



## 19º MASTERS MAIS MAIS

### TROFÉU ISSA FUKUI COIROLO e TROFÉU MANOEL TIMÓTHEO DA COSTA

Complexo Esportivo G. Reis – Colégio Salesianos Santa Rosa / Niterói - RJ

Dias 20 e 21 de Março de 2015 – Prazo de Inscrição: 28/02/2015

As inscrições deverão ser feitas através do site da ABMN – [www.abmn.org.br](http://www.abmn.org.br)

**Cada participante poderá nadar até duas (2) provas nessa etapa**

1ª ETAPA 20/03/2015 SEXTA-FEIRA-TARDE		AQUECIMENTO: 16:00h	INÍCIO: 17:00h
PROVA			A Taxa de Inscrição, no valor de <b>R\$130,00</b> , inclui a participação em 3 ou 4 provas individuais e 2 revezamentos. Cada atleta receberá um Kit do evento (bolsa, camiseta, medalha de participação, tickets para a macarronada, o passeio e o Happy Hour).
1	100m Medley Feminino		
2	100m Medley Masculino		
3	50m Livre Feminino		
4	50m Livre Masculino		
5	50m Borboleta Feminino		
6	50m Borboleta Masculino		
<b>MACARRONADA e HOMENAGENS</b>			

**Cada participante poderá nadar somente uma (1) prova nessa etapa, além do revezamento.**

2ª ETAPA 21/03/2015 SÁBADO-MANHÃ		AQUECIMENTO: 8:30h	INÍCIO: 9:30h
PROVA			O pagamento será efetuado, exclusivamente, através de depósito bancário a ser efetuado no Banco <b>SANTANDER</b> , Agência <b>0057</b> Conta <b>01040210-4</b> em favor de <b>Maria Dulce S. Senfft - CPF nº 087.028.455-04</b> SÓ serão considerados inscrito no 19º Masters Mais Mais, os atletas que
7	400m Livre Feminino		
8	50m Costas Masculino		
9	50m Costas Feminino		
10	100m Borboleta Masculino		
11	100m Borboleta Feminino		
12	100m Peito Masculino		
13	100m Peito Feminino		
14	REVEZAMENTO 4x50m 4 Estilos Misto		
<b>PASSEIO TURÍSTICO e ALMOÇO LIVRE</b> no Polo Gastronômico São Francisco			

**Cada participante poderá nadar somente uma (1) prova nessa etapa, além do revezamento.**

3ª ETAPA 21/03/2015 SÁBADO-TARDE		AQUECIMENTO: 15:00h	INÍCIO: 16:00h
PROVAS			comprovarem o pagto através do envio do comprovante do depósito, via e-mail, para: <a href="mailto:dulcesenfft@gmail.com">dulcesenfft@gmail.com</a> fazendo constar o NOME do ATLETA inscrito e o TAMANHO DA CAMISA ( P M G ou GG) Acompanhantes pagarão participação no ato de retirada do material.
15	400m Livre Masculino		
16	100m Costas Feminino		
17	100m Costas Masculino		
18	100m Livre Feminino		
19	100m Livre Masculino		
20	50m Peito Feminino		
21	50m Peito Masculino		
22	REVEZAMENTO 4x50m Livre Misto		
<b>HAPPY HOUR de ENCERRAMENTO</b>			

## REGULAMENTO

### 19º MASTERS MAIS MAIS 2015

Complexo Esportivo G.REIS - NITERÓI - RJ  
20 e 21 de março de 2015

Troféu ISSA FUKUI COIROLO

Troféu MANOEL TIMÓTHEO DA COSTA

Apoio: **ABMN.** e **AMNRJ**

Realização: **COMPLEXO ESPORTIVO G. REIS**

Contato: **Coordenação do Evento** (Maria Dulce Siqueira Senfft )

Tel: (21) 2714,2688 (21) 99176.9961 / E-mail: [dulcesenfft@gmail.com](mailto:dulcesenfft@gmail.com)

#### OBJETIVO

Promover a participação de nadadores(as) masters, acima de 50 anos de idade, favorecendo o fortalecimento dos laços de amizade, confraternização e aptidão física, além de palestras de ordem técnico-científicas, bem como aspecto cultural.

#### LOCAL

A competição será realizada na piscina de 25m (7 raias) do **COMPLEXO ESPORTIVO G.REIS**, sito à Rua Santa Rosa nº 207, Santa Rosa, Niterói, RJ. TEL. (21) 3578-9429 / 3578-9437.

#### DATA

As provas de natação serão divididas em 3 etapas (piscina de 25 metros) dias 20 e 21 de março de 2015:

I Etapa	Dia 20/03	Sexta-feira a tarde	17:00h
II Etapa	Dia 21/03	Sábado Manhã	09:30h
III Etapa	Dia 21/03	Sábado Tarde	16:00h

**Observação:** O aquecimento iniciar-se-á sempre uma hora antes do início das provas.

#### INSCRIÇÕES

As inscrições das provas individuais deverão ser feitas através do site da ABMN – [www.abmn.org.br](http://www.abmn.org.br)

O prazo final das inscrições individuais é **28 de fevereiro de 2015**.

Envie o comprovante de depósito:

- Pelo e-mail [dulcesenfft@gmail.com](mailto:dulcesenfft@gmail.com)

#### CATEGORIAS

Os nadadores(as) serão distribuídos nas seguintes faixas etárias:

Individuais	Para os revezamentos mistos as faixas etárias serão:
1 - 50 a 54 anos	1 - 200+
2 - 55 a 59 anos	2 - 240+
3 - 60 a 64 anos	3 - 280+
4 - 65 a 69 anos	4 - 320+
5 - 70 a 74 anos	
6 - 75 a 79 anos	
7 - 80 a 84 anos	
8 - 85 a 89 anos	
9 - 90 anos em diante	

#### PROVAS

Serão disputadas as seguintes provas para ambos os sexos:

Individuais	Revezamentos:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 400m Livre</li> <li>• 50 e 100m Borboleta</li> <li>• 50 e 100m Costas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 100m Medley</li> <li>• 50 e 100m Peito</li> <li>• 50 e 100m Livre</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4x50m Livre Misto</li> <li>• 4x50m 4 Estilos Misto</li> </ul>

### MEDALHAS

Serão oferecidas medalhas de:

- 1º lugar
- 2º lugar
- 3º lugar

### TROFÉUS

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

- **Feminino:** ISSA FUKUI COIROLO
- **Masculino:** MANOEL TIMÓTHEO DA COSTA

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

### 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 porventura 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.

### PROGRAMAÇÃO DO EVENTO

**PARA QUE OS ATLETAS INSCRITOS TAMBÉM TENHAM A OPORTUNIDADE DE PARTICIPAR DA 1ª ETAPA DO CIRCUITO DE TRAVESSIAS REI & RAINHA DO MAR ([www.reierainhadomar.com.br](http://www.reierainhadomar.com.br)) em 22 de março, realizaremos as 3 etapas do evento na sexta (tarde) e sábado (manhã e tarde).**

Essa etapa do R&R será entre a praia do Arpoador e Leblon, com distâncias de 1km, 2km e 3,5km.

**DESCONTO** para atletas maiores de 60 anos. Solicitar através do site [www.reierainhadomar.com.br](http://www.reierainhadomar.com.br)

<b>Dia 20 de março de 2015</b>  <b>Sexta-feira</b>	<p><b>TARDE</b></p> <p>15:30h - Entrega do material / Kit</p> <p style="text-align: center;">Abertura Oficial</p> <p>16h - Início do aquecimento</p> <p>17:00h – Início das provas da I Etapa</p> <p>19:30h – Macarronada e Homenagens</p>
<b>Dia 21 de março de</b>	<p><b>MANHÃ</b></p> <p>08:30h – Início do aquecimento</p> <p>09:30h – Início das provas da II Etapa</p>

<b>2015</b> <b>Sábado</b>	11:30h – Saída para o Passeio ao Parque da Cidade 13h – Almoço livre no Polo Gastronômico de São Francisco  <b>TARDE</b> 15:00h – Início do aquecimento 16:00h – Início das provas da III Etapa 18:30h – Happy Hour de Encerramento
------------------------------	---

### TAXAS

A Taxa de Inscrição, no valor de **R\$130,00**, inclui a participação em 3 ou 4 provas, o Kit (bolsa, camiseta, medalha de participação), Passeio Turístico, Happy Hour/ Evento Cultural e Macarronada.

**O pagamento será efetuado, exclusivamente, através de depósito bancário a ser efetuado no Banco SANTANDER, agência 0057, conta 01040210-4, em favor de Maria Dulce Siqueira Senfft - CPF nº 087.028.455-04.**

### OBS:

1. ENVIAR comprovante de depósito, com identificação do atleta e tamanho da camisa ( P M G ou GG) para o e-mail [dulcesenfft@gmail.com](mailto:dulcesenfft@gmail.com)
2. Acompanhantes presentes à Macarronada, Passeio Turístico e Happy Hour pagarão pelo ticket no ato de retirada do material.

### OBSERVAÇÕES

**Programação turística e cultural sujeita a alterações.**

### HOMENAGEADOS

<i>Homenageados de 1997:</i> Troféu Maria Lenk Troféu Gastão Figueiredo	<i>Homenageados de 1998:</i> Troféu Lourdes Santos Lima Troféu Aldo Manfroi	<i>Homenageados de 1999:</i> Troféu Marlene Pinto Mendes Troféu Sylvio Kelly dos Santos
<i>Homenageados de 2000:</i> Troféu Maria Antonietta Gonçalves Troféu Quincas Kajimoto	<i>Homenageados de 2001:</i> Troféu Vera Uchoa Lacerda Motta Troféu Mario Machado Macedo	<i>Homenageados de 2002:</i> Troféu Silvana Nabuco de Abreu Troféu Waldyr Mendes Ramos
<i>Homenageados de 2003:</i> Troféu Cândida Barroso Galdolpho Troféu Alfred Jacob	<i>Homenageados de 2004:</i> Troféu Luzia de Freitas Caracciolo Troféu Alberto Mibielli de Carvalho	<i>Homenageados de 2005:</i> Troféu Marise Junqueira Nunes Troféu Morel Bueno Wittig
<i>Homenageados de 2006:</i> Troféu Nora Ronai Troféu Hélio Silva 'Paluka'	<i>Homenageados de 2007:</i> Troféu Vilma Maria Sozzi Wagner Troféu Ryszard Kowalski	<i>Homenageados de 2008:</i> Troféu Yolanda Oliveira Picciguelli Troféu Ivo Lanni
<i>Homenageados de 2009:</i> Troféu Léa Thereza de Oliveira Schoen	<i>Homenageados de 2010:</i> Troféu Magda Machado Gomes Troféu Roberto Pequeno F. Mendonça	<i>Homenageados de 2011:</i> Troféu Julia de Fatima Frabetti Oliveira Veronezi

<b>Troféu Jorge Herbert Mayerle</b>		<b>Troféu Horst Kestener</b>
<b>Homenageados de 2012:</b>	<b>Homenageados de 2013:</b>	<b>Homenageados de 2014:</b>
Troféu Érika Maria Heiss Lopes	Troféu Maria Heleba Florian	Troféu Vera Lúcia Simões da Silva
Troféu Leonardo Nogueira	Troféu Osamu Takarada	Troféu Antonio Carlos Orselli

## HOTÉIS EM NITERÓI

### OS MAIS PRÓXIMOS DA ACADEMIA G.REIS – Distância 06 quadras –

#### Village Icaraí

**Rua Mariz e Barros, 97 , Tel: (0xx21) 3602-3753 - 8882-5013 ICARAÍ**

O Village Icaraí é o mais novo hotel 3 estrelas de Niterói.

Todos os seus quartos contam com varanda, ar condicionado, DVD (com entrega de filmes no quarto), frigobar, TV a cabo, telefone (DDD/DDI) e cofre individual. O hotel possui Internet Wireless gratuita (banda larga), lavanderia, room service, café da manhã, segurança e recepção/reservas 24 horas e estacionamento privativo, com manobrista. Área de lazer com hidromassagem, sauna a vapor, academia de ginástica e American Bar. O Village Icaraí é um lugar de conforto e relaxamento.

Condução: Ônibus direto para a academia (49) passa na porta. Ou Táxi. <http://www.hotelvillageicarai.com.br>

#### Icaraí Praia Hotel

**Rua Belisario Augusto, 21 ICARAÍ**

O Icaraí Praia Hotel está estrategicamente localizado a apenas 20 m da Praia de Icaraí, e a 5 minutos de carro do centro de Niterói, oferecendo acesso à internet sem fio (Wi-Fi) e estacionamento gratuitos e academia.

<http://www.icaraipraiahotel.com.br>

#### Tower Hotel

**Rua Ary Parreiras, 12 ICARAÍ**

Este hotel está localizado em Niterói, no Rio de Janeiro. Fica a poucos minutos a pé da Praia de Icaraí, e possui terraço com vista para a montanha e estacionamento privativo gratuito. Os quartos do Tower Hotel têm uma decoração simples e acesso gratuito à internet sem fio (Wi-Fi), TV a cabo e ar-condicionado. O restaurante do Tower serve um buffet de café-da-manhã variado, além de pratos locais e internacionais para almoços e jantares. Você pode desfrutar de bebidas quentes e frias no bar ou no terraço. <http://www.towerhotel.com.br>

## OUTROS

#### Niterói Hostel

**Rua Murilo Portugal, 290 – SÃO FRANCISCO**

Localizado na zona sul de Niterói, entre o mar e a montanha, o Niterói Hostel oferece inovação com conforto. Perto do segundo local mais visitado da cidade, o Parque da Cidade é de fácil acesso às praias, museus e Polos Gastronômicos, compras, estação das barcas e estação do catamarã, pontos de táxi e ônibus para o Rio de Janeiro, mercados e padarias. As acomodações incluem dormitórios para 8 pessoas e banheiros compartilhados.

#### Niteroi Hostel Icarai

**Rua Jornalista Irineu Marinho, 526, ICARAÍ**

Os quartos dispõem de ventilador, área de estar, máquina de lavar roupa e cofre com capacidade para laptop. Alguns quartos ainda incluem TV de tela plana a cabo e ar-condicionado. Os banheiros compartilhados contam com chuveiro. No Niterói Hostel Icarai você encontra recepção 24 horas, churrasqueira e bar. Você pode desfrutar da cozinha de uso comum, que dispõe de micro-ondas, forno e geladeira. Há outras comodidades na propriedade, como serviço de entrega de compras, lounge de uso comum e salão de jogos

#### Icaraí Bed & Breakfast

**Rua Dom Bosco, 151, ICARAÍ**

Com piscina ao ar livre, o Icaraí Bed & Breakfast oferece acomodações em Niterói. O WiFi gratuito está disponível. Todos os quartos dispõem de ar-condicionado e alguns também possuem banheiro privativo. O café da manhã gratuito é servido diariamente e está incluído. No Icaraí Bed & Breakfast, você encontrará recepção 24 horas, jardim e churrasqueira. Outras comodidades na propriedade incluem lounge de uso comum, depósito para bagagens e serviço de passar roupa. O Aeroporto Internacional do Galeão do Rio de Janeiro fica a 19 km.

