



NADÁ EN PUNTA

REGULAMENTO

1. Disposições Gerais

- 1.1 O presente regulamento estabelece as normas técnicas e de participação para o evento “Nadá en Punta 2026”, a ser realizado em Punta del Este, Uruguai, nos dias 21 e 22 de março de 2026.
- 1.2 É responsabilidade do participante compreender todos os aspectos das regras da competição.
- 1.3 A participação implica a aceitação plena deste regulamento e das decisões tomadas pelo Comitê Organizador (CO) em situações não previstas, sendo estas irrecorríveis.

2. Formato de Competição

2.1 Distâncias:

A competição contará com três (3) provas:

- Sprint: 500 metros.
- Média: 2 km.
- Longa: 5 km.

2.2 Tempo limite de chegada:

- Média: 60 minutos.
- Longa: 2h 30 minutos.

2.3 Participação e descarte:

- Se o participante nadar nas três (3) provas, deverá descartar uma (1). Será considerado descarte o pior resultado obtido.
- Caso participe apenas de duas (2) distâncias, ambas serão consideradas para a pontuação, sem opção de descarte.

2.4 Sistema de pontuação:

- Para entrar na classificação, cada nadador deverá participar de, no mínimo, duas (2) provas do programa.
- Caso, por motivos de segurança ou condições climáticas, apenas uma (1) das três (3) distâncias previstas no programa oficial possa ser realizada, essa prova será considerada válida para estabelecer a classificação geral e por categorias, tanto no feminino quanto no masculino.
- Em cada prova, a pontuação corresponderá à ordem de chegada: 1 (um) ponto para o primeiro lugar, 2 (dois) pontos para o segundo, e assim sucessivamente. O vencedor da competição será aquele com menor número total de pontos acumulados.

- Em caso de empate em pontos, será considerado o tempo do vencedor de cada prova, cujo índice será de 100%. Será então estabelecido para cada nadador um índice percentual com base na diferença de tempo em relação ao vencedor. O nadador com o melhor índice final será declarado o vencedor.

2.5 Classificação:

- Serão estabelecidos dois tipos de classificação: Geral e por Categorias, tanto no feminino quanto no masculino.
- As categorias serão divididas por faixas etárias:
 - 14–19 anos
 - 20–29
 - 30–39
 - 40–49
 - 50–59
 - 60–69
 - 70+

2.6 Reclamações:

Após a publicação dos resultados provisórios da prova, haverá um prazo de quinze (15) minutos para qualquer reclamação ou correção necessária.

As reclamações sobre os resultados ou sobre outro nadador devem ser apresentadas por escrito ao Árbitro Principal, acompanhadas de um depósito de vinte (20) dólares.

Após quinze (15) minutos, os resultados serão oficiais e não serão aceitas novas reclamações.

Após a decisão do Comitê de Árbitros, não poderão ser feitas novas reclamações sobre o mesmo assunto.

2.7 Premiação:

Serão entregues prêmios aos três primeiros colocados da classificação geral e de cada categoria, em ambos os gêneros.

3. Regras Técnicas

3.1 As provas serão fiscalizadas de acordo com as Regras da World Aquatics, e serão desclassificados os nadadores que não cumprirem com essas regras.

3.2 O evento contará com um Comitê de Árbitros, com autoridade para desclassificar participantes pelos seguintes motivos:

- Comportamento antidesportivo.
- Ultrapassar o limite de tempo.
- Deixar de contornar as boias obrigatórias.
- Apresentar sinais de desidratação, hipotermia ou fadiga extrema.
- Manter um ritmo extremamente lento ou demonstrar qualquer condição física inadequada para continuar.
- Não seguir as instruções da organização.
- Uso de equipamento proibido.

3.3 – Itens obrigatórios para nadar

- Boia inflável de segurança (não é permitido torpedo rígido).
- Touca oficial fornecida pelo CO.
- Número do participante escrito no dorso de ambas as mãos.
- Chip de cronometragem fornecido pelo CO.

As boias de segurança devem ser visíveis e utilizadas durante toda a competição.

O tamanho mínimo desinflado é de 41 cm x 31 cm, e inflado, de 30 cm de altura.

A distância da corda entre o cinto e a boia deve ser de 20 cm a 60 cm.

Cruzar a linha de chegada sem a boia pessoal poderá resultar em desclassificação.

O chip de cronometragem deve ser utilizado em todas as provas.

Ao finalizar sua participação nas três (3) provas, o nadador é responsável por devolver o chip, entregando-o à equipe organizadora ou depositando-o nos cestos destinados para esse fim.

A não devolução, dano parcial ou total do chip acarretará desclassificação e o nadador deverá restituir o valor correspondente.

3.4 – Roupa de neoprene

- O uso será permitido se a temperatura da água estiver abaixo de 24°C.
- O uso será obrigatório se a temperatura estiver abaixo de 18°C.
- É proibido o uso de dois (2) trajes de neoprene.

3.5 – Proibições

Não será permitido o uso de equipamentos de propulsão ou assistência, como nadadeiras, palmares, pranchas, pullbuoys, etc.

Também não será permitido o uso de reprodutores de música aquáticos ou dispositivos semelhantes.

O nadador que infringir esta regra será desclassificado.

3.6 – Controle prévio

Será estabelecida uma área próxima ao local de largada para a apresentação dos participantes.

Na entrada dessa área serão verificados:

- Os itens obrigatórios.
- O número do participante escrito nas duas mãos com caneta indelevel (a aplicação do número é de responsabilidade do nadador).

3.7 – Abastecimento

O CO disponibilizará serviço gratuito de abastecimento durante a prova apenas para a distância longa (5 km).

O ponto estará localizado no final da primeira volta, devidamente identificado, e será o único local de hidratação e alimentação assistida em todo o percurso.



4. Cronograma

As credenciais, a entrega dos kits e a Reunião Técnica obrigatória para os participantes serão realizadas conforme o cronograma oficial do evento, indicado a seguir, sem exceções, e somente de forma presencial, mediante apresentação de documento de identidade e comprovante de inscrição paga.

Sexta-feira, 20 de março de 2026:

- 09:00 às 18:00 – Credenciamento, entrega do kit, recepção do Atestado Médico e autorização para menores de idade (quando aplicável) e assinatura do termo de responsabilidade (local a ser definido).
- 16:00 – Reunião técnica obrigatória (local a ser definido).

Sábado, 21 de março de 2026:

- 07:30 – Verificação dos itens obrigatórios.
- 08:00 – Largada da Prova Curta (500 m) (La Mansa, Parada 3).
- 10:30 – Verificação dos itens obrigatórios.
- 11:00 – Largada da Prova Média (2 km) (La Mansa, Parada 3).

Domingo, 22 de março de 2026:

- 07:30 – Verificação dos itens obrigatórios.
- 08:00 – Largada da Prova Longa (5 km) (La Mansa, Parada 3).
- 12:30 – Premiação geral e por categorias (local a ser definido).

5. Inscrições

5.1 O número máximo de participantes será de quinhentos (500).

5.2 A idade mínima para participar será de quatorze (14) anos completos no dia do evento.

5.3 As inscrições deverão ser realizadas por meio do site www.nadaenpunta.com e o pagamento correspondente efetuado.

5.4 A abertura das inscrições será anunciada pelo CO em seus canais oficiais (site e redes sociais). O encerramento ocorrerá quando o limite for atingido ou uma semana antes do início das provas.



5.5 No momento da retirada do kit, o participante deverá apresentar um Atestado Médico que o autorize a praticar “natação competitiva”, com data não anterior à abertura das inscrições, além do termo de responsabilidade, aceitando os riscos da atividade e as condições deste regulamento.

5.6 Menores de 18 anos deverão apresentar a ficha de inscrição assinada e autorizada pelo pai ou responsável legal, com firma reconhecida por autoridade competente do país de origem.

5.7 A inscrição é pessoal e intransferível.

5.8 O participante poderá solicitar o reembolso integral do valor da inscrição somente dentro dos primeiros quinze (15) dias após a realização da inscrição.

5.9 Valor da inscrição

O valor da inscrição variará conforme o período de registro, conforme o seguinte:

- Até 31 de janeiro de 2026: USD 150 (cento e cinquenta dólares americanos).
- De 1º de fevereiro de 2026 até o encerramento das inscrições: USD 180 (cento e oitenta dólares americanos).

O pagamento do valor correspondente habilita o nadador a participar das três (3) distâncias do programa. O Comitê Organizador se reserva o direito de estabelecer promoções, descontos ou bonificações sobre os valores indicados, sem que isso implique qualquer modificação deste regulamento.

5.10 O valor da inscrição inclui:

- Direito de participação na competição;
- Kit do participante (touca, camiseta oficial, chip);
- Seguro esportivo;
- Hidratação durante e após as provas;
- Medalha “finisher” (entregue aos que completarem todas as provas em que se inscreverem; não serão entregues medalhas por prova individual);
- Serviço de classificação e cronometragem.

6. Segurança

6.1 A realização do Nadá en Punta está sujeita à autorização da Capitania dos Portos de Punta del Este e das autoridades competentes, que poderão:

- a. Adiar o início das provas;
- b. Suspender o evento caso ele já tenha começado;
- c. Cancelar definitivamente o evento se, após os dois dias previstos, as provas não puderem ser realizadas com segurança.

6.2 Reprogramação por adiamento: Caso a impossibilidade ocorra no primeiro dia, as provas poderão ser transferidas para o dia seguinte. Se persistirem as condições que impeçam a realização, o evento será cancelado.

6.3 Suspensão: Se uma prova for interrompida após iniciada, não será retomada nem repetida, e seu resultado será considerado nulo para fins de classificação.

6.4 Aceitação dos riscos climáticos: O participante reconhece que a natação em águas abertas depende de fatores climáticos e ambientais imprevisíveis. Em qualquer dos casos (adiamento, suspensão ou cancelamento), a organização não se obriga a restituir o valor da inscrição nem a oferecer compensações financeiras.

6.5 Poderes do Comitê Organizador: O CO se reserva o direito de modificar justificadamente o regulamento, os percursos, as distâncias ou outros aspectos organizacionais até o momento da Reunião Técnica, ou mesmo até a largada ou durante a prova, se as circunstâncias o exigirem. Isso inclui o cancelamento do evento por motivos de força maior ou segurança, sem direito a reclamações.

6.6 Pertences pessoais: O CO não se responsabiliza, em nenhuma circunstância, por perda, furto ou dano de bens pessoais, equipamentos esportivos ou quaisquer objetos trazidos pelos participantes, acompanhantes ou espectadores. Cada participante é responsável pela guarda de seus pertences durante todo o evento.

6.7 Embarcações: O CO disponibilizará embarcações a motor e a remo para controle, segurança e apoio dos nadadores.

6.8 Condições médicas:

O evento contará com equipe médica e ambulâncias para eventuais emergências.

A organização não se responsabiliza por danos físicos ou morais decorrentes de doenças pré-existentes, lesões, imprudência, negligência, descumprimento das regras ou acidentes durante os deslocamentos.

Recomenda-se que todos os participantes tenham cobertura médica pessoal (seguro, convênio ou plano de saúde).

A organização garantirá atendimento médico primário gratuito no local do evento e eventual transporte a um centro de saúde.



Recomenda-se a todos os participantes realizar avaliação médica e cardiológica antes do evento.

Não é recomendada a participação de pessoas com patologias que possam requerer assistência urgente.

7. Uniforme oficial

A camiseta oficial entregue no kit deverá ser usada na reunião técnica e na cerimônia de premiação.

8. Direitos de imagem

O CO e os patrocinadores se reservam o direito de utilizar, reproduzir e distribuir imagens do evento e de seus participantes por qualquer meio. Ao aceitar este regulamento, o participante concede autorização expressa e irrevogável para uso de sua imagem, sem direito a compensação ou reclamação.

9. Considerações finais

Declaro e aceito, sob meu número de identificação/passaporte, que participo voluntariamente e sob minha inteira responsabilidade no evento “Nadá en Punta”, e declaro, de forma consciente, o seguinte:

Fui completamente informado sobre o regulamento da prova e o aceito integralmente.

Tenho plena consciência de que esta é uma competição exigente e difícil, e dos riscos de estresse físico ou lesões que posso sofrer durante a prova.

Comprometo-me a seguir as instruções do pessoal qualificado durante o evento. Caso descumpra essas instruções ou coloque em risco o andamento seguro das provas, aceito ser desclassificado.

Apresentei ao comitê organizador um atestado médico emitido nos últimos seis meses, confirmado que estou apto a participar de provas de natação em águas abertas.

Reconheço que o organizador do evento “Nadá en Punta” e todas as pessoas físicas e jurídicas envolvidas não têm responsabilidade por qualquer dano, lesão, incapacidade, perda ou morte ocorrida antes, durante ou após o evento.

Assumo total responsabilidade por minha saúde e renuncio a qualquer reivindicação de natureza física, moral ou financeira relacionada à minha participação.

Estou ciente de que as provas ocorrem em local afastado de um hospital e, ainda assim, escolho participar ciente dos riscos adicionais.

Declaro ter lido, compreendido e aceitado plenamente os termos e condições deste Regulamento.

Declaro estar em perfeitas condições físicas e legalmente autorizado a assinar esta declaração em meu nome.