°, até que o corpo assuma uma Posição de Arco de Superfície Joelho Flexionado, e num movimento contínuo o joelho flexionado estende para uma Saída de Arco e finaliza na Posição de Costas.



GRUPO 3

3 – 226 CISNE (2.1)

Uma Nova é executada até a Posição de Arco de Superfície com Joelho Flexionado. A perna flexionada estende para assumir a Posição de Cavaleiro. O corpo faz uma rotação de 180° para assumir a Posição de Rabo de Peixe. A perna vertical se move para a superfície para encontrar a perna oposta e assumir a Posição Carpada a Frente, e com um movimento contínuo o corpo estendido assume a Posição de Frente. A cabeça deve chegar na superfície no ponto ocupado pelos quadris no início dessa ação.



4- 363 PINGO D'ÁGUA (1.5)

Iniciando na Posição de Frente, uma Carpada à Frente é assumida. As pernas se elevam simultaneamente para a Posição Vertical Joelho Flexionado. Um parafuso de 180° é executado enquanto a perna flexionada se estende para assumir a Posição Vertical, antes que os tornozelos alcancem a superfície da água.



CATEGORIA JUVENIL (IDADE 13 -14 -15 ANOS)

OBRIGATÓRIAS:

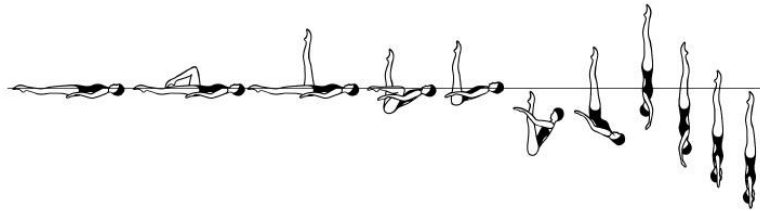
1 - 423 – ARIANA (2.2)

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.



2 – 143 RIO (3.1)

Um Flamingo é executado até a Posição de Flamingo na Superfície. A perna horizontal é estendida para a Posição de Cancã Duplo na Superfície. O corpo submerge verticalmente para a Posição de Carpada Atrás, com os dedos dos pés logo abaixo da superfície. A figura é completada com uma Barracuda com Parafuso de 360°.

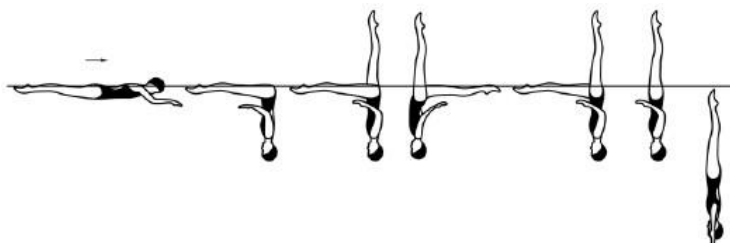


GRUPOS PARA SORTEIO

GRUPO 1

3 - 351 JUPITER (2.8)

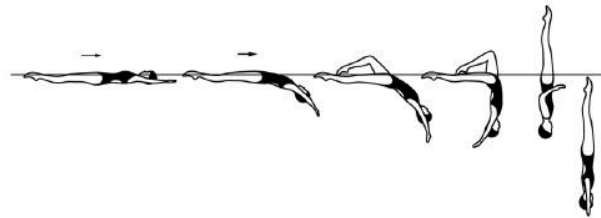
A Posição Carpada à Frente é assumida a partir da Posição de Frente. Uma das pernas se eleva da superfície para assumir a Posição de Rabo de Peixe. Mantido o ângulo entre as pernas, a perna horizontal se eleva e ao mesmo tempo a perna vertical descreve um arco de 90° para alcançar a superfície e assumir a Posição de



Cavaleiro. Com o alinhamento vertical do corpo mantido, a perna horizontal descreve um arco de 180º pela superfície da água e assume uma Posição de Rabo de Peixe. A perna horizontal é elevada para a Posição Vertical. Para finalizar é executada uma Descida de Vertical.

4 - 437 OCEANEA (2.1)

A figura Nova é executada até assumir a Posição de Arco de Superfície com o Joelho Flexionado. A perna estendida é levantada enquanto a perna flexionada é estendida para a Posição Vertical. Um Parafuso

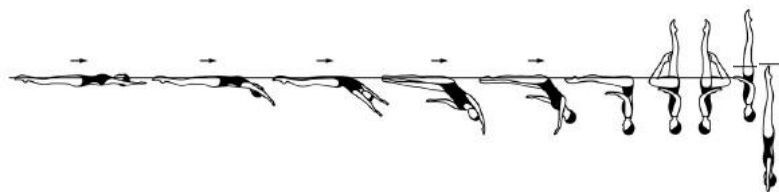


Contínuo de 720º (2 rotações) completa a figura.

GRUPO 2

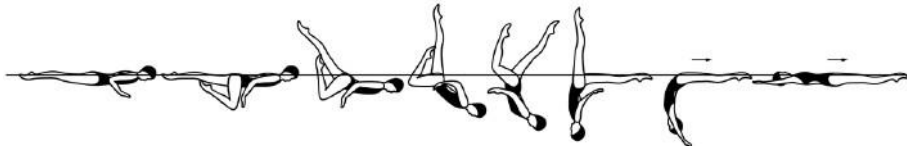
3 – 240a ALBATROZ MEIO GIRO (2.2)

Com a cabeça liderando o movimento um Dolfinho é iniciado até que os quadris estejam próximos a submergir. Neste ponto, quadris, pernas e pés continuam deslizando pela superfície, ao mesmo tempo em que o corpo rola sobre si para assumir uma Posição Carpada à Frente. As pernas, simultaneamente, se levantam da superfície para a Posição Vertical Joelho Flexionado. Um Meio Giro é executado. Outro Meio Giro é executado ao mesmo tempo em que a perna flexionada é estendida para a Posição Vertical. Uma Descida de Vertical é realizada.



4 - 403 ESPADA (2.3)

Partindo da Posição de Frente uma Posição de Frente com Joelho Flexionado é assumida. As costas se arqueiam mais ao mesmo tempo em que a perna estendida se eleva em um arco de 180° sobre a superfície. Quando a perna estendida passar pela vertical, a perna flexionada se estende, com o pé seguindo uma linha vertical para assumir Posição de Cavaleiro. A perna vertical desce em direção à superfície com o corpo

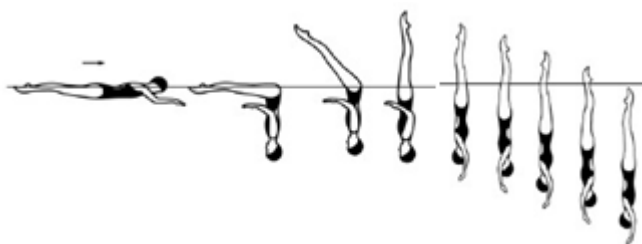


assumindo uma Posição de Arco na Superfície. Uma Saída de Arco de Superfície para a Posição de Costas finaliza a figura.

GRUPO 3

3- 355f BOTO COM PARAFUSO CONTÍNUO 720° (2.1)

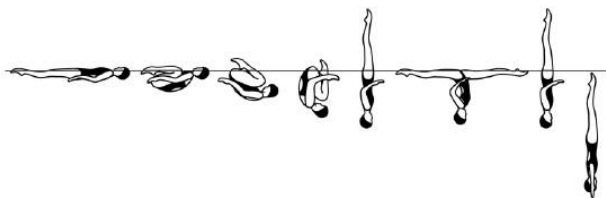
A Posição Carpada à Frente é assumida a partir da Posição de Frente. As pernas se elevam da superfície para assumir a Posição Vertical. Um Parafuso Contínuo de 720° termina a figura.



4 - 315 GAIVOTA (2.1)

Da Posição de Costas, uma parcial Cambalhota Grupada Atrás é executada até que as canelas estejam perpendiculares à superfície da água. O tronco se desenrola rapidamente enquanto as pernas se estendem para assumir a Posição Vertical, na linha vertical formada no meio do caminho entre os quadris e a linha vertical que passa pela cabeça e canelas. As pernas se movem simetricamente e num movimento rápido,

para a superfície da água, para assumir a Posição de Abertura. As pernas se juntam rapidamente para a Posição Vertical. Uma Descida de Vertical é executada no mesmo tempo que as ações iniciais da figura.



PROVA DE ROTINA LIVRE

Art 7º: Nas categorias Infantil e Juvenil, a sessão de Rotina Livre terá sua pontuação equivalente a 100% e constará de Rotina Livre de Solo, Solo Masculino, Dueto, Dueto Misto, Equipe. Essa pontuação será somada à pontuação de figuras que também terá sua pontuação equivalente à 100%, para o resultado final (200%).

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

7.2 – Julgamento da Rotina

Primeiro Pannel – Execução – 30%

	Solo	Dueto & Dueto Misto	Equipe
EXECUÇÃO - o nível de excelência na execução de habilidades altamente especializadas. Execução de todos os movimentos.	90%	50%	50%
SINCRONIZAÇÃO - precisão do movimento em uníssono, um(a) com o(a) outro(a), com a música, acima, abaixo e na superfície. Sincronização do tempo de um(a) com o(a) outro(a), e com a música	10%	50%	50%

Segundo Pannel – Impressão Artística – 40%

	Solo	Dueto & Dueto Misto	Equipe
COREOGRAFIA - habilidade e criatividade, na elaboração da rotina e a combinação de movimentos artísticos e elementos técnicos. A concepção e interligação, junto com a variedade e criatividade de todos os movimentos.	100%	100%	100%
INTERPRETAÇÃO DA MÚSICA - expressão do sentimento e uso das métricas rítmicas da música.			
MANEIRA DE APRESENTAÇÃO – maneira em que o(a) nadador(a) apresenta a rotina para os espectadores. Total comando da apresentação da rotina.			

Terceiro Painel – Dificuldade – 30%

	Solo	Dueto & Dueto Misto	Equipe
DIFICULDADE – a qualidade de difícil alcance. Dificuldade de todos os movimentos sincronização	100%	100%	100%

DEDUÇÕES E PENALIDADES NAS PROVAS DE FIGURA E ROTINA LIVRE

Art 8º Nas competições de Equipe, deverá ser deduzido meio ponto da qualificação final, por cada competidor(a) inferior ao total máximo de oito (8) competidor(es).

8.1 - Um (1) ponto de penalidade será deduzido se:

8.1.1 O tempo limite de movimento de borda, dez (10) segundos for excedido.

8.1.2 - Se o tempo limite total da rotina é excedido. Este tempo já permite um desvio de quinze (15) segundos para mais ou para menos que o tempo disposto como limite para aquela rotina específica em acordo com a regra AS 14.1 e ASAG 5. Se passar ou faltar haverá penalidade.

8.1.3 - Se no movimento de entrada para tomada da posição de saída da borda ultrapassar o tempo limite

de trinta (30) segundos.

8.1.4 - Se um competidor fizer uso deliberado do fundo da piscina.

8.2 - Dois (2) pontos de penalidade serão aplicados se:

8.2.1 - Se durante a rotina um (1) competidor, deliberadamente, utilizar o fundo da piscina para auxiliar outro competidor.

8.2.2 - Se durante os movimentos de borda um competidor interromper a rotina e novo início for permitido.

8.2.3 - Se durante os movimentos de borda uma equipe realizar Torres, Pirâmides humanas e/ou Estacas.

8.2.4 – Nas Rotinas Livres, se o número de movimentos acrobáticos exceder o máximo permitido, 2 pontos serão deduzidos na nota de rotina. Independentemente do número de movimentos acrobáticos adicionais, a penalidade máxima será de dois pontos.

8.2.5 – Na rotina Livre combinada, dois (2) pontos de penalidade serão deduzidos da pontuação, por cada violação dos elementos 3 e 4 das Exigências Gerais e Elementos Obrigatórios do Apêndice VII.

Art.9º TEMPO LIMITE DE ROTINAS

Os tempos de Rotina para este Campeonato serão como abaixo designados:

	SOLO FEMININO SOLO MASCULINO	DUETO FEMININO DUETO MISTO	EQUIPE
INFANTIL	2:00	2:30	3:00
JUVENIL	2:15	2:45	3:30

9.1 - *As músicas deverão ser levadas para a competição em pen drive, no formato mp3 seguindo o modelo:
Prova-Categoria-Clube*

PREMIAÇÃO

Art. 10º- Neste Campeonato para a pontuação final será aplicada a tabela abaixo discriminada, com a finalidade de contagem de pontos, que irá determinar o Clube Campeão, o Vice-campeão e o Terceiro colocado, de cada categoria, no Nível A e no Nível B. Em cada uma das sessões de Solo, Solo Masculino, Dueto, Dueto Misto e Equipe serão distribuídos medalhas de ouro, prata e bronze respectivamente para 1º colocado, 2º colocado e 3º colocado, em cada nível.

10.1 - Neste campeonato também serão premiados o primeiro, segundo e terceiros lugares de figuras de cada categoria, entretanto esta premiação não trará pontos para a pontuação final por clubes.

10.2 – A categoria Principiante também receberá medalhas de primeiro, segundo e terceiro lugares para figuras e rotinas, entretanto esta premiação não trará pontos para a pontuação final por clubes.

10.3 – A pontuação de Dueto Misto será utilizadas para fins de Troféu.

10.4 - A pontuação de Solo Masculino será utilizada para fins de Troféu.

10.5 – Em caso de empate na contagem de pontos para o Troféu, o desempate será efetuado pelo maior somatório de pontos nas rotinas livres.

COLOCAÇÃO	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º
SOLO	12	11	10	09	08	07	06	05	04	03	02	01
DUETO E DUETO MISTO	18	17	16	15	14	13	12	11	10	09	08	07
EQUIPE	24	22	20	18	16	14	13	12	11	10	09	08

Art. 11º- Quaisquer questões que não estejam previstas nestes regulamentos serão decididas pela Diretoria da CBDA.

REGULAMENTO CATEGORIA PRINCIPIANTE CAMPEONATO BRASILEIRO INFANTIL E JUVENIL DE NADO ARTÍSTICO 2021

Art. 1º As mesmas regras que regem cada um dos Campeonatos/Torneios, será a que regerá o Campeonato/Torneio do nível Principiante de cada categoria.

Art. 2º Cada atleta poderá participar do nível Principiante por dois anos. Devido a pandemia do COVID 19 que teve início no ano de 2020, somente no Campeonato de 2021, será permitido que o atleta que deixaria de ser nível Principiante compita por mais um ano como principiante.

Art. 3º Após competir no nível B ou A o atleta não será mais considerado Principiante.

Art. 4º Categorias de Idade:

4.1 – As categorias de Idade no nível Principiante serão as mesmas dos Campeonatos/Torneios da regra FINA, conforme o regulamento do campeonato.

- Infantil com 12 anos ou menos, nascidas em 2009 ou após.
- Juvenil – com idades de 13, 14 e 15 anos, nascidos em 2008, 2007, 2006.

4.1.1- Será permitido que atletas nascidos no ano de 2009 (12anos) compitam na categoria juvenil.

Art. 5º A atleta de nível Principiante necessita estar federada, e confederada.

Art. 6º SESSÕES DE FIGURA

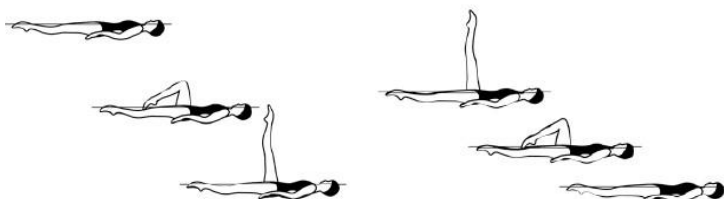
6.1 - Cada competidora(r) deverá realizar 2 figuras obrigatórias. E um grupo de 2 figuras sorteadas. Todas as competidoras nadam as mesmas figuras.

FIGURAS PRINCIPIANTE INFANTIL

OBRIGATÓRIAS:

1. 101 Cancã Simples (1.6)

Iniciando na Posição de Costas. Uma perna permanece ao longo da superfície. O pé da outra perna se move pelo lado interno da perna estendida para assumir uma Posição de Costas com o Joelho Flexionado. A perna flexionada se estende, sem movimento da coxa, para assumir a Posição de Cancã. A perna de cancã é flexionada, sem movimento da coxa, para assumir a Posição de Costas com o Joelho Flexionado. O dedo do pé da perna flexionada se move pelo lado interno da perna estendida até que a Posição de Costas seja assumida.



2. 303 Cambalhota Carpada Atrás (1.5)

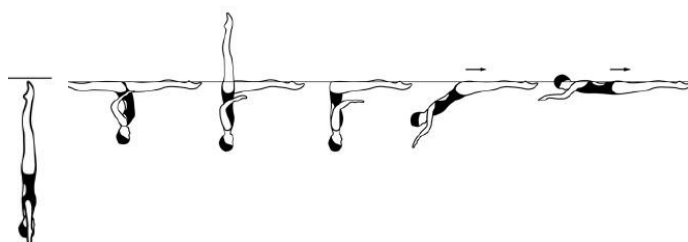
Iniciando na Posição de Costas, com o tronco permanecendo paralelo e perto da superfície, as pernas são elevadas rapidamente para assumir a Posição Carpada Atrás. Sem pausa, o corpo gira para trás em volta de um eixo lateral até que os pés e cabeça alcancem simultaneamente, a superfície. A Posição de Costas é assumida.



Grupo 1

3. Posição Vertical submersa p/ Posição de abertura c/Saída de Passo Atrás (1.5)

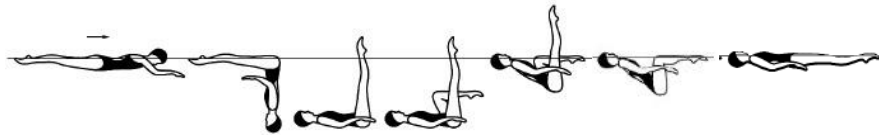
A partir da Posição Vertical Submersa, as pernas se separam simetricamente enquanto o quadril sobe para



assumir a Posição de Abertura. Uma Saída de Passo Atrás é realizada e a figura finaliza na Posição de Frente.

4. Bailarina (327) até a Posição de Flamingo de Superfície (1.6)

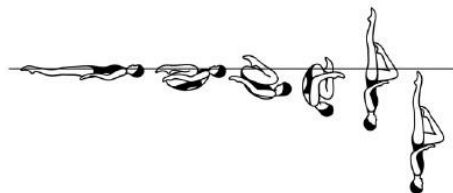
Iniciando na Posição de Costas, uma Carpada à Frente é executada até a Posição de Cancã Duplo Submersa. Uma perna é flexionada para assumir a Posição de Flamingo Submerso. Mantendo essa posição o corpo sobe para a superfície para a Posição de Flamingo na Superfície. A perna vertical é flexionada para assumir a Posição de Tina. As pernas estendem juntas para assumir a Posição de Costas.



Grupo 2

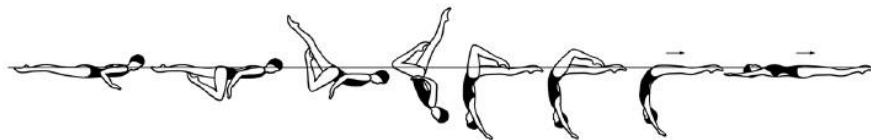
3. 316 KIPNUS (1.4)

Iniciando na Posição de Costas, uma parcial Cambalhota Grupada Atrás é executada até que as canelas estejam perpendiculares à superfície. O tronco se desenrola ao mesmo tempo em que as pernas elevam para assumir a Posição Vertical com Joelho Flexionado, na linha do meio entre as linhas verticais formadas pela que passa nos quadris e a que passa pela cabeça e queixo. Uma Descida de Vertical é realizada na Posição Vertical com Joelho Flexionado para finalizar a figura.



4 - 401 PEIXE ESPADA (2.0)

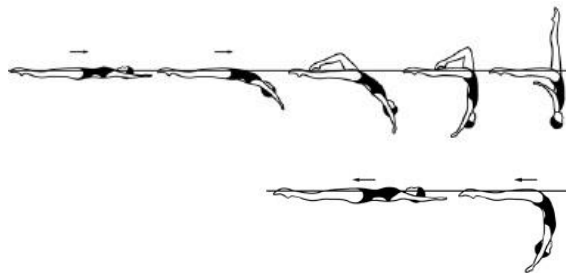
Iniciando na Posição de Frente, a Posição de Frente com Joelho Flexionado é assumida. As costas se arqueiam mais ao mesmo tempo em que a perna estendida se eleva da superfície em um arco de 180°, até que o corpo assuma uma Posição de Arco de Superfície Joelho Flexionado, e num movimento contínuo o joelho flexionado estende para uma Saída de Arco e finaliza na Posição de Costas.



Grupo 3

3. Cisne até Posição de Cavaleiro – arco de superfície e Posição de Costas (1.8)

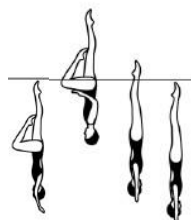
Uma Nova é executada até a Posição de Arco de Superfície com Joelho Flexionado. A perna flexionada



estende para assumir a Posição de Cavaleiro. A perna vertical se move para a superfície para assumir a Posição de Arco de Superfície. Com os pés liderando o movimento, o quadril, peito e face sequencialmente chegam à superfície, até que a cabeça ocupe a posição do quadril para assumir a Posição de Costas.

4. Vertical c/ joelho Flex submersa com final da figura Pingo D'água (1.4)

A partir da Posição Vertical Submersa com Joelho Flexionado, o corpo sobe para a superfície, para assumir a Posição Vertical com Joelho Flexionado. Um parafuso de 180° é executado enquanto a perna flexionada se



estende para assumir a Posição Vertical, antes que os tornozelos alcancem a superfície da água.

FIGURAS PRINCIPIANTE JUVENIL

OBRIGATÓRIAS:

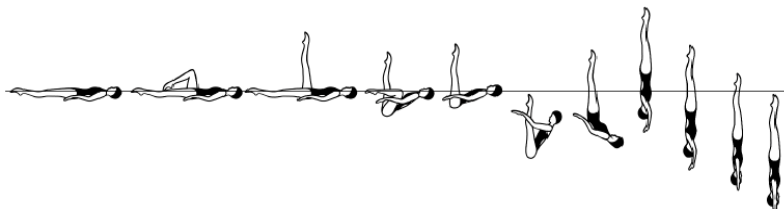
1. 423 - Ariana (2.2)

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.



2. 143 Rio sem o Parafuso (2.8)

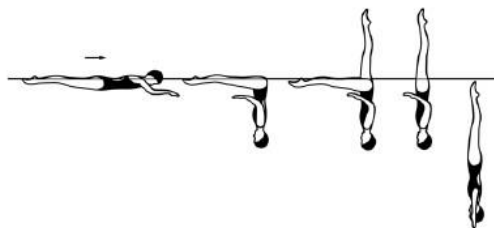
Um Flamingo é executado até a Posição de Flamingo na Superfície. A perna horizontal é estendida para a Posição de Cancã Duplo na Superfície. O corpo submerge verticalmente para a Posição de Carpada Atrás, com os dedos dos pés logo abaixo da superfície. A figura é completada com uma Barracuda.



Grupo 1:

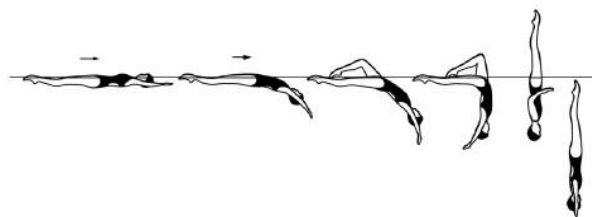
3. 348 Torre (1.9)

A partir da Posição de Frente uma Posição Carpada à Frente é assumida. Uma perna é elevada para assumir a Posição de Rabo de Peixe. A perna horizontal é elevada para assumir a Posição Vertical. Uma Descida de Vertical é executada.



4. 439 Oceanita (1.8)

Uma Nova é executada até a Posição de Arco de Superfície com Joelho Flexionado. A perna horizontal é elevada para a vertical enquanto a perna estendida se estende para assumir a Posição Vertical. Uma Descida

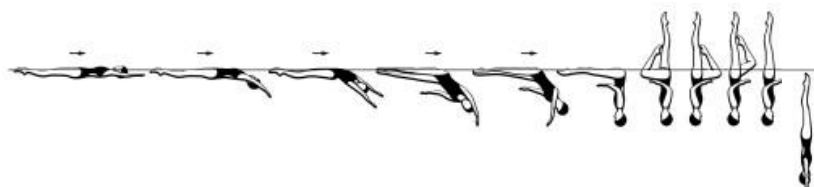


de Vertical é executada.

Grupo 2:

3. 240 Albatroz (2.2)

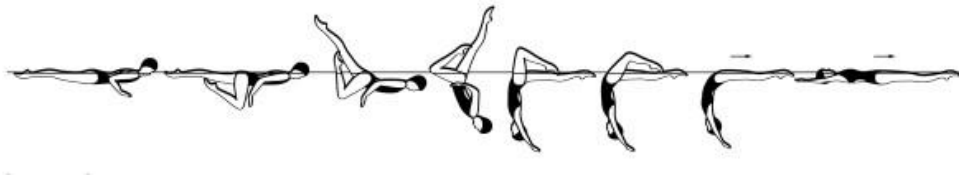
Com a cabeça liderando o movimento um Dolfinho é iniciado até que os quadris estejam próximos a submergir. Neste ponto, quadris, pernas e pés continuam deslizando pela superfície, ao mesmo tempo em que o corpo rola sobre si para assumir uma Posição Carpada à Frente. As pernas, simultaneamente, se



levantam da superfície para a Posição Vertical Joelho Flexionado. Um Meio Giro é executado. A perna flexionada é estendida para a Posição Vertical. Uma Descida de Vertical é realizada.

4. 401 Peixe Espada (2.0)

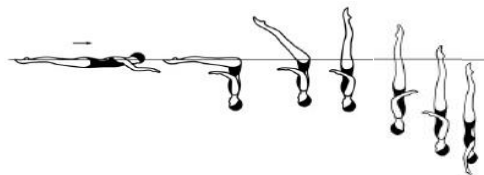
Iniciando na Posição de Frente, a Posição de Frente com Joelho Flexionado é assumida. As costas se arqueiam mais ao mesmo tempo em que a perna estendida se eleva da superfície em um arco de 180°, até que o corpo assuma uma Posição de Arco de Superfície Joelho Flexionado, e num movimento contínuo o joelho flexionado estende para uma Saída de Arco e finaliza na Posição de Costas.



Grupo 3:

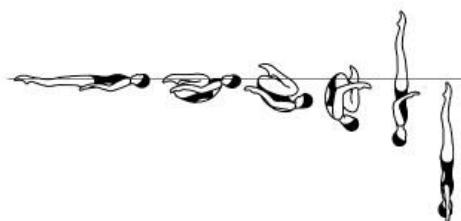
3. 355e Boto com Parafuso 360° (2.0)

A Posição Carpada à Frente é assumida a partir da Posição de Frente. As pernas se elevam da superfície para assumir a Posição Vertical. Um Parafuso de 360° termina a figura.



4. 311 Kip (1.6)

Da Posição de Costas, uma parcial Cambalhota Grupada Atrás é executada até que as canelas estejam perpendiculares à superfície da água. O tronco se desenrola rapidamente enquanto as pernas se estendem para assumir a Posição Vertical, na linha vertical formada no meio do caminho entre os quadris e a linha vertical que passa pela cabeça e canelas. Uma Descida de Vertical é executada para finalizar a figura.



Art7º- PROVA DE ROTINA LIVRE

7.1 - Na Rotina 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:

Categoria	Solo	Dueto	Equipe
Princ. Infantil	1:30	2:00	2:30
Princ. Juvenil	2:00	2:30	3:00

7.3 A Premiação na categoria Principiante, serão distribuídas medalhas de ouro, prata e bronze respectivamente para 1º colocado, 2º colocado e 3º colocado, em cada prova.

Art 8º Quaisquer questões que não estejam previstas nestes regulamentos serão decididas pela Diretoria da CBDA

EVENTO ONLINE

Conceito do Evento

O Campeonato Brasileiro em virtude da pandemia do COVID 19 terá a opção de evento virtual para os clubes que decidirem por não viajar para a Competição. Os resultados dos clubes que participarem virtualmente serão combinados com os resultados dos clubes presenciais para determinar o ranking final e premiações.

Obs.: os clubes deverão escolher se competirão presencial ou virtual, não será permitido participar das duas formas.

O evento virtual seguirá o mesmo regulamento Campeonato Brasileiro 2021 de acordo com a categoria do participante.

Datas e prazos

Prazo Final para envio das inscrições Campeonato Brasileiro Infantil e Juvenil	17/11/2021
Prazo Final para upload dos vídeos de Figuras (apenas obrigatórias) e rotinas através de link we transfer	30/11/2021
Prazo Final para upload dos vídeos das Figuras sorteadas através de link wetransfer	24 horas antes da competição
Avaliação virtual com os árbitros	Durante a competição

- Envio dos vídeos para juliana.dias@cbda.org.br com cópia para mauricio.pradal@cbda.org.br

Evento Virtual – Informações sobre os Vídeos

Vídeo Rotina: Um vídeo completo de cada rotina deve ser filmado, sem interrupção e seguindo as instruções de vídeo pedidas neste regulamento. O vídeo não deve ser editado (contínuo) e incluir a caminhada e também filmar os atletas saindo da água assim como numa competição comum.

Envio dos vídeos: Todos os vídeos devem ser enviados até a data final descrita no quadro acima para os e-mails da direção do nado artístico da CBDA através de link we transfer.

Resolução dos vídeos: Todos os vídeos devem ser com a resolução de 1080p HD; e 30 frames por segundo (fps).

Posição de Filmagem: A pessoa responsável pela filmagem dos vídeos deve ser na lateral da piscina; exatamente no meio; 1m de distância em relação a borda; com a entrada na água a direita da pessoa responsável pela filmagem. A câmera deve estar elevada do chão na altura de 1,80m que é a altura na qual os juízes normalmente julgam as rotinas. Se possível, usar um tripé. O uso do zoom é permitido, mas deve ser usado com cautela. O vídeo deve ser filmado na horizontal.

Área da Piscina: A área da piscina deve estar livre de objetos que possam ser retirados tais como equipamentos, mochilas, toalhas, etc.

ANEXO I

PROTOCOLO DE SEGURANÇA COVID

A CBDA está inteiramente comprometida em zelar pela saúde de atletas, treinadores e toda comunidade aquática, não os colocando em risco de exposição ao novo coronavírus, e se solidariza a todos os afetados por esta crise sem precedentes, estando atenta a todas as orientações dos órgãos reguladores sobre os avanços da COVID-19.

Por meio deste documento, apresentamos o protocolo sanitário para realização do CAMPEONATO BRASILEIRO 2021.

Para realização dos eventos, os itens abaixo são obrigatórios para todos os participantes (atletas, treinadores, dirigentes, árbitros, prestadores de serviço, voluntários ou qualquer outra pessoa que tenha acesso a instalação).

REGRAS BÁSICAS

1. O acesso ao Campeonato é decidido pelas regras entre o clube anfitrião e levando em consideração os protocolos sanitários do momento publicados pelos órgãos públicos.
2. Antes do início das atividades, todos os participantes deverão apresentar teste RT-PCR com resultado NÃO DETECTADO, sendo a data de coleta do teste da seguinte forma:
 - a) Participantes não residentes no local da competição: Realizar o teste com até 72 horas de antecedência do início do embarque para o campeonato. O resultado do teste deverá ser enviado a CBDA com até 24 horas de antecedência da entrada no hotel. Ressaltamos que a realização e o envio do teste será de responsabilidade dos participantes e/ou responsáveis.
 - b) Participantes residentes no local da competição: Realizar o teste com até 72 horas de antecedência do início do campeonato. O resultado do teste deverá ser enviado a CBDA com até 24 horas de antecedência do início da competição. Ressaltamos que a realização e o envio do teste será de responsabilidade dos participantes e/ou responsáveis.

responsáveis.

- c) Todos os participantes (incluído comissão técnica e atletas) deverão entregar junto com os resultados dos testes um termo de responsabilidade assinado (menores de 18 anos deverão entregar com a assinatura do responsável).
 - d) Os atletas assim como os membros da comissão técnica deverão apresentar no prazo de 10 dias anteriores ao Campeonato um seguro de vida (viagem) com cobertura para COVID-19 e acidentes pessoais para durante todo o período do Campeonato.
3. Todos os participantes deverão usar máscaras de proteção facial durante todo período (exceto os atletas nos momentos de treinamento na água e competição), incluindo o deslocamento para a competição.
 4. Disponibilizaremos pontos de higienização através de álcool em gel por toda a instalação.
 5. Reforçamos que todos os protocolos de combate ao COVID-19 deverão ser respeitados objetivando a segurança e o bem-estar de todos os usuários da instalação e participantes do evento em questão.
 6. Diariamente, todos os participantes deverão responder um questionário de monitoramento de saúde, a ser fornecido de forma online por meio de um formulário google docs (Anexo 1) Ressaltamos que febre, tosse seca, dor de garganta, distúrbios no olfato, diarreia, fadiga e falta de ar, são alguns dos sintomas relacionados ao COVID-19 a serem monitorados e observados.
 7. Toda a equipe deverá seguir as normas e protocolos de entrada para a competição que serão solicitados pelo clube que irá sediar o evento.
 8. Em caso de qualquer sintoma e/ou alteração por parte de qualquer participante, esse será imediatamente afastado e encaminhado para o médico da CBDA, que estará a disposição durante toda a competição.
 9. Os participantes não residentes no estado da competição, estarão cobertos por um seguro de saúde com cobertura para COVID. Já participantes locais, é recomendável que tenham um plano de saúde para eventuais necessidades.
 10. No período de refeição, orientamos que todos os participantes respeitem o distanciamento de 2m, realizando suas refeições individualmente.
 11. A fim de zelar pela segurança de todos, é imprescindível o preenchimento do “Anexo 2 – Formulário de Responsabilidade” , que deverá ser preenchido e assinado pelo atleta e responsável (em caso dos menores de 18 anos).

PROTOCOLO PARA PCR POSITIVO

12. Em caso de resultado positivo, o participante será isolado e um novo teste PCR deverá ser feito.
 - a) Com o resultado do PCR Negativo, o participante deverá entrar em contato com o médico da CBDA e seguir as respectivas recomendações para retorno as atividades.
 - b) Com o resultado do PCR Positivo, o participante deverá entrar em contato com o médico da CBDA e imediatamente será afastado da competição.
13. Participantes com resultado positivo, residentes no mesmo local do Campeonato deverão se deslocar para as suas casas.
14. Participantes com resultado positivo, não residentes no local, hospedados em hotel, deverão ser isolados, e permanecerão por 10 dias no hotel. As despesas de hotel e alimentação do atleta em isolamento é de responsabilidade do clube/atleta.
15. Se o participante com teste positivo estiver hospedado em quarto duplo, o outro hóspede deverá realizar o teste de PCR. Conforme resultado, aplicar-se-a o mesmo procedimento de isolamento ou não.

Ressaltamos que as medidas acima são embasadas no “Protocolo de Retorno do Centro de Treinamento do Time Brasil (CTTB)”, disponível no link: <https://www.cob.org.br/pt/cob/home/guia-esporte-covid/> e poderão ser revisadas periodicamente de acordo com o cenário da pandemia no Brasil e visam a segurança de todos os participantes do evento.

Estamos a disposição para qualquer esclarecimento.

ANEXO 2

QUESTIONÁRIO DIÁRIO DE MONITORAMENTO DE SINTOMAS

Modelo do Questionário – Treinamento de Campo Nado Artístico	
Nome Completo	
CPF	
Função no evento	
Idade	
Em algum momento, você foi diagnosticado com COVID19?	
Se sim, quando foi diagnosticado?	
Por qual exame? RT PCR, Sorologia IgG ou Sorologia IgM?	
NESTE MOMENTO, você está com algum sintoma clínico? Tosse, Febre, Coriza, Dor de Cabeça, Dor de Garganta, Falta de Ar, Dor no Copo, Perda de Olfato e Paladar e/ou Fadiga Importante.	
Se você está com algum sintoma, coloque, por favor, a data de início dos sintomas.	
SOBRE A ÚLTIMA SEMANA: Durante esse período, você apresentou algum dos sintomas abaixo? Tosse, Febre, Coriza, Dor de Cabeça, Dor de Garganta, Falta de Ar, Dor no Copo, Perda de Olfato e Paladar e/ou Fadiga Importante.	
Se tiver apresentado algum sintoma, quando começou?	
NOS ÚLTIMOS 15 DIAS: Alguém que mora com você teve confirmação de infecção por coronavírus?	
Se sim, quando foi a suspeita ou confirmação diagnóstica do familiar ou amigo?	
Já se vacinou contra o COVID-19?	
Se sim, qual foi a vacina?	
Data da 1ª Dose: (dd/mm/ano)	
Data da 2ª Dose: (dd/mm/ano)	
Se tiver alguma pergunta ou dúvida para os médicos da CBDA, sinta-se a vontade para fazer	

ANEXO 3

TERMO DE RESPONSABILIDADE

Gentileza preencher, providenciar assinaturas e enviar uma cópia digitalizada para: juliana.dias@cbda.org.br com cópia para mauricio.pradal@cbda.org.br.

Nome completo do responsável: _____	
Número de telefone: _____	
E-Mail: _____	
NOS ÚLTIMOS 14 DIAS VOCE	
PERGUNTA	SIM OU NÃO
Em algum momento, você foi diagnosticado com COVID-19?	
Se sim, quando foi diagnosticado?	
Neste momento você está com algum sintoma clínico?	
Sintomas: Febre, tosse seca, falta de ar, perda de olfato/paladar, diarreia leve, dor no nariz, inflamação dos olhos, dor de garganta, congestão, dor de cabeça, calafrios, dores musculares/articulares.	
Se você está com algum sintoma, coloque, por favor, a data de início dos sintomas.	
Sobre a última semana. Durante esse período, você apresentou algum sintoma clínico?	
Se tiver apresentado algum sintoma, quando começou?	
Nos últimos 15 dias. Alguém que mora com você teve confirmação de infecção por coronavírus?	
Se sim, quando foi a suspeita ou confirmação diagnóstica do familiar ou amigo?	
Já se vacinou contra o COVID-19?	

Eu, _____, atleta participante do Campeonato Brasileiro de Nado Artístico, confirmo que irei me reportar à Equipe Médica da CBDA e/ou organização, em caso de qualquer mudança em meu estado de saúde, e confirmo estar de acordo em cumprir todas as orientações previstas por esse protocolo.

Eu, _____, responsável pelo atleta _____, declaro estar ciente e de acordo com os procedimentos implantados, e entendo que estes são para minimizar o risco de contaminação e que não há como eliminá-lo. Diante disso autorizo a participação do meu/minha filho(a) para o Campeonato, no período ___/___/___ a ___/___/___ a ser realizado na cidade _____, não podendo responsabilizar a Organização (CBDA) e seus integrantes, no caso de contaminação.

Local e Data: _____

Assinatura responsável: _____

Assinatura participante: _____