



+ Saúde
+ longevidade

02 a 04 de fevereiro de 2024

D'STAK ACADEMIA
SGAN 911, MÓDULO B - BRASÍLIA

Inscrições:

www.abmn.org.br/inscricao-on-line



Troféu Margarida Benquerer Costa e Troféu Eber Romão de Melo

Apoio: ABMN + ABRAMN + FDA/DF

Realização: D'STAK e ABRAMN

Contato: D'STAK Academia

Telefone: (61) 3340 9955

contato@dstak.com.br

REGULAMENTO

1. OBJETIVO

Promover o intercâmbio de nadadores masters, maiores de 50 anos de idade do Brasil e Países da América Latina, favorecendo o fortalecimento dos laços de AMIZADE, CONFRATERNIZAÇÃO, APTIDÃO FÍSICA, COMPETIÇÃO, PALESTRAS de ordem TÉCNICO-CIENTÍFICO, SAÚDE e CULTURA.

Poderão participar, do 27º Encontro Master Mais Mais, atletas que completarem em 2024, 50 anos ou mais.

2. LOCAL

A competição e algumas atividades serão desenvolvidas em piscina de 25m, com 06 raias, no complexo aquático da D'STAK ACADEMIA – SGAN 911, MÓDULO “D” – BRASÍLIA-DF, CEP – 70.790-110.

3. DATA

As provas de natação serão divididas em 3 etapas, de 02 a 04 de fevereiro de 2024:

- dia 02 – sexta-feira – início: 17:30h
- dia 03 – sábado – início: 14:00h
- dia 04 – domingo – início 9:00h

Observação: O aquecimento iniciará-se sempre uma hora antes do início das provas.

4. INSCRIÇÕES

O prazo final para as inscrições é 15 de janeiro de 2024. Acesse: <https://www.abmn.org.br/inscricao-on-line/>

Envie seu comprovante de depósito identificado para e-mail: contato@dstak.com.br até dia 16/01/2024.



**+ Saúde
+ longevidade**

02 a 04 de fevereiro de 2024

**D'STAK ACADEMIA
SGAN 911, MÓDULO B - BRASÍLIA**

Inscrições:

www.abmn.org.br/inscricao-on-line



5. CATEGORIAS

Os nadadores serão distribuídos nas seguintes faixas etárias:

- 1- 50 a 54 anos
- 2- 55 a 59 anos
- 3- 60 a 64 anos
- 4- 65 a 69 anos
- 5- 70 a 74 anos
- 6- 75 a 79 anos
- 7- 80 a 84 anos
- 8- 85 a 89 anos
- 9- 90 a 94 anos
- 10- 95 a 99 anos
- 11- maior de 100anos

Para os revezamentos as faixas etárias serão:

1. 200 anos
2. 240 anos
3. 280 anos
4. 320 anos
5. 360 anos
6. 400 anos

6. NÚMERO DE PROVAS

Cada participante somente poderá participar de uma prova individual e um revezamento por etapa, à exceção na segunda etapa onde os participantes poderão nadar duas provas individuais e um revezamento.

7. PROVAS

Serão disputadas as seguintes provas para ambos os sexos – a sequência das provas está na ficha de inscrição:

- 200m Livre
- 100m Medley



+ Saúde
+ longevidade

02 a 04 de fevereiro de 2024

D'STAK ACADEMIA
SGAN 911, MÓDULO B - BRASÍLIA

Inscrições:



www.abmn.org.br/inscricao-on-line

- 50 e 100m Borboleta
- 50 e 100m Costas
- 50 e 100m Peito
- 50 e 100m Livre

Revezamentos

- 4x50m Livre Misto
- 4x50m 4 Estilos Misto

8. MEDALHAS

Serão oferecidas medalhas de:

- 1º lugar: dourada
- 2º lugar: prateada
- 3º lugar: bronzada
- 4º lugar em diante: participação

9. TROFÉUS

Será entregue um troféu a cada um dos homenageados, que neste ano serão:

Feminino: Margarida Benquerer Costa

Masculino: Eber Romao de Melo

Observação: Cada ano mudará o nome do troféu masculino e feminino.

10. RESPONSABILIDADE

Ao realizar a inscrição, todo participante expressamente declara estar apto ao esforço a que irá se submeter, isentando totalmente a organização por eventuais acidentes, de qualquer natureza, que por ventura venham a ocorrer.

Observação: A organização terá uma unidade móvel de emergências médicas em local muito próximo à piscina durante a realização das provas de natação.

11. PROGRAMA GERAL

Dia	Etapas	Aquecimento	Início	Outros
Sexta – feira	Entrega de material – início às 16 horas			
	1ª.	17h00	18h00	16h00 – Credenciamento -D'STAK 17h00 - Aquecimento 18h00 – Início da 1ª. Etapa Prova 100m Medley - F/M Prova 50m Livre – F/M 19h00 – Macarronada 19h30 - Palestra 20h00 – Show Musical (Ao Vivo)



**+ Saúde
+ longevidade**

02 a 04 de fevereiro de 2024

**D'STAK ACADEMIA
SGAN 911, MÓDULO B - BRASÍLIA**

Inscrições:



www.abmn.org.br/inscricao-on-line

Sábado	2ª.	09h00	12h29	Passeio de barco no Lago Paranoá - pré-carnaval
		12h30	14h29	Almoço - Livre
		13h30		Aquecimento
		14h30		Início 2ª. Etapa
		08h30		Prova 200m Livre - F/M
				Prova 100m Borb – F/M
				Prova 50m Peito – F/M
				Prova 100m Costas F/M
				Prova 100m Livre – Fem
				Prova 4x50m Livre - Misto
Domingo	3ª	8h00	9h00	08h00 – Aquecimento
				09h00 – Início da 3ª. Etapa
				Prova 50m Borb – F/M
				Prova 100m Peito – F/M
				Prova 50m Costas – F/M
				Prova 100m Livre – Masc
				Prova 4x50m Medley – Misto
				11h30 – Recreio: Banheira do Gugu
				12h00 - Almoço de confraternização na D'STAK (Costelão no fogo de chão).

12. PROGRAMA DE PROVAS



+ Saúde
+ longevidade

02 a 04 de fevereiro de 2024

D'STAK ACADEMIA
SGAN 911, MÓDULO B - BRASÍLIA

Inscrições:



www.abma.org.br/inscricao-on-line

02/02/2024			
PROVA	DISTÂNCIA	ESTILO	SEXO
01	100	Medley	Feminino
02	100	Medley	Masculino
03	50	Livre	Feminino
04	50	Livre	Masculino
03/02/2024			
PROVA	DISTÂNCIA	ESTILO	SEXO
05	200	Livre	Feminino
06	200	Livre	Masculino
07	100	Borboleta	Feminino
08	100	Borboleta	Masculino
09	50	Peito	Feminino
10	50	Peito	Masculino
11	100	Costas	Feminino
12	100	Costas	Masculino
13	100	Livre	Feminino
14	4 x 50	Livre	Misto
04/02/2024			
PROVA	DISTÂNCIA	ESTILO	SEXO
15	50	Borboleta	Masculino
16	50	Borboleta	Feminino
17	100	Peito	Masculino
18	100	Peito	Feminino
19	50	Costas	Masculino
20	50	Costas	Feminino
21	100	Livre	Masculino
22	4 x 50	Medley	Misto



+ Saúde
+ longevidade

02 a 04 de fevereiro de 2024

D'STAK ACADEMIA
SGAN 911, MÓDULO B - BRASÍLIA

Inscrições:



www.abmn.org.br/inscricao-on-line

13. VALORES

O pagamento deverá ser efetuado até o dia 15/01/2024, em nome do Centro de Desenvolvimento Esportivo de Brasília, CNPJ 12.980.242/0001-78, através de transferência/depósito bancário no Banco do Brasil-agência 3477-0 conta 39333-9, pix.: contato@dstak.com.br. A Cópia do comprovante de pagamento deverá ser encaminhada com identificação do atleta ao e-mail: contato@dstak.com.br. O valor da inscrição é de R\$ 380,00 (TREZENTOS E OITENTA REAIS) ALL INCLUSIVE. Um kit do atleta (eco-bag, credencial, porta celular, camiseta), palestra, macarronada, passeio de barco, almoço do dia 4/2/24 e demais atividade agregadas ao evento, inscrição nas provas individuais e de revezamentos.

Os interessados em participar apenas da competição sem direito ao kit do atleta e as atividades extras poderão pagar apenas o valor de R\$ 250,00 que refere-se apenas a inscrição na competição com direito as provas individuais e revezamentos.

Quaisquer dúvidas contate a D'STAK ACADEMIA – (61) 3340 9955, de 7h00 às 21 horas - de segunda à sexta-feira, falar com Daiane, pelo telefone:55 61 99642.6123

Realização:





**+ Saúde
+ longevidade**

02 a 04 de fevereiro de 2024

**D'STAK ACADEMIA
SGAN 911, MÓDULO B - BRASÍLIA**

Inscrições:



www.abmn.org.br/inscricao-on-line

TROFÉUS 1997 A 2020		
Homenageados de 1997: Troféu Maria Lenk Troféu Gastão Figueiredo	Homenageados de 1998: Troféu Lourdes Santos Lima Troféu Aldo Manfro	Homenageados de 1999: Troféu Marlene Pinto Mendes Troféu Silvio Kelly dos Santos
Homenageados de 2000: Troféu Maria Antonietta Gonçalves Troféu Quincas kajimoto	Homenageados de 2001: Troféu Vera Uchoa Lacerda Motta Troféu Mário Machado Macedo	Homenageados de 2002: Troféu Silvana Nabuco de Abreu Troféu Waldyr Mendes Ramos
Homenageados de 2003: Troféu Cândida Barroso Galdolpho Troféu Alfred Jacob	Homenageados de 2004: Troféu Luzia de Freitas Caracciolo Troféu Alberto Mibielli de Carvalho	Homenageados de 2005: Troféu Marise Junqueira Nunes Troféu Morel Bueno Wittig
Homenageados de 2006: Troféu Nora Ronai Troféu Hélio Silva 'Paluka'	Homenageados de 2007: Troféu Vilma Maria Sozzi Wagner Troféu Ryszard Kowalski	Homenageados de 2008: Troféu Yolanda Picciguelli Troféu Ivo Lanni
Homenageados de 2009: Troféu Léa Thereza de Oliveira Schoen Troféu Jorge Herbert Mayerle	Homenageados de 2010: Troféu Magda Machado Gomes Troféu Roberto Pequeno F Mendonça	Homenageados de 2011: Troféu Júlia de Fátima Frabetti Oliveira Veronezi Troféu Horst Kestener
Homenageados de 2012: Troféu Érika Maria Heiss Lopes Troféu Leonardo Nogueira	Homenageados de 2013: Troféu Maria Helena Florian Troféu Osamu Takarada	Homenageados de 2014: Troféu Vera Lúcia Simões da Silva Troféu Antonio Carlos Orselli
Homenageados de 2015: Troféu Issa Fukui Coirolo Troféu Manoel Timótheo da Costa	Homenageados de 2016: Troféu Irene de Macedo Troféu Carlos Roberto da Silva	Homenageados de 2017: Troféu Helane Quezado de Magalhães Troféu Ayrton Nogueira Façanha
Homenageados de 2018: Troféu Maria Helena Padilla Costa Troféu José Eugênio Guisard Ferraz	Homenageados de 2019: Troféu Graciete Maria Nascimento Barros Troféu José Wilson Brasil Nascimento	Homenageados de 2020: Troféu Cynthia do Egypto Mazone Troféu Marcus Laborne Mattioli
Homenageados de 2021: NAO REALIZADO	Homenageados de 2022: Trofeu Maria Salvadora Moreira Pena Trofeu Celio Carneiro do Amaral	Homenageados de 2023: Trofeu Maria Freire Façanha Trofeu Adelson Leite Juliao
Homenageados de 2024: Trofeu: Margarida Benquerer Costa Trofeu: Eber Romao de Melo	Homenageados de 2025:	Homenageados de 2026:



**+ Saúde
+ longevidade**

02 a 04 de fevereiro de 2024

**D'STAK ACADEMIA
SGAN 911, MÓDULO B - BRASÍLIA**

Inscrições:

www.abmn.org.br/inscricao-on-line



ECOBAG



CAMISETA



PORTA CELULAR



BARCO DE PASSEIO

