

CAMPEONATOS NACIONAIS DE JUVENIS, JUNIORES E SENIORES

1. LOCAL

ANL - Jamor (50m x 10 pistas)

2. DATAS

12 a 14 julho 2024

3. PROGRAMA - HORÁRIOS

12 julho 2024 - 09:00 1ª JORNADA - ELIMINATÓRIAS		13 julho 2024 - 09:00 2ª JORNADA - ELIMINATÓRIAS		14 julho 2024 - 09:00 3ª JORNADA - ELIMINATÓRIAS	
1	800m Livres Masc. (SL)	15	400m Livres Masc. (SL)	29	800m Livres Fem. (SL)
2	100m Bruços Fem.	16	400m Livres Fem. (SL)	30	50m Bruços Masc.
3	100m Bruços Masc.	17	50m Costas Masc.	31	50m Bruços Fem.
4	100m Livres Fem.	18	50m Costas Fem.	32	100m Costas Masc.
5	100m Livres Masc.	19	200m Bruços Masc.	33	100m Costas Fem.
6	200m Costas Fem.	20	200m Bruços Fem.	34	200m Mariposa Masc.
7	200m Costas Masc.	21	100m Mariposa Masc.	35	200m Mariposa Fem.
8	50m Mariposa Fem.	22	100m Mariposa Fem.	INTERVALO - 10'	
9	50m Mariposa Masc.	INTERVALO - 10'		36	200m Livres Masc.
INTERVALO - 10'		23	50m Livres Masc.	37	200m Livres Fem.
10	400m Estilos Fem. (SL)	24	50m Livres Fem.	38	1500m Livres Masc. (SL)
11	400m Estilos Masc. (SL)	25	200m Estilos Masc.		
12	1500m Livres Fem. (SL)	26	200m Estilos Fem.		
12 julho 2024 - 17:00 1ª JORNADA - FINAIS		13 julho 2024 - 17:00 2ª JORNADA - FINAIS		14 julho 2024 - 16:00 3ª JORNADA - FINAIS	
12	1500m Livres Fem (SR)	15	400m Livres Masc. (SR)	38	1500m Livres Masc. (SR)
1	800m Livres Masc (SR)	16	400m Livres Fem. (SR)	29	800m Livres Fem. (SR)
	ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS	30	50m Bruços Masc.
2	100m Bruços Fem.	17	50m Costas Masc.	31	50m Bruços Fem.
3	100m Bruços Masc.	18	50m Costas Fem.		ENTREGA DE MEDALHAS
4	100m Livres Fem.	19	200m Bruços Masc.	32	100m Costas Masc.
5	100m Livres Masc.	20	200m Bruços Fem.	33	100m Costas Fem.
6	200m Costas Fem.	21	100m Mariposa Masc.	34	200m Mariposa Masc.
7	200m Costas Masc.	22	100m Mariposa Fem.	35	200m Mariposa Fem.
8	50m Mariposa Fem.	23	50m Livres Masc.	36	200m Livres Masc.
9	50m Mariposa Masc.	24	50m Livres Fem.	37	200m Livres Fem.
	ENTREGA DE MEDALHAS	25	200m Estilos Masc.		ENTREGA DE MEDALHAS
10	400m Estilos Fem. (SR)	26	200m Estilos Fem.	39	4x100m Livres Masc.
11	400m Estilos Masc. (SR)	ENTREGA DE MEDALHAS		40	4x100m Livres Fem.
13	4x100m Estilos Fem.	27	4x200m Livres Masc.		ENTREGA DE MEDALHAS
14	4x100m Estilos Masc.	28	4x200m Livres Fem.		
	ENTREGA DE MEDALHAS		ENTREGA DE MEDALHAS		

4. PARTICIPAÇÃO

Podem participar os nadadores que tenham cumprido os critérios de admissão nas distâncias e técnicas da respetiva categoria, entre 1 de janeiro de 2023 e 23 de junho de 2024.

As provas de 800m livres e 1500m livres estão limitadas a um máximo de 10 participantes Juvenis B, 10 juvenis A, e 20 participantes Juniores e 10 Seniores. Caso o limite de nadadores Juniores e Seniores não seja alcançado, poderão estas vagas ser preenchidas por nadadores Juvenis A e B (entrando de forma alternada: 1 Juvenil A, 1 Juvenil B, 1 Juvenil A, 1 Juvenil B, ...). Situação semelhante poderá ser considerada caso o limite de nadadores juvenis não seja alcançado (entrando de forma alternada: 1 Júnior, 1 Sénior, 1 Júnior, 1 Sénior, ...).

As provas individuais serão disputadas no sistema de eliminatórias e Final (Final Juvenil, Final Júnior, Final Sénior: 10 + 10 + 10 melhores tempos das eliminatórias, respetivamente), com exceção das provas de 400m, 800m e 1500m Livres e 400m estilos que serão disputadas em sistema de séries (com a série rápida a disputar-se da parte da tarde para o escalão Júnior e Sénior).

As provas de estafetas Juvenis, Juniores e Seniores serão disputadas da parte da tarde no sistema de séries.

As provas individuais de Juvenis, Juniores e Absolutos serão disputadas em sistema de eliminatórias e finais, com exceção das provas de 400m, 800m e 1500m Livres e 400m estilos que serão disputadas em sistema de séries (com a série rápida a disputar-se da parte da tarde para o escalão Júnior e Sénior).

As provas de estafetas serão disputadas em sistema de séries da parte da tarde (Juvenis, Juniores e seniores).

Cada nadador Juvenil só poderá ser inscrito, ao longo das três jornadas, em **quatro provas individuais**.

Cada nadador Júnior e Sénior só poderá ser inscrito, ao longo das três jornadas, em **cinco provas individuais**.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt, através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página www.fpnatacao.pt, ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em www.swimrankings.net/manager/ até ao dia **25 de junho de 2024**.

6. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES

Nas provas individuais, os nadadores serão agrupados por séries de eliminatórias, segundo os tempos de inscrição, independentemente da categoria a que pertencem.

As provas de estafetas serão disputadas em sistema de séries da parte da tarde (Juvenis, Juniores e Seniores).

Nas provas de 800m e 1500m Livres, caso o número de nadadores de cada escalão seja inferior aos limites definidos no ponto 4, poderá ser considerada uma organização de séries em função dos tempos de inscrição, com a inclusão de nadadores de diferentes categorias nas séries destinadas aos nadadores juvenis.

A classificação de cada categoria será elaborada tendo em consideração todas as séries de cada prova. Caso haja mais do que 1 nadador com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

7. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Haverá classificações separadas por prova e categoria nos Juvenis, Juniores e Absolutos.

Nas provas individuais, a classificação Juvenil, Júnior e Sénior serão nas finais, com a exceção das provas de 400m, 800m e 1500m Livres e 400m estilos que serão disputadas em sistema de séries.

Nas provas de estafetas, a classificação Juvenil, Júnior e Sénior será da parte da tarde.

Serão entregues prémios ao primeiro classificado na categoria OPEN e serão premiados os 3 primeiros classificados de cada categoria (Juvenil, Júnior e Sénior).

8. TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO

FEMININOS				PROVAS	MASCULINOS			
SÉNIOR 1º ANO		SÉNIOR			SÉNIOR 1º ANO		SÉNIOR	
2006		2005 E ANTES			2005		2004 E ANTES	
P25M	P50M	P25M	P50M		P25M	P50M	P25M	P50M
00:27.71	00:28.36	00:27.57	00:28.22	50 Livres	00:23.98	00:24.78	00:23.86	00:24.66
00:59.70	01:01.18	00:59.40	01:00.88	100 Livres	00:52.22	00:54.18	00:51.96	00:53.91
02:09.06	02:12.99	02:08.42	02:12.33	200 Livres	01:55.30	01:59.71	01:54.73	01:59.11
04:33.12	04:41.10	04:31.76	04:39.70	400 Livres	04:07.64	04:17.31	04:06.41	04:16.03
00:31.37	00:32.68	00:31.21	00:32.52	50 Costas	00:27.31	00:28.69	00:27.17	00:28.55
01:07.13	01:10.08	01:06.80	01:09.73	100 Costas	00:58.82	01:02.02	00:58.53	01:01.71
02:26.18	02:32.12	02:25.45	02:31.36	200 Costas	02:09.59	02:15.88	02:08.95	02:15.20
00:35.11	00:36.06	00:34.94	00:35.88	50 Bruços	00:30.56	00:31.41	00:30.41	00:31.25
01:16.01	01:18.66	01:15.63	01:18.27	100 Bruços	01:06.06	01:09.05	01:05.73	01:08.71
02:44.65	02:51.93	02:43.83	02:51.07	200 Bruços	02:25.36	02:32.16	02:24.64	02:31.40
00:29.79	00:30.29	00:29.64	00:30.14	50 Mariposa	00:25.86	00:26.28	00:25.73	00:26.15
01:05.61	01:07.13	01:05.28	01:06.80	100 Mariposa	00:57.43	00:58.65	00:57.14	00:58.36
02:26.69	02:32.79	02:25.96	02:32.03	200 Mariposa	02:09.36	02:13.37	02:08.72	02:12.71
02:26.69	02:31.34	02:25.96	02:30.59	200 Estilos	02:10.03	02:15.25	02:09.38	02:14.58
05:13.64	05:23.08	05:12.08	05:21.47	400 Estilos	04:41.94	04:51.32	04:40.54	04:49.87

FEMININOS				PROVAS	MASCULINOS			
JÚNIOR 16		JÚNIOR 17			JÚNIOR 17		JÚNIOR 18	
2008		2007			2007		2006	
P25M	P50M	P25M	P50M		P25M	P50M	P25M	P50M
00:28.40	00:29.07	00:28.26	00:28.93	50 Livres	00:24.70	00:25.52	00:24.58	00:25.40
01:01.18	01:02.71	01:00.89	01:02.40	100 Livres	00:53.78	00:55.80	00:53.52	00:55.53
02:12.27	02:16.30	02:11.63	02:15.64	200 Livres	01:58.75	02:03.28	01:58.17	02:02.68
04:39.91	04:48.09	04:38.55	04:46.69	400 Livres	04:15.03	04:24.99	04:13.80	04:23.71
00:32.15	00:33.50	00:31.99	00:33.33	50 Costas	00:28.12	00:29.55	00:27.99	00:29.41
01:08.80	01:11.82	01:08.47	01:11.47	100 Costas	01:00.58	01:03.87	01:00.29	01:03.56
02:29.81	02:35.90	02:29.09	02:35.14	200 Costas	02:13.46	02:19.93	02:12.82	02:19.26
00:35.99	00:36.96	00:35.81	00:36.78	50 Bruços	00:31.47	00:32.34	00:31.32	00:32.19
01:17.90	01:20.62	01:17.52	01:20.23	100 Bruços	01:08.03	01:11.11	01:07.70	01:10.77
02:48.74	02:56.20	02:47.93	02:55.35	200 Bruços	02:29.70	02:36.70	02:28.98	02:35.94
00:30.53	00:31.04	00:30.38	00:30.89	50 Mariposa	00:26.63	00:27.07	00:26.50	00:26.93
01:07.24	01:08.80	01:06.91	01:08.47	100 Mariposa	00:59.14	01:00.40	00:58.85	01:00.11
02:30.34	02:36.59	02:29.61	02:35.83	200 Mariposa	02:13.23	02:17.35	02:12.58	02:16.69
02:30.34	02:35.11	02:29.61	02:34.35	200 Estilos	02:13.91	02:19.29	02:13.26	02:18.62
05:21.44	05:31.11	05:19.88	05:29.51	400 Estilos	04:50.36	05:00.02	04:48.96	04:58.57

FEMININOS				PROVAS	MASCULINOS			
JUVENIL B		JUVENIL A			JUVENIL B		JUVENIL A	
2010		2009			2009		2008	
P25M	P50M	P25M	P50M		P25M	P50M	P25M	P50M
00:29.78	00:30.48	00:29.09	00:29.77	50 Livres	00:26.01	00:26.88	00:25.41	00:26.26
01:04.15	01:05.75	01:02.67	01:04.23	100 Livres	00:56.64	00:58.76	00:55.34	00:57.41
02:18.69	02:22.92	02:15.48	02:19.61	200 Livres	02:05.06	02:09.83	02:02.19	02:06.85
04:53.50	05:02.08	04:46.71	04:55.08	400 Livres	04:28.59	04:39.07	04:22.43	04:32.67
00:33.71	00:35.12	00:32.93	00:34.31	50 Costas	00:29.62	00:31.12	00:28.94	00:30.41
01:12.14	01:15.31	01:10.47	01:13.57	100 Costas	01:03.80	01:07.26	01:02.33	01:05.72
02:37.09	02:43.47	02:33.45	02:39.68	200 Costas	02:20.56	02:27.37	02:17.33	02:23.99
00:37.74	00:38.75	00:36.86	00:37.85	50 Bruços	00:33.15	00:34.06	00:32.39	00:33.28
01:21.68	01:24.53	01:19.79	01:22.57	100 Bruços	01:11.65	01:14.89	01:10.00	01:13.18
02:56.94	03:04.76	02:52.84	03:00.48	200 Bruços	02:37.66	02:45.03	02:34.04	02:41.24
00:32.01	00:32.55	00:31.27	00:31.80	50 Mariposa	00:28.05	00:28.50	00:27.40	00:27.85
01:10.50	01:12.14	01:08.87	01:10.47	100 Mariposa	01:02.28	01:03.61	01:00.85	01:02.15
02:37.64	02:44.19	02:33.99	02:40.39	200 Mariposa	02:20.30	02:24.65	02:17.09	02:21.34
02:37.64	02:42.64	02:33.99	02:38.87	200 Estilos	02:21.02	02:26.69	02:17.79	02:23.33
05:37.05	05:47.19	05:29.24	05:39.15	400 Estilos	05:05.79	05:15.96	04:58.78	05:08.71

ESTAFETAS						
FEMININOS						
PROVAS	JUVENIS		JUNIORES		SENIORES	
	P25M	P50M	P25M	P50M	P25M	P50M
4x100 Livres	04:16.14	04:21.37	04:08.82	04:13.90	04:03.94	04:08.92
4x200 Livres	09:14.63	09:25.95	08:58.78	09:09.78	08:48.22	08:59.00
4x100 Estilos	04:49.42	04:55.32	04:41.15	04:46.89	04:35.63	04:41.26

MASCULINOS						
PROVAS	JUVENIS		JUNIORES		SENIORES	
	P25M	P50M	P25M	P25M	P50M	P25M
4x100 Livres	03:51.30	03:56.02	03:41.67	03:46.19	03:34.17	03:38.54
4x200 Livres	08:28.24	08:38.62	08:07.07	08:17.01	07:50.60	08:00.20
4x100 Estilos	04:22.42	04:27.78	04:11.49	04:16.62	04:02.98	04:07.94