



**FPN**

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

# PLANO DE ALTO RENDIMENTO NATAÇÃO ADAPTADA 2021



NATAÇÃO ADAPTADA



# ÍNDICE

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>4</b>
<b>2. REGIME DE ALTO RENDIMENTO .....</b>	<b>4</b>
<b>2.1. CRITÉRIOS DE ACESSO.....</b>	<b>5</b>
<b>2.2. REGISTO DOS PRATICANTES.....</b>	<b>5</b>
<b>2.3. INSCRIÇÃO DOS PRATICANTES .....</b>	<b>5</b>
<b>2.4. NÍVEIS DE INTEGRAÇÃO .....</b>	<b>6</b>
<b>2.5. APOIO AOS PRATICANTES EM REGIME DE ALTO RENDIMENTO .....</b>	<b>6</b>
<b>3. PLANO DE ALTO RENDIMENTO.....</b>	<b>7</b>
<b>3.1. SELEÇÃO NACIONAL WORLD PARA SWIMMING.....</b>	<b>7</b>
<b>3.1.1. ACESSO AO PROJETO DE PREPARAÇÃO PARALÍMPICA E ESPERANÇAS PARALÍMPICAS.....</b>	<b>8</b>
<b>3.1.2. REGISTO NA BASE DE NADADORES DO WORLD PARA SWIMMING.....</b>	<b>10</b>
<b>3.1.3. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES .....</b>	<b>10</b>
<b>3.1.4. WORLD PARA SWIMMING EUROPEAN CHAMPIONSHIPS MADEIRA 2020 .....</b>	<b>10</b>
<b>3.1.5. JOGOS PARALÍMPICOS TÓQUIO 2020 .....</b>	<b>11</b>
<b>3.2. SELEÇÃO NACIONAL SURDOLÍMPICA.....</b>	<b>14</b>
<b>3.2.1. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES .....</b>	<b>14</b>
<b>3.2.2. JOGOS SURDOLÍMPICOS CAXIAS DO SUL 2021 .....</b>	<b>14</b>
<b>3.3. SELEÇÃO NACIONAL DSISO.....</b>	<b>15</b>
<b>3.3.1. REGISTO NA BASE DE NADADORES DA DSISO .....</b>	<b>15</b>
<b>3.3.2. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES.....</b>	<b>15</b>
<b>3.3.3. CAMPEONATO DA EUROPA DE NATAÇÃO DSISO 2021 .....</b>	<b>16</b>
<b>4. ELEGIBILIDADE DOS TÉCNICOS .....</b>	<b>16</b>
<b>5. APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO REGIME DE ALTO RENDIMENTO.....</b>	<b>17</b>
<b>6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>17</b>

## **Nota Prévia do Vice-presidente da FPN**

### ***Crescer sustentadamente***

Tornou-se indesmentível que a passagem da gestão da natação adaptada da FPDD para a FPN constituiu um passo importante para a afirmação da modalidade no panorama desportivo português, credibilizando a atividade com desafios mais de acordo com a exigência do Alto rendimento.

Foram 4 anos de aprendizagem para todos, onde se procurou organizar os processos que nos conduzissem a formas mais elevadas de prática desportiva, com melhores condições de apoio ao treino, estágios e competições.

A organização do Europeu de 2016 mostrou-se um grande desafio que foi concretizado com grande sucesso, dando a entender que quando se consegue a convergência de interesses num diálogo permanente entre todos, é possível alcançarmos objetivos que estarão de acordo com aquilo que são os interesses de desenvolvimento da natação adaptada.

Este, um ano suplementar no que respeita ao ciclo paralímpico e completamente atípico no que concerne à planificação e desenvolvimento de processos de otimização do rendimento dos nadadores, terminará nos Jogos Paralímpicos de Tóquio e fechará um ciclo anormal de 5 anos.

2021 será marcado novamente pela organização pela FPN de um Europeu/Open que antecederá os Jogos e marcará a definição dos nadadores que preencherão a cota atribuída a Portugal. Relevante a afirmação da FPN na organização de eventos nesta área e que pretende promover a modalidade e colocá-la num patamar cada vez mais alto do panorama do desporto para pessoas com deficiência.

A modalidade, a nível internacional tem tido um desenvolvimento enorme pelo que se pretende que Portugal não perca o “combóio” das condições para a sua prática. A equiparação à modalidade olímpica de bolsas e prémios foi um passo decisivo, embora controverso, que este Governo deu para a criação de condições base no caminho do alto rendimento, mas será necessário que a gestão dos nadadores persiga esse caminho de uma forma inequívoca e com a exigência necessária para perseguir os

objetivos que se impõe a quem quer estar no alto rendimento desportivo nesta modalidade.

A troca de ideias continuará tão aberta quanto possível, o que se tem mostrado enriquecedora da modalidade e permitido assentar no caminho a percorrer. Nada fácil, mas também nada intransponível, ora no trabalho individual, ora no trabalho em grupo, à soma das ações deverá corresponder um fruto bem apetecível onde o desafio, mas também o conforto, sejam o apanágio do presente e do futuro.

Desejos de felicidades para todos!

*Rui Bettencourt Sardinha*  
*Vice-presidente da FPN para a Natação Adaptada*

# **1.INTRODUÇÃO**

---

Este documento define as linhas orientadoras da disciplina de Natação Adaptada, relativamente ao sistema de Alto Rendimento Desportivo, nomeadamente no que se refere à atividade das Seleções Nacionais das diferentes categorias de deficiência.

Num ano atípico de final de ciclo paralímpico e no que toca à Seleção Nacional World Para Swimming queremos apoiar o Alto Rendimento e os praticantes integrados no Projeto de Preparação Paralímpica oferecendo condições com vista a conseguirem cumprir os objetivos definidos de forma a maximizar a presença nos Jogos. Os treinadores dos nadadores envolvidos são os responsáveis pelo plano individual e definem quais as ações em que estas se enquadram no plano geral.

Pretendemos que os nadadores integrados no Projeto de Preparação Surdolímpica 2021 tenham todas as condições para garantir o apuramento para os Jogos Surdolímpicos, uma vez que estes já foram adiados para maio de 2022.

Envolveremos esforços para continuar a solidificar o trabalho feito até aqui com a Seleção Nacional para Nadadores com Síndrome de Down mantendo uma estreita colaboração com os técnicos dos praticantes envolvidos.

Continuaremos a pugnar por um caminho de rigor e exigência, valorizando as Seleções Nacionais, acreditando na nossa capacidade para atingir as metas a que nos propomos. Naturalmente que este edifício do Alto Rendimento e Seleções Nacionais tem os seus alicerces nos Clubes e, mais concretamente, nos Praticantes, Treinadores e Dirigentes dos mesmos. Esperamos, como sempre tem acontecido, poder contar com todos de modo a sermos capazes de alcançar os exigentes objetivos propostos.

## **2.REGIME DE ALTO RENDIMENTO**

---

Este sistema enquadra os praticantes que revelem capacidade de obtenção de prestações desportivas de excelência, no panorama desportivo internacional, tratando-se por isso dum sistema extremamente exigente e seletivo.

## 2.1. CRITÉRIOS DE ACESSO

---

Os critérios de acesso ao Regime de Alto Rendimento estão definidos no Decreto-Lei n.º 272/2009, de 1 de outubro, que determina quais as classificações e resultados desportivos que dão acesso a este sistema, classificando os praticantes em três níveis distintos: nível A, nível B e nível C.

Esta legislação foi complementada com a publicação da Portaria n.º 325/2010, de 16 de junho, que veio definir as competições consideradas como de alto nível, reconhecidas como válidas para a obtenção deste estatuto.

## 2.2. REGISTO DOS PRATICANTES

---

Os praticantes desportivos de alto rendimento são inscritos no respetivo registo num de três níveis.

## 2.3. INSCRIÇÃO DOS PRATICANTES

---

A inscrição dos praticantes desportivos no respetivo registo processa-se da seguinte forma:

- O praticante realiza a classificação ou resultado que lhe permite a integração.
- **O praticante ou o Clube** no qual o praticante se encontra filiado envia a ficha do praticante desportivo de Alto Rendimento devidamente preenchida para a FPN.
- A FPN propõe o praticante ao Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), para validação do mesmo.
- Após validação por parte do IPDJ, este envia para a FPN o Contrato entre o praticante, o IPDJ, e a FPN.
- A FPN envia o contrato ao praticante, que deverá assinar e rubricar em todas as páginas, e reenvia à FPN, para esta devolver ao IPDJ.
- O IPDJ procede ao registo efetivo e emite a declaração de registo do praticante em Alto Rendimento.

## **2.4. NÍVEIS DE INTEGRAÇÃO**

---

### **Nível A**

- Tenham obtido classificação não inferior ao 8º lugar em Jogos Paralímpicos ou Surdolímpicos.
- Tenham obtido classificação não inferior ao 3º lugar no Campeonato do Mundo ou Campeonato da Europa desde que correspondam ao 1º terço da tabela no escalão absoluto.

### **Nível B**

- Tenham obtido classificação entre 4º e 6º lugar em Campeonatos do Mundo ou Campeonatos da Europa, no escalão absoluto, desde que correspondam ao 1º terço da tabela no escalão absoluto.
- Tenham obtido classificação não inferior ao 3º lugar em Campeonatos do Mundo ou Campeonatos da Europa, no escalão imediatamente inferior ao absoluto, desde que correspondam ao 1º terço da tabela no escalão absoluto.
- Tenham obtido qualificação para os Jogos Paralímpicos ou Surdolímpicos.

### **Nível C**

- Tenham obtido resultados desportivos que lhes permitam a integração no Programa de Preparação Paralímpica, Surdolímpica, Esperanças Paralímpicas e Surdolímpicas.

## **2.5. APOIO AOS PRATICANTES EM REGIME DE ALTO RENDIMENTO**

---

São considerados os seguintes benefícios financeiros, para os nadadores ou respetivos clubes integrados no Regime de Alto Rendimento:

- Isenção de taxas de inscrição nas provas individuais dos Campeonatos Nacionais.
- Apoio à participação de nadadores em Regime de Alto Rendimento em Competições Internacionais mediante disponibilidade financeira.

### **3. PLANO DE ALTO RENDIMENTO**

---

No presente documento estão definidos os critérios referenciais de seleção para as competições onde a FPN irá participar, em representação nacional, com abrangência a todas as categorias de deficiência.

Para além dos critérios definidos, em situações de carácter excecional relacionadas com o desempenho dos praticantes em cada momento específico, as características intrínsecas a cada competição, o percurso recente aliado às perspetivas de evolução bem como à postura revelada pelos praticantes, poderá a Direção Técnica Nacional ampliar ou restringir os critérios definidos neste documento.

Para cada uma das atividades previstas, compete à FPN avaliar e selecionar os praticantes a integrar, tendo como base os referenciais mencionados e os critérios específicos de acesso a cada atividade. Os critérios de acesso a cada atividade estão perfeitamente balizados, de modo a que todos os potenciais candidatos possam planear a sua preparação focada na obtenção dos objetivos desportivos definidos pela FPN.

Em função das necessidades individuais dos praticantes que revelem prestações desportivas de elevado nível, existe abertura para ajustar e complementar este plano com base em propostas bem definidas e justificadas, efetuadas atempadamente e numa lógica que não desvirtue a estrutura apresentada.

Naturalmente que esta disponibilidade estará sempre condicionada pela possibilidade de enquadramento económico-financeiro e pelo retorno espetável das mesmas, sendo alvo de análise caso a caso e em cada momento temporal.

#### **3.1. SELEÇÃO NACIONAL WORLD PARA SWIMMING**

---

Os critérios de integração de nadadores no plano de preparação da Seleção Nacional World Para Swimming estarão associados aos seguintes referenciais:

- Marcas de acesso ao nível Paralímpico.
- Registo no Regime de Alto Rendimento.
- Previsibilidade de seleção para provas individuais nos Campeonatos do Mundo e da Europa.



- Aceitação e cumprimento dos direitos e deveres inerentes a um praticante no Regime de Alto Rendimento.
- Disponibilidade no cumprimento total do plano.
- Postura desportiva e social condizente com a responsabilidade de representar Portugal.

### 3.1.1. ACESSO AO PROJETO DE PREPARAÇÃO PARALÍMPICA E ESPERANÇAS PARALÍMPICAS

Serão propostos para integrar o Projeto de Preparação Paralímpica os nadadores que consigam atingir o mínimo “MQS” de acordo com a tabela seguinte em competição homologada pelo World Para Swimming e após ter o estatuto de classificado a nível internacional.

Para o Projeto de Esperanças Paralímpicas serão propostos nadadores que consigam atingir o mínimo “MET” de acordo com a tabela seguinte em competição homologada pelo World Para Swimming e após ter o estatuto de classificado a nível internacional.

#### Minímos de Acesso

Provas	Classe	Masculinos		Femininos	
		MQS	MET	MQS	MET
50m Livres	S3	00:54.52	01:11.00	N/A	N/A
	S4	00:42.97	00:47.46	00:47.84	00:55.62
	S5	00:36.19	00:36.84	N/A	N/A
	S6	N/A	N/A	00:37.78	00:38.98
	S7	00:29.94	00:31.03	N/A	N/A
	S8	N/A	N/A	00:33.61	00:34.88
	S9	00:26.74	00:27.86	N/A	N/A
	S10	00:25.47	00:26.09	00:28.99	00:29.88
	S11	00:28.47	00:29.23	00:33.72	00:35.56
	S13	00:25.55	00:26.25	00:28.88	00:29.54
100m Livres	S3	N/A	N/A	02:33.78	04:47.35
	S4	01:37.67	01:56.98	N/A	N/A
	S5	01:20.70	01:23.81	01:34.86	01:46.15
	S6	01:11.48	01:14.34	N/A	N/A
	S7	N/A	N/A	01:17.98	01:20.32
	S8	01:01.79	01:03.40	N/A	N/A
	S9	N/A	N/A	01:05.84	01:07.33
	S10	00:55.28	00:57.11	01:03.11	01:04.06
	S11	N/A	N/A	01:15.48	01:18.95
	S12	00:57.95	01:01.32	01:08.05	01:12.85
200m Livres	S2	05:28.14	06:23.56	N/A	N/A
	S3	04:43.70	05:01.06	N/A	N/A
	S4	03:37.23	04:06.74	N/A	N/A
	S5	03:02.23	03:05.56	03:33.74	03:59.82
	S14	02:01.29	02:03.63	02:18.21	02:21.20
400m	S6	05:38.47	05:46.98	05:55.92	06:21.68

<b>Livres</b>	S7	05:08.98	05:17.62	05:46.79	06:02.25
	S8	04:50.25	05:00.35	05:21.68	05:32.35
	S9	04:29.80	04:35.02	05:04.07	05:10.83
	S10	04:20.45	04:24.42	04:49.14	04:54.81
	S11	05:23.76	05:33.75	05:57.51	06:45.43
	S13	04:34.61	04:48.40	04:59.02	05:10.75
<b>50m Costas</b>	S1	01:53.26	01:53.26	N/A	N/A
	S2	01:14.55	01:26.31	01:53.58	01:53.58
	S3	00:59.06	01:07.00	01:14.71	02:12.50
	S4	00:52.67	00:56.33	01:03.14	01:12.50
	S5	00:42.08	00:43.53	00:51.08	00:56.32
<b>100m Costas</b>	S1	03:54.62	03:54.62	N/A	N/A
	S2	02:40.18	03:16.79	03:36.93	03:36.93
	S6	01:24.94	01:28.87	01:34.75	01:42.10
	S7	01:19.54	01:21.61	01:30.06	01:32.57
	S8	01:12.78	01:13.85	01:23.99	01:25.84
	S9	01:06.34	01:07.72	01:16.25	01:18.01
	S10	01:03.84	01:05.93	01:14.52	01:15.71
	S11	01:18.95	01:22.21	01:29.09	01:36.31
	S12	01:08.98	01:11.84	01:21.97	01:30.21
	S13	01:04.58	01:08.95	01:13.03	01:17.76
<b>50m Bruços</b>	S14	01:04.40	01:05.30	01:14.58	01:17.69
	SB2	03:18.37	03:18.37	N/A	N/A
<b>100m Bruços</b>	SB3	00:56.40	01:02.59	01:08.39	01:23.79
	SB4	01:58.19	02:03.86	02:24.49	02:48.02
	SB5	01:48.80	01:52.38	01:59.21	02:04.74
	SB6	01:28.56	01:31.47	01:49.76	01:52.96
	SB7	01:26.51	01:29.03	01:45.04	01:51.96
	SB8	01:18.83	01:21.78	01:32.49	01:37.44
	SB9	01:13.48	01:15.33	01:24.68	01:27.72
	SB11	01:25.54	01:28.59	01:41.11	01:50.43
	SB12	01:16.17	01:18.73	01:31.51	01:39.73
	SB13	01:14.14	01:16.61	01:25.67	01:28.68
<b>50m Mariposa</b>	SB14	01:10.16	01:12.07	01:26.08	01:27.95
	S5	00:40.61	00:43.44	00:56.59	01:21.87
	S6	00:34.96	00:36.54	00:42.49	00:45.71
<b>100m Mariposa</b>	S7	00:32.90	00:34.87	00:40.25	00:44.46
	S8	01:06.44	01:09.59	01:21.52	01:25.41
	S9	01:03.41	01:04.52	01:12.69	01:16.05
	S10	01:00.97	01:02.66	01:10.35	01:15.98
	S11	01:20.22	01:25.98	N/A	N/A
	S12	01:03.41	01:08.74	N/A	N/A
	S13	01:00.84	01:03.33	01:14.58	01:23.23
<b>150m Estilos</b>	S14	00:59.87	01:00.69	01:11.98	01:14.14
	SM3	04:42.97	06:40.09	N/A	N/A
<b>200m Estilos</b>	SM4	03:09.71	03:22.69	03:43.55	05:12.98
	SM5	N/A	N/A	04:41.15	06:37.18
	SM6	03:05.82	03:10.89	03:24.27	03:37.81
	SM7	02:51.39	02:57.09	03:22.16	03:42.56
	SM8	02:34.21	02:38.30	03:07.10	03:12.80
	SM9	02:26.50	02:28.49	02:46.53	02:51.84
	SM10	02:18.96	02:27.00	02:36.69	02:42.23
	SM11	02:49.92	02:58.48	03:10.45	03:35.03
	SM13	02:21.49	02:24.38	02:40.48	02:46.99
	SM14	02:17.68	02:19.02	02:40.88	02:43.02

### **3.1.2. REGISTO NA BASE DE NADADORES DO WORLD PARA SWIMMING**

---

Serão inscritos na base de nadadores do World Para Swimming os 12 primeiros nadadores qualificados no ranking de apuramento FPN para o Campeonato do Mundo WPS Londres 2019.

Outros nadadores serão inscritos, mediante solicitação do clube, após conseguirem um mínimo de qualificação para o Campeonato do Mundo de Natação Adaptada Madeira 2021, em competição homologada pela FPN, e parecer favorável do gabinete de classificação (se os praticantes não forem classificados internacionalmente).

Exceção a isto serão os casos de nadadores que precisam de ver a sua classificação desportiva reavaliada ou aqueles que, por iniciativa dos clubes, irão participar num processo de classificação internacional.

### **3.1.3. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES**

---

O calendário de atividades de âmbito nacional e internacional para 2021, da Seleção Nacional World Para Swimming, é apresentado no quadro seguinte.

<b>AÇÃO</b>	<b>Categoria</b>	<b>Data</b>	<b>Local</b>
Campeonato da Europa Open WPS Madeira 2020	World Para Swimming	16/05 a 22/05	Funchal, Portugal
C. Nacional de Verão de Natação Adaptada	World Para Swimming	26 e 27/06	Campanhã, Portugal
Jogos Paralímpicos Tóquio 2021	World Para Swimming	24/08 a 05/09	Tóquio, Japão

### **3.1.4. WORLD PARA SWIMMING EUROPEAN CHAMPIONSHIPS MADEIRA 2020**

---

#### **1. Condições de Participação**

- O Europeu destina-se às categorias de deficiência motora, paralisia cerebral, visual e intelectual.
- O praticante tem que estar filiado na FPN para a presente época e ter uma licença ativa do World Para Swimming para o ano de 2021.

## **2. Elegibilidade dos Praticantes**

- No que toca à sua classificação desportiva, o praticante tem que ter um estatuto “*review*” ou “*confirmed*” certificado pelo World Para Swimming.
- São elegíveis para este evento os praticantes que tenham obtido obrigatoriamente um mínimo de qualificação, de acordo com a tabela no ponto 4, numa competição homologada pelo World Para Swimming, em piscina de 50 metros, entre 1 de maio de 2019 e 31 de março de 2021.

## **3. Competições homologadas**

Para efeitos de obtenção de mínimos de qualificação serão consideradas quaisquer competições internacionais que os nadadores participem dentro do período temporal elegível desde que homologadas pelo World Para Swimming e a nível nacional será homologada a seguinte competição:

1. Open de Coimbra – 27 e 28/03 – Coimbra\*.

*\* Os nadadores com deficiência poderão integrar os Campeonatos Nacionais de Natação Pura Desportiva, por convite, tendo em conta as seguintes premissas:*

- *Tenham obtido mínimos para os Jogos Paralímpicos / Surdolímpicos.*
- *Nadadores com referências próximas destes mínimos.*
- *Outras situações a analisar.*

## **4. Critérios de Seleção**

Na sequência do estipulado no PAR 2019/2020 como critério de seleção para o Campeonato da Europa Open Madeira 2020 (entretanto adiado) serão selecionados os nadadores que cumpram os seguintes critérios:

- 1) Nadadores que, à data da convocatória – 09/04/2021, integrem o Projeto de Preparação Paralímpica Tóquio 2020 e Projeto Esperanças Paralímpicas.
- 2) Para além destes poderão ser selecionados nadadores que a Direção Técnica Nacional considere que reunirem condição desportiva para serem selecionados.

### **3.1.5. JOGOS PARALÍMPICOS TÓQUIO 2020**

---

Considerando a participação dos nadadores portugueses nos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020, que se realizarão entre 24 de agosto e 5 de setembro de 2021, a Federação Portuguesa de Natação considera como condição *sine qua non* que todos

os nadadores deverão ter obtido mínimo de qualificação (MQS) durante o período considerado até ao dia 24 de maio de 2021.

Apenas será considerado para atribuição de vaga e participação nos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020, os nadadores que entre 01/01/2019 e 31/01/2020 contribuíram para a abertura de cota para Portugal.

Se a cota de participação atribuída a Portugal for inferior ao número de praticantes com mínimo de qualificação para os Jogos Paralímpicos, serão escolhidos os que tiverem melhor posição no ranking “*Minimum Qualification Standard Ranking – Tokyo 2020 Paralympic Games*” – disponível em <http://www.paralympic.org/swimming/rankings> – até ao dia 24 de maio de 2021 (data de atualização imediata a seguir ao Campeonato da Europa WPS Madeira 2020).

No caso de dois nadadores se encontrarem na mesma posição no respetivo ranking, será escolhido aquele cujo ranking abarque maior número de atletas.

### **Tóquio Paralympic Games – MQS**

Provas	Classe	Masculinos		Femininos	
		MQS	MET	MQS	MET
50m Livres	S3	00:54.52	01.11.00	N/A	N/A
	S4	00:42.97	00:47.46	00:47.84	00.55.62
	S5	00:36.19	00:36.84	N/A	N/A
	S6	N/A	N/A	00:37.78	00.38.98
	S7	00:29.94	00:31.03	N/A	N/A
	S8	N/A	N/A	00:33.61	00:34.88
	S9	00:26.74	00.27.86	N/A	N/A
	S10	00:25.47	00:26.09	00:28.99	00.29.88
	S11	00:28.47	00:29.23	00:33.72	00:35.56
100m Livres	S13	00:25.55	00.26.25	00:28.88	00:29.54
	S3	N/A	N/A	02:33.78	04:47.35
	S4	01:37.67	01:56.98	N/A	N/A
	S5	01:20.70	01:23.81	01:34.86	01.46.15
	S6	01:11.48	01:14.34	N/A	N/A
	S7	N/A	N/A	01:17.98	01.20.32
	S8	01:01.79	01.03.40	N/A	N/A
	S9	N/A	N/A	01:05.84	01.07.33
	S10	00:55.28	00:57.11	01:03.11	01:04.06
200m Livres	S11	N/A	N/A	01:15.48	01:18.95
	S12	00:57.95	01.01.32	01:08.05	01:12.85
	S2	05:28.14	06:23.56	N/A	N/A
	S3	04:43.70	05:01.06	N/A	N/A
	S4	03:37.23	04:06.74	N/A	N/A
	S5	03:02.23	03:05.56	03:33.74	03:59.82
	S14	02:01.29	02:03.63	02:18.21	02:21.20

<b>400m Livres</b>	S6	05:38.47	05:46.98	05:55.92	06:21.68
	S7	05:08.98	05:17.62	05:46.79	06:02.25
	S8	04:50.25	05:00.35	05:21.68	05:32.35
	S9	04:29.80	04:35.02	05:04.07	05:10.83
	S10	04:20.45	04:24.42	04:49.14	04:54.81
	S11	05:23.76	05:33.75	05:57.51	06:45.43
	S13	04:34.61	04:48.40	04:59.02	05:10.75
<b>50m Costas</b>	S1	01:53.26	01:53.26	N/A	N/A
	S2	01:14.55	01:26.31	01:53.58	01:53.58
	S3	00:59.06	01:07.00	01:14.71	02:12.50
	S4	00:52.67	00:56.33	01:03.14	01:12.50
	S5	00:42.08	00:43.53	00:51.08	00:56.32
<b>100m Costas</b>	S1	03:54.62	03:54.62	N/A	N/A
	S2	02:40.18	03:16.79	03:36.93	03:36.93
	S6	01:24.94	01:28.87	01:34.75	01:42.10
	S7	01:19.54	01:21.61	01:30.06	01:32.57
	S8	01:12.78	01:13.85	01:23.99	01:25.84
	S9	01:06.34	01:07.72	01:16.25	01:18.01
	S10	01:03.84	01:05.93	01:14.52	01:15.71
	S11	01:18.95	01:22.21	01:29.09	01:36.31
	S12	01:08.98	01:11.84	01:21.97	01:30.21
	S13	01:04.58	01:08.95	01:13.03	01:17.76
	S14	01:04.40	01:05.30	01:14.58	01:17.69
<b>50m Bruços</b>	SB2	03:18.37	03:18.37	N/A	N/A
	SB3	00:56.40	01:02.59	01:08.39	01:23.79
<b>100m Bruços</b>	SB4	01:58.19	02:03.86	02:24.49	02:48.02
	SB5	01:48.80	01:52.38	01:59.21	02:04.74
	SB6	01:28.56	01:31.47	01:49.76	01:52.96
	SB7	01:26.51	01:29.03	01:45.04	01:51.96
	SB8	01:18.83	01:21.78	01:32.49	01:37.44
	SB9	01:13.48	01:15.33	01:24.68	01:27.72
	SB11	01:25.54	01:28.59	01:41.11	01:50.43
	SB12	01:16.17	01:18.73	01:31.51	01:39.73
	SB13	01:14.14	01:16.61	01:25.67	01:28.68
	SB14	01:10.16	01:12.07	01:26.08	01:27.95
<b>50m Mariposa</b>	S5	00:40.61	00:43.44	00:56.59	01:21.87
	S6	00:34.96	00:36.54	00:42.49	00:45.71
	S7	00:32.90	00:34.87	00:40.25	00:44.46
<b>100m Mariposa</b>	S8	01:06.44	01:09.59	01:21.52	01:25.41
	S9	01:03.41	01:04.52	01:12.69	01:16.05
	S10	01:00.97	01:02.66	01:10.35	01:15.98
	S11	01:20.22	01:25.98	N/A	N/A
	S12	01:03.41	01:08.74	N/A	N/A
	S13	01:00.84	01:03.33	01:14.58	01:23.23
	S14	00:59.87	01:00.69	01:11.98	01:14.14
<b>150m Estilos</b>	SM3	04:42.97	06:40.09	N/A	N/A
	SM4	03:09.71	03:22.69	03:43.55	05:12.98
<b>200m Estilos</b>	SM5	N/A	N/A	04:41.15	06:37.18
	SM6	03:05.82	03:10.89	03:24.27	03:37.81
	SM7	02:51.39	02:57.09	03:22.16	03:42.56
	SM8	02:34.21	02:38.30	03:07.10	03:12.80
	SM9	02:26.50	02:28.49	02:46.53	02:51.84
	SM10	02:18.96	02:27.00	02:36.69	02:42.23
	SM11	02:49.92	02:58.48	03:10.45	03:35.03
	SM13	02:21.49	02:24.38	02:40.48	02:46.99
SM14	02:17.68	02:19.02	02:40.88	02:43.02	

## 3.2. SELEÇÃO NACIONAL SURDOLÍMPICA

---

Os critérios de integração de nadadores no plano de preparação da Seleção Nacional Surdolímpica estarão associados aos seguintes referenciais:

- Marcas de acesso ao nível Surdolímpico.
- Registo no Regime de Alto Rendimento.
- Previsibilidade de seleção para provas individuais nos Campeonatos do Mundo e da Europa.
- Aceitação e cumprimento dos direitos e deveres inerentes a um praticante no Regime de Alto Rendimento.
- Disponibilidade no cumprimento total do plano.
- Postura desportiva e social condizente com a responsabilidade de representar Portugal.

### 3.2.1. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES

---

O calendário de atividades de âmbito nacional e internacional para 2021, da Seleção Nacional Surdolímpica está apresentado no quadro seguinte.

AÇÃO	Categoria	Data	Local
C. Nacional de Verão de Natação Adaptada	Surdolímpicos	26 e 27/06	Campanhã, Portugal
Jogos Surdolímpicos 2021	Surdolímpicos	01 a 15/05/2022	Caxias do Sul, Brasil

### 3.2.2. JOGOS SURDOLÍMPICOS CAXIAS DO SUL 2021

---

#### 1. Condições de Participação

- Estes Jogos destinam-se exclusivamente à categoria de deficiência auditiva.
- O praticante tem que estar filiado na FPN para a presente época.

#### 2. Critérios de Seleção

Serão selecionados os nadadores que cumpram os seguintes critérios:

- 3) Nadadores que, a 28/02/2022 integrem o Projeto de Preparação Surdolímpica 2021.

- 4) Para além destes poderão ser selecionados nadadores que a Direção Técnica Nacional considere que reunirem condição desportiva para serem selecionados.

### **3.3. SELEÇÃO NACIONAL DSISO**

---

Os critérios de integração de nadadores no plano de preparação da Seleção Nacional DSISO estarão associados aos seguintes referenciais:

- Previsibilidade de seleção para provas individuais nos Campeonatos do Mundo e da Europa.
- Registo no Regime de Alto Rendimento.
- Aceitação e cumprimento dos direitos e deveres inerentes a um praticante no Regime de Alto Rendimento.
- Disponibilidade no cumprimento total do plano.
- Postura desportiva e social condizente com a responsabilidade de representar Portugal.

#### **3.3.1. REGISTO NA BASE DE NADADORES DA DSISO**

---

Serão inscritos/renovados na base de nadadores da DSISO todos os nadadores que sejam convocados para o Campeonato da Europa 2021.

#### **3.3.2. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES**

---

O calendário de atividades de âmbito nacional e internacional para 2020, da Seleção Nacional DSISO, está apresentado no quadro seguinte.

<b>AÇÃO</b>	<b>Categoria</b>	<b>Data</b>	<b>Local</b>
C. Nacional de Verão de Natação Adaptada	DSISO	26 e 27/06	Campanhã, Portugal
Estágio final	DSISO	01/10 a 04/10	Rio Maior, Portugal
Campeonato da Europa de Natação DSISO	DSISO	4 a 11/10	Ferrara, Itália



### **3.3.3. CAMPEONATO DA EUROPA DE NATAÇÃO DSISO 2021**

---

#### **1. Condições de Participação**

- Este Campeonato da Europa destina-se exclusivamente à categoria de deficiência intelectual – síndrome de down.
- O praticante tem que estar filiado na FPN para a presente época e ter uma licença ativa na DSISO.

#### **2. Elegibilidade dos Praticantes**

- São elegíveis para este evento os praticantes que tenham obtido obrigatoriamente um mínimo de qualificação, de acordo com a tabela publicada pela DSISO (disponível em <http://www.dsiso.org/event/1st-open-european-tri-games-2020/>), numa competição homologada pela FPN, com cronometragem eletrónica, em piscina de 25 metros, entre 1 de outubro de 2019 e 5 de julho de 2021.

#### **3. Critérios de Seleção**

Serão selecionados para esta competição até 10 nadadores, com média da pontuação mais elevada na duas melhores provas de cada nadador de acordo com a tabela FINA vigente à data de 05/07/2021 – (FINA Points Calculator - [https://wiki.swimrankings.net/index.php/swimrankings:FINA\\_Points](https://wiki.swimrankings.net/index.php/swimrankings:FINA_Points)).

## **4. ELEGIBILIDADE DOS TÉCNICOS**

---

O acompanhamento das seleções nacionais será feito pelos técnicos da Federação Portuguesa de Natação. O convite a outros técnicos com atletas integrados na seleção será feito, sempre que se justificar, de acordo com o interesse da seleção, por convite expresso da Federação Portuguesa de Natação.

## **5. APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO REGIME DE ALTO RENDIMENTO**

---

Todos os treinadores com praticantes em RAR terão direito a condições especiais na inscrição em todas as ações de formação organizadas pela FPN, com exceção dos cursos de formação de treinadores.

## **6. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

---

A FPN para além de preocupações de natureza desportiva entende a importância de condutas de excelência como algo que deve nortear a presença de nadadores nas Seleções Nacionais, e o exemplo que dão à sociedade desportiva em geral, e aos jovens nadadores em particular.

Representar Portugal deverá ser sempre um motivo de orgulho, acima de qualquer interesse particular. Desse modo, todo e qualquer impedimento para cumprir alguma das atividades englobadas neste plano deve ser alvo de comunicação atempada ao Departamento Técnico da FPN, na qual constem os motivos desse impedimento. Do cumprimento desta informação aliado à pertinência dos motivos apontados dependerá a continuidade de integração dos praticantes em futuras ações.

Terminamos com os votos de um excelente ano de trabalho que conduza a disciplina à obtenção de resultados desportivos de excelência.

---