

CAMPEONATOS NACIONAIS DE JUVENIS, JUNIORES E ABSOLUTOS OPEN PORTUGAL - PISCINA LONGA

1. LOCAL

ANC - Coimbra (50m x 10 pistas)

2. DATAS

4 a 7 de abril 2024

3. PROGRAMA - HORÁRIOS

4 abril 2024 - 09:00 1ª JORNADA - ELIMINATÓRIAS			5 abril 2024 - 09:00 2ª JORNADA - ELIMINATÓRIAS			6 abril 2024 - 09:00 3ª JORNADA - ELIMINATÓRIAS			7 abril 2024 - 09:00 4ª JORNADA - ELIMINATÓRIAS		
1	1500 Livres (SL)	F	11	1500 Livres (SL)	M	22	400 Estilos	M	32	400 Estilos	F
2	400 Livres	M	12	400 Livres	F	23	800 Livres (SL)	F	33	800 Livres (SL)	M
3	100 Costas	F	13	50 Bruços	M	24	50 Mariposa	M	34	200 Bruços	F
4	100 Costas	M	14	50 Bruços	F	25	50 Mariposa	F	35	200 Bruços	M
5	200 Mariposa	F	15	100 Mariposa	M	26	100 Bruços	M	36	100 Livres	F
6	200 Mariposa	M	16	100 Mariposa	F	27	100 Bruços	F	37	100 Livres	M
	Cerimónia Protocolar		17	50 Costas	M	28	200 Livres	M	38	200 Costas	F
7	50 Livres	F	18	50 Costas	F	29	200 Livres	F	39	200 Costas	M
8	50 Livres	M		Cerimónia Protocolar			Cerimónia Protocolar			Cerimónia Protocolar	
9	4x200 Livres Juv, Jun	F	19	200 Estilos	M	30	4x100 Livres Juv, Jun	M	40	4x100 Estilos Juv, Jun	F
10	4x200 Livres Juv, Jun	M	20	200 Estilos	F	31	4x100 Livres Juv, Jun	F	41	4x100 Estilos Juv, Jun	M
	Cerimónia Protocolar		21	4x100 Estilos Juv, Jun	Misto		Cerimónia Protocolar			Cerimónia Protocolar	
				Cerimónia Protocolar							

4 abril 2024 - 17:00 1ª JORNADA - FINAIS			5 abril 2024 - 17:00 2ª JORNADA - FINAIS			6 abril 2024 - 17:00 3ª JORNADA - FINAIS			7 abril 2024 - 16:00 4ª JORNADA - FINAIS		
1	1500 Livres (SR)	F	11	1500 Livres (SR)	M	22	400 Estilos	M	32	400 Estilos	F
2	400 Livres	M	12	400 Livres	F	23	800 Livres (SR)	F	33	800 Livres (SR)	M
3	100 Costas	F	13	50 Bruços	M	24	50 Mariposa	M	34	200 Bruços	F
4	100 Costas	M	14	50 Bruços	F	25	50 Mariposa	F	35	200 Bruços	M
5	200 Mariposa	F	15	100 Mariposa	M	26	100 Bruços	M	36	100 Livres	F
6	200 Mariposa	M	16	100 Mariposa	F	27	100 Bruços	F	37	100 Livres	M
	Cerimónia Protocolar		17	50 Costas	M	28	200 Livres	M	38	200 Costas	F
7	50 Livres	F	18	50 Costas	F	29	200 Livres	F	39	200 Costas	M
8	50 Livres	M		Cerimónia Protocolar			Cerimónia Protocolar			Cerimónia Protocolar	
9	4x200 Livres Abs	F	19	200 Estilos	M	30	4x100 Livres Abs	M	40	4x100 Estilos Abs	F
10	4x200 Livres Abs	M	20	200 Estilos	F	31	4x100 Livres Abs	F	41	4x100 Estilos Abs	M
	Cerimónia Protocolar		21	4x100 Estilos Abs	Misto		Cerimónia Protocolar			Cerimónia Protocolar	
				Cerimónia Protocolar							

4. PARTICIPAÇÃO

Podem participar os nadadores nacionais ou estrangeiros (apenas no Open) que tenham cumprido os critérios de admissão nas distâncias e técnicas da respetiva categoria, entre 1 de setembro de 2022 e 17 de março de 2024.

As provas de 800m livres Masculinos, Juvenis estão limitadas a um máximo de 20 participantes sendo pelo menos 8 Juvenis B e as de 1500m livres Masculinos Juvenis estão limitadas a um máximo de 30 participantes sendo pelo menos 12 Juvenis B.

As provas de 800m livres Femininos, Juvenis estão limitadas a um máximo de 30 participantes sendo pelo menos 12 Juvenis B e as de 1500m livres Femininos Juvenis estão limitadas a um máximo de 20 participantes sendo pelo menos 8 Juvenis B.

As provas de 1500L Masculinos e 800L Femininos estão limitadas a um máximo de 30 participantes (mínimo de 12 no escalão Júnior). As provas de 1500L Femininos e 800L Masculinos estão limitadas a um máximo de 20 participantes (mínimo de 8 no escalão Júnior). Nestas duas provas, haverá uma série rápida na parte da tarde, realizando-se as restantes na parte da manhã.

As restantes provas individuais absolutas serão disputadas no sistema de eliminatórias e Final Absoluta A e B (10 + 10 melhores tempos das eliminatórias).

Para as categorias de Juvenil (Juvenis A e Juvenis B) e Júnior a classificação destas categorias será realizada durante a sessão de eliminatórias, podendo depois participar, enquanto nadadores absolutos, nas finais da parte da tarde. Assim, nas eliminatórias, a 1ª série de cada prova destina-se à “série rápida” com os 10 melhores nadadores Juvenis B, a 2ª série de cada prova destina-se à “série rápida” com os 10 melhores nadadores Juvenis A, e a 3ª série de cada prova destina-se à “série rápida” com os 10 melhores nadadores juniores, sendo os restantes nadadores distribuídos pelos restantes séries independentemente da categoria.

As provas de estafetas Juvenis (Juvenis A e Juvenis B) e juniores serão disputadas da parte da manhã no sistema de séries.

As provas de estafetas Absolutas serão disputadas da parte da tarde no sistema de séries.

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

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

Nas finais a participação de nadadores estrangeiros está limitada a **três nadadores na final A** e **três nadadores na final B**.

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 **19 de março de 2024**.

6. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES

Nas provas individuais, os nadadores serão agrupados por séries, segundo os tempos de inscrição, independentemente da categoria a que pertencem. Contudo, nas eliminatórias, a 1ª série de cada prova destina-se à “série rápida” com os 10 melhores nadadores Juvenis B, a 2ª série de cada prova destina-se à “série rápida” com os 10 melhores nadadores Juvenis A, e a 3ª série de cada prova destina-se à “série rápida” com os 10 melhores nadadores Juniores, sendo os restantes nadadores distribuídos pelos restantes séries independentemente da categoria a que pertencem. A classificação de cada escalão/categoria será elaborada tendo em consideração todas as séries de cada prova.

Nas provas de estafetas, as equipas serão agrupadas por séries, segundo os tempos de inscrição.

Caso haja mais do que um nadador/clube 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 escalão nos Juvenis (Juvenis A e Juvenis B), e categoria Juniores, Absolutos e Open.

Nas provas individuais, a classificação Juvenil (Juvenis A e Juvenis B), e Júnior será definida nas eliminatórias.

Nas provas individuais, a classificação Open e Absoluta será definida nas finais.

Nas provas de estafetas, a classificação Juvenil (Juvenis A e Juvenis B) e Júnior será definida durante as séries da parte da manhã e a classificação Open e Absoluta durante as séries da parte da tarde.

Haverá prémios para os três primeiros classificados Juvenis (Juvenis A e Juvenis B), Juniores e Open e para o primeiro da classificação nacional absoluta. Haverá ainda uma classificação e premiação (sem pódio) do 1º classificado na categoria Sub-21.

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	JUNIORES		SENIORES	
	P25M	P50M	P25M	P50M
4x100 Livres	04:08.82	04:13.90	04:03.94	04:08.92
4x200 Livres	08:58.78	09:09.78	08:48.22	08:59.00
4x100 Estilos	04:41.15	04:46.89	04:35.63	04:41.26

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

MISTO				
PROVAS	JUNIORES		SENIORES	
	P25M	P50M	P25M	P50M
4x100 Estilos	04:16.53	04:25.38	04:08.94	04:16.23

FEMININOS				
PROVAS	JUVENIS A		JUVENIS B	
	P25M	P50M	P25M	P50M
4x100 Livres	04:16.14	04:21.37	04:20.14	04:26.07
4x200 Livres	09:14.63	09:25.95	09:22.23	09:33.05
4x100 Estilos	04:49.42	04:55.32	04:53.32	04:59.82

MASCULINOS				
PROVAS	JUVENIS A		JUVENIS B	
	P25M	P50M	P25M	P50M
4x100 Livres	03:51.30	03:56.02	03:55.30	04:00.12
4x200 Livres	08:28.24	08:38.62	08:36.14	08:46.02
4x100 Estilos	04:22.42	04:27.78	04:26.42	04:31.56

MISTO				
PROVAS	JUVENIS A		JUVENIS B	
	P25M	P50M	P25M	P50M
4x100 Estilos	04:23.87	04:31.25	04:30.22	04:39.56