



## MASTER 2026

### PROPÓSITO

A Equipe Master de Natação do Clube Curitibano tem como propósito promover qualidade de vida, saúde, bem-estar e convivência entre os associados, estimulando a evolução técnica e o desenvolvimento esportivo no segmento master.

O propósito é perseguido por meio de treinamentos estruturados e orientados e da participação voluntária em eventos e competições de natação em piscina e em águas abertas, conforme calendário anual oficial da equipe.



## BENEFÍCIOS E APOIO DO CLUBE

O associado aprovado e cadastrado como atleta da Equipe Master poderá usufruir, nos termos desta normativa, dos seguintes benefícios:

- Treinamento orientado por profissionais especializados (Comissão Técnica).
- Infraestrutura e horários dedicados para treinamento, com reserva de raias conforme cronograma definido.
- Ambiente de equipe: treinos em grupo, incentivo mútuo e integração entre atletas.
- Ações e eventos de convivência e confraternização, conforme programação da equipe e disponibilidade do Clube.
- Apoio em competições do calendário oficial, incluindo subsídio de inscrições e logística (quando aplicável e conforme regras deste documento).
- Uniforme: possibilidade de aquisição de kit a preço de custo, conforme orientações administrativas.

Observação: benefícios relacionados a competições, viagens e logística dependem do cumprimento de requisitos de cadastro, prazos e elegibilidade previstos nesta normativa e nas comunicações oficiais.

## TREINAMENTOS E ORGANIZAÇÃO

A Comissão Técnica é responsável por planejar e conduzir os treinamentos, bem como por organizar a reserva de raias nos horários pré-estabelecidos.

Modalidades atendidas:

- Natação em piscina.
- Natação em águas abertas.

Atletas que competem em modalidades que incluam natação (de águas abertas ou de piscina), como triathlon, aquathlon e outros, são bem-vindos para os treinos de natação (especialmente no turno das 12h), aplicando-se a todos esta Normativa.

O Cronograma de treinos ocorrerá normalmente de segunda a sexta-feira – eventualmente poderão ocorrer atividades especiais aos sábados, com aviso prévio e conforme disponibilidade de raias:

- Equipe Master (turnos principais):
  - Horários: 06h30 às 08h00 e 18h45 às 20h15.
  - Objetivo: treinos coletivos com atletas de níveis e objetivos diversos, visando melhora de desempenho em provas de piscina e águas abertas.
- Equipe Master ++:
  - Horário: 08h00 às 09h30.
  - Objetivo: atender atletas que desejam competir, mas não acompanham os intervalos dos turnos principais; permite individualização de distâncias e intervalos conforme evolução.
- Treino 12h (foco: águas abertas – natação):
  - Horário: 12h00 às 13h00.
  - Objetivo: treino com ênfase em técnicas de águas abertas e condicionamento, com adaptações ao tempo reduzido do turno.

### COMISSÃO TÉCNICA

**Técnica Principal:** Rubia Zimmermann

**Técnico Auxiliar:** Bruno Trevisan



## ACESSO (ADMISSÃO)

A admissão na Equipe Master depende de avaliação inicial (teste) conduzida pela Comissão Técnica.

São requisitos mínimos:

- Ter mais de 20 anos (pré-master) ou 25 (Master);
- Nadar 25 metros, ao menos de forma básica, de cada estilo;
- Nadar pelo menos 200 metros sem parar, sem colocar o pé no chão;
- Nadar entre 2000 e 2500 metros, de acordo com a duração do treino.

Após aprovação pela Comissão Técnica, o associado deverá realizar o cadastro junto à Secretaria de Esportes Aquáticos/Departamento de Esportes Aquáticos (DEA) para formalizar sua condição de atleta da equipe. Em caso de não aprovação, o Clube oferece como alternativa a Escola de Natação; a matrícula pode ser realizada junto à Secretaria de Esportes Aquáticos.

## CADASTRO E DOCUMENTAÇÃO

O atleta aprovado deverá manter cadastro atualizado e apresentar atestado médico apto para prática esportiva, conforme normas aplicáveis e exigências dos conselhos profissionais, antes de qualquer participação em competições. O atestado terá validade para o ano corrente, salvo orientação diversa do Clube.

Quando solicitado pela Secretaria/DEA, o atleta deverá atualizar dados cadastrais e documentos complementares.

## PERMANÊNCIA, CONDUTA E ORGANIZAÇÃO DO TREINO

Para permanência na equipe e boa organização dos treinos, são obrigações do atleta:

- Frequência mínima superior a 80%, tomando como referência 3 (três) treinos semanais, controlada pela Comissão Técnica.
- Comunicar previamente à Comissão Técnica afastamentos prolongados (ex.: viagens, doenças) ou mudanças relevantes de disponibilidade.
- Respeitar os horários de início e fim do treino, contribuindo para a organização e o bom andamento das atividades.

## PERMANÊNCIA, CONDUTA E ORGANIZAÇÃO DO TREINO

- Cumprir a programação do treino: séries e uso de recursos têm objetivos específicos; alterações na ordem, frequência de nado ou uso de materiais fora do estabelecido podem comprometer resultados e segurança.
- Possuir o material mínimo de treino: nadadeira, palmar, prancha e pullbuoy. O uso de snorkel, paraquedas, camiseta e outros é opcional e poderá ser recomendado em séries específicas.
- Ao treinar em horários alternativos, reportar-se à Comissão Técnica, que permanece responsável pela orientação e pela coerência do treinamento.
- Observar conduta respeitosa com colegas e equipe técnica, preservando um ambiente seguro e colaborativo.

## MUDANÇAS DE HORÁRIO DE TREINO

Caso o atleta deseje treinar em horário diferente do habitual, deverá consultar previamente a Comissão Técnica sobre as especificidades do turno, pois o atendimento e as demandas do treino podem variar conforme o horário e o perfil de atletas presentes.

## COMPETIÇÕES, CALENDÁRIO E BENEFÍCIOS ASSOCIADOS

A participação em competições representando o Clube é incentivada por fortalecer a equipe, ampliar a motivação e contribuir para a evolução técnica.

Respeitadas as condições e requisitos previstos nesta normativa, a mesma faz parte dos objetivos e programação da Equipe Master de Competição e os atletas que atingirem o número mínimo de participação representando o Clube em competições em águas abertas e de piscina do calendário oficial de eventos da Equipe Master poderão ter acesso a benefícios como isenção de taxas de instruções para participação em eventos da categoria.

O calendário anual oficial de eventos será elaborado pela Comissão Técnica, Segundo a qual adotará critérios mais convenientes à equipe, e submetta as atletas e a Diretoria/Secretaria de Esportes Aquáticos no início de cada ano, podendo ser ajustado por motivos justificáveis (ex.: cancelamento do evento, mudanças de objetivos e demanda da equipe), com comunicação em prazo razoável.

## COMPETIÇÕES, CALENDÁRIO E BENEFÍCIOS ASSOCIADOS

Para usufruir de subsídios e suporte logístico vinculados a competições (inscrições, transporte coletivo e procedimentos de viagem), o atleta deverá, no mínimo:

- (I) Estar com cadastro e atestado válidos;
- (II) Cumprir prazos e orientações de confirmação;
- (III) Observar os critérios de elegibilidade divulgados no calendário e/ou nas comunicações oficiais.

A Diretoria/Secretaria de Esportes Aquáticos prestará suporte administrativo e logístico, incluindo cadastro, inscrições, pesquisa de hospedagem (pré-reserva), transporte e demais providências relacionadas às competições do calendário oficial.

## UNIFORME

Ao ingressar na equipe, o atleta poderá adquirir o kit de uniforme a preço de custo, com retirada e orientações operacionais definidas pela Secretaria de Esportes Aquáticos/DEA.

## DESISTÊNCIAS E DESLIGAMENTO

O atleta que optar por desligar-se da equipe deverá comunicar a Comissão Técnica e a Secretaria de Esportes Aquáticos para formalizar sua saída.

O descumprimento reiterado e injustificado das obrigações desta normativa poderá acarretar medidas graduais, como advertência, suspensão de benefícios associados a competições/viagens e, em último caso, desligamento da equipe, conforme avaliação da Comissão Técnica e da administração do Departamento de Esportes Aquáticos.

## COMPETIÇÕES E VIAGENS - SUBSÍDIOS E PROCEDIMENTOS

### INSCRIÇÕES DE COMPETIÇÕES

Os valores de inscrição das competições incluídas no calendário oficial Master 2026 serão de responsabilidade do Clube. A depender do organizador de cada evento, tais valores serão pagos diretamente ou por reembolso ao atleta. O atleta deverá acompanhar, pelos canais oficiais, as informações sobre prazos e logística de cada competição.

### VIAGENS

#### Transporte:

Para as competições do calendário oficial Master 2026, o Clube organizará/disponibilizará o transporte por meio do Departamento de Esportes Aquáticos.

A oferta, viabilidade e tipo de transporte serão definidos pelo Clube/Comissão Técnica a partir de critérios como número de atletas com inscrição confirmada e optantes pelo transporte do Clube, quilometragem, tempo de deslocamento, orçamento e necessidade de descanso para bom rendimento na competição.

O fornecimento do transporte pelo Clube levará em consideração os critérios da conveniência, oportunidade, relevância da competição e disponibilidade financeira, podendo, ainda, observar a seguinte metodologia:

- a) Com 20 (vinte) ou mais atletas inscritos e optantes pelo transporte do Clube: possibilidade de ônibus Convencional, Semi-Leito, Leito ou Cama.**
- b) Com 15 (quinze) ou mais atletas inscritos e optantes pelo transporte do Clube: possibilidade de Micro-ônibus, Convencional, Semi-Leito, Leito ou Cama.**
- c) Até 10 (dez) atletas: possibilidade de utilização da van do Clube.**

### OBSERVAÇÕES:

Obs 1: Deverá ser considerado o trajeto (quilometragem e tempo de viagem) para a escolha do tipo de veículo, com bom senso e foco no descanso do atleta.

Obs 2: O atleta deverá manifestar interesse pelo transporte para cada evento no prazo estabelecido pelo Clube, por e-mail à Secretaria, juntamente com envio do comprovante de inscrição.

Obs 3: Os horários de partida e retorno serão definidos e comunicados antecipadamente pelos canais oficiais de comunicação da Equipe Master.



## COMPETIÇÕES E VIAGENS - SUBSÍDIOS E PROCEDIMENTOS

### **Hospedagem:**

O Clube verificará a disponibilidade de hospedagens que atendam às necessidades da equipe (proximidade do local do evento, capacidade de atendimento, café da manhã antecipado, late check-out e custo).

Após a definição da melhor opção, o Clube se responsabilizará pela reserva e pagamento da comissão técnica e realizará pré-reserva para a equipe. Os atletas deverão entrar em contato com o estabelecimento para confirmar a reserva individual e efetuar o pagamento.

### **Confirmação de viagem:**

Os prazos de confirmação divulgados para cada evento deverão ser respeitados. Alterações após a confirmação serão de responsabilidade do atleta caso não feitas em tempo hábil.

### **Ausências e reembolsos:**

Em caso de ausência em competição ou no transporte, sem justificativa comprovada, o atleta deverá reembolsar os custos despendidos pelo Clube.

Serão consideradas justificativas as hipóteses de caso fortuito ou força maior (eventos confirmados que impeçam a presença), bem como enfermidades comprovadas por atestado médico, psicológico ou odontológico válido, dentro das exigências legais e das determinações dos conselhos profissionais competentes. Casos omissos relacionadas a não participação do atleta serão decididos pela Diretoria/Gerência de Esportes Aquáticos.

## VIGÊNCIA E REVISÕES

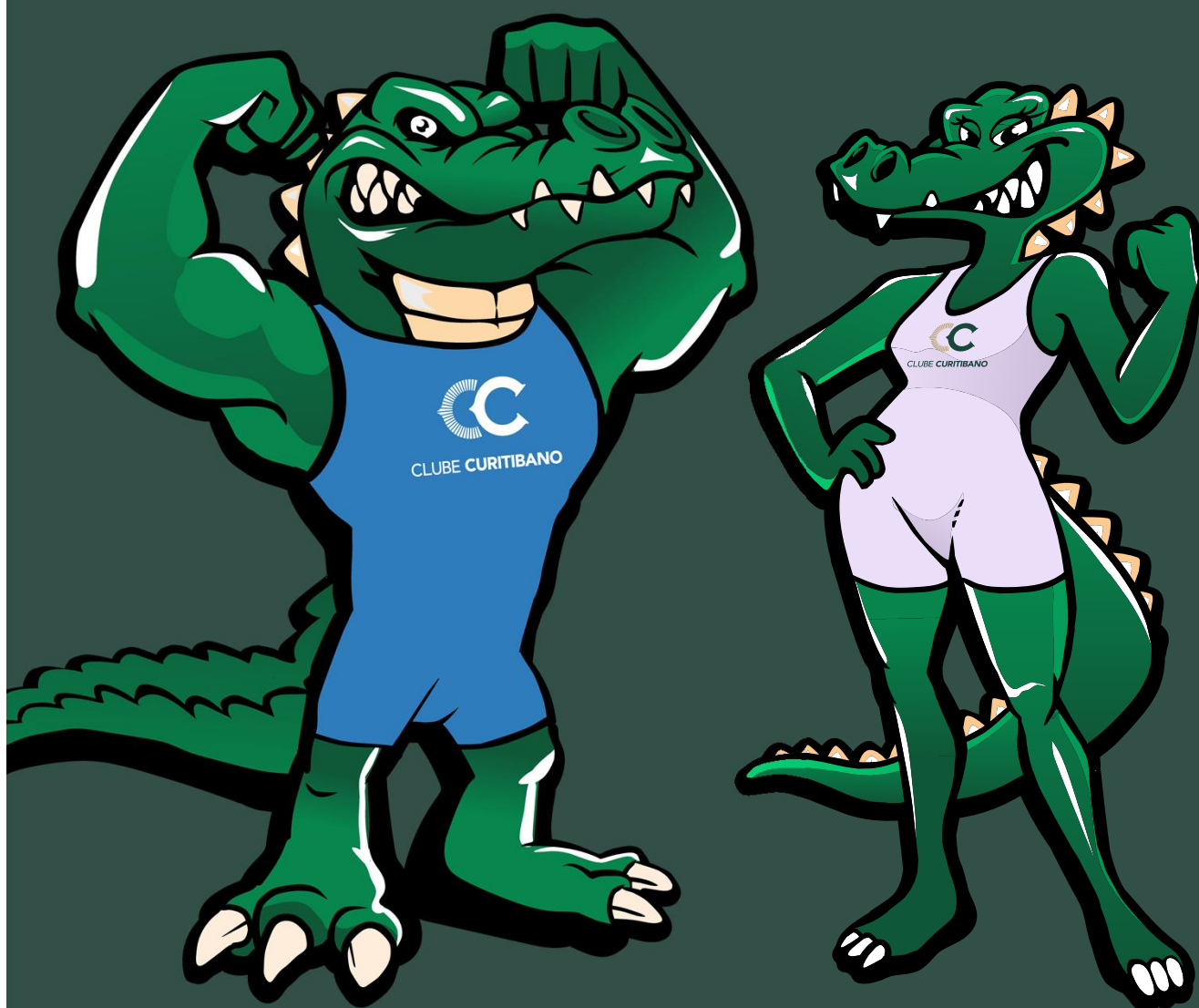
Esta normativa aplica-se ao ano de 2026 e poderá ser revisada a qualquer tempo, mediante decisão administrativa e comunicação aos atletas pelos canais oficiais.

Esportes  
Aquáticos



CLUBE  
CURITIBANO

# NATAÇÃO MASTER 2026



OBRIGADO.