

## OPEN DE PORTUGAL, CAMPEONATOS ABSOLUTOS DE PORTUGAL, CAMPEONATOS NACIONAIS DE JUVENIS

### 1. LOCAL

ANL - Jamor (50m x 10 pistas)

### 2. DATAS

30 de julho a 1 de agosto 2021

### 3. PARTICIPAÇÃO

Estes campeonatos destinam-se às categorias **Juvenil**, **Júnior** e **Sénior**, podendo nelas participar os nadadores que tenham cumprido os critérios de admissão nas distâncias e técnicas da respetiva categoria, entre 1 de agosto de 2019 e 20 de julho de 2021.

O número de estrangeiros nas provas de 1500 e 800 Livres será limitado a um máximo de 6 inscrições e o número de nadadores estrangeiros na série mais rápida não poderá ser superior ao definido para a participação nas finais.

Os **nadadores juvenis** poderão participar nas provas de 50m, caso obtenham mínimo de participação Júnior; contudo, é necessário que os nadadores tenham obtido o mínimo do respetivo escalão etário (Juvenil A/Juvenil B) nas distâncias de 100 e 200m da mesma técnica, mesmo que não participem nessas provas.

Para os nadadores da categoria de juvenis, o limite máximo de inscrições em provas individuais será de 6 (seis).

**Nota 1:** É de carácter obrigatório a apresentação de um teste negativo COVID-19 48 horas antes do início da competição ou comprovativo da tomada das duas doses da vacina.

**Nota 2:** Não será permitida a presença de público e o número de acompanhantes por entidade respeitará uma cota de 1 treinador por cada 4 nadadores sendo que o máximo de acompanhantes por entidade será de 6 e cada entidade poderá ter 2 acompanhantes se necessário.

### 4. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser realizadas por correio eletrónico para [inscricoes@fnatacao.pt](mailto:inscricoes@fnatacao.pt), através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página [www.fnatacao.pt](http://www.fnatacao.pt), ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em [www.swimrankings.net/manager/](http://www.swimrankings.net/manager/), até ao dia **22 de julho de 2021**.

## 5. PROGRAMA – HORÁRIOS

31 JUL 2021 – 09:00 2ª JORNADA – 1ª SESSÃO		1 AGO 2021 – 09:00 3ª JORNADA – 1ª SESSÃO	
<b>9</b>	200m Livres Masc.	<b>23</b>	400m Estilos Masc.
<b>10</b>	200m Livres Fem.	<b>24</b>	400m Estilos Fem.
<b>11</b>	50m Mariposa Masc.	<b>25</b>	50m Bruços Masc.
<b>12</b>	50m Mariposa Fem.	<b>26</b>	50m Bruços Fem.
<b>13</b>	200m Bruços Masc.	<b>27</b>	100m Livres Masc.
<b>14</b>	200m Bruços Fem.	<b>28</b>	100m Livres Fem.
<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	

30 JUL 2021 – 16:30 1ª JORNADA		31 JUL 2021 – 16:00 2ª JORNADA – 2ª SESSÃO		1 AGO 2021 – 16:00 3ª JORNADA – 2ª SESSÃO	
<b>1</b>	1500m Livres Fem.	<b>15</b>	400m Livres Masc.	<b>29</b>	1500m Livres Masc.
<b>2</b>	100m Bruços Masc.	<b>16</b>	400m Livres Fem.	<b>30</b>	200m Costas Fem.
<b>3</b>	100m Bruços Fem.	<b>17</b>	100m Costas Masc.	<b>31</b>	200m Costas Masc.
<b>4</b>	200m Mariposa Masc.	<b>18</b>	100m Costas Fem.	<b>32</b>	100m Mariposa Fem.
<b>5</b>	200m Mariposa Fem.	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>33</b>	100m Mariposa Masc.
<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>19</b>	200m Estilos Masc.	<b>34</b>	800m Livres Fem.
<b>6</b>	50m Costas Masc.	<b>20</b>	200m Estilos Fem.	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	
<b>7</b>	50m Costas Fem.	<b>21</b>	50m Livres Masc.		
<b>8</b>	800m Livres Masc.	<b>22</b>	50m Livres Fem.		
<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>			

## 6. ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO

Os nadadores serão agrupados por séries, segundo os tempos de inscrição, independentemente da categoria a que pertencem. Caso haja mais do que um nadador com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

## 7. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Nos **Campeonatos Nacionais de Juvenis**, as classificações serão separadas por prova e sexo sendo apenas considerados os nadadores de nacionalidade portuguesa.

Serão concedidos prémios aos 3 (três) primeiros classificados de cada prova e sexo.

Nos **Campeonatos Absolutos de Portugal**, as classificações serão absolutas em cada prova e sexo, sendo atribuídos prémios aos 3 (três) primeiros classificados de nacionalidade portuguesa.

No **Open de Portugal**, as classificações serão absolutas em cada prova e sexo sendo atribuído um prémio ao vencedor.

De acordo com o número de nadadores estrangeiros presentes no Open de Portugal, a organização poderá decidir atribuir prémios aos 3 (três) primeiros classificados de cada prova e sexo. Esta situação será definida após a conclusão das inscrições e anunciada aquando da publicação da lista de participantes.

## 8. TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO

### Mínimo A - Garantia de participação

SENIORES				
FEMININOS		PROVAS	MASCULINOS	
P25M	P50M		P25M	P50M
2003 E ANTES			2002 E ANTES	
00:27.12	00:27.58	<b>50 Livres</b>	00:23.42	00:24.09
00:58.64	01:00.02	<b>100 Livres</b>	00:50.97	00:52.39
02:07.00	02:08.99	<b>200 Livres</b>	01:52.78	01:56.36
04:26.04	04:33.31	<b>400 Livres</b>	04:00.66	04:09.41
09:16.45	09:28.08	<b>800 Livres</b>	08:26.90	08:44.58
17:53.31	17:55.98	<b>1500 Livres</b>	16:22.58	16:28.61
00:30.93	00:31.99	<b>50 Costas</b>	00:26.62	00:28.00
01:06.03	01:08.58	<b>100 Costas</b>	00:57.21	01:00.21
02:23.08	02:29.42	<b>200 Costas</b>	02:06.11	02:12.25
00:34.60	00:35.18	<b>50 Bruços</b>	00:29.79	00:30.71
01:14.39	01:16.34	<b>100 Bruços</b>	01:04.47	01:06.78
02:40.92	02:46.09	<b>200 Bruços</b>	02:21.84	02:27.24
00:29.30	00:29.50	<b>50 Mariposa</b>	00:25.25	00:25.77
01:04.10	01:05.32	<b>100 Mariposa</b>	00:56.33	00:57.26
02:22.23	02:27.98	<b>200 Mariposa</b>	02:06.06	02:08.31
02:23.38	02:28.08	<b>200 Estilos</b>	02:07.68	02:11.35
05:04.54	05:13.55	<b>400 Estilos</b>	04:33.15	04:43.76

JUNIORES 2º ANO				
FEMININOS		PROVAS	MASCULINOS	
P25M	P50M		P25M	P50M
2004			2003	
00:27.55	00:28.28	<b>50 Livres</b>	00:23.88	00:24.56
00:59.41	01:00.83	<b>100 Livres</b>	00:51.77	00:53.52
02:08.24	02:11.77	<b>200 Livres</b>	01:54.37	01:57.88
04:31.36	04:38.61	<b>400 Livres</b>	04:04.87	04:15.57
09:24.92	09:40.35	<b>800 Livres</b>	08:35.18	08:57.29
18:25.15	18:35.24	<b>1500 Livres</b>	16:42.75	16:49.92
00:31.25	00:32.36	<b>50 Costas</b>	00:27.22	00:28.56
01:06.64	01:09.53	<b>100 Costas</b>	00:58:43	01:01.66
02:25.51	02:32.01	<b>200 Costas</b>	02:08.96	02:15.08
00:35.27	00:36.10	<b>50 Bruços</b>	00:30.36	00:31.46
01:15.90	01:18.34	<b>100 Bruços</b>	01:05.85	01:08.26
02:43.46	02:51.85	<b>200 Bruços</b>	02:24.78	02:30.94
00:29.75	00:29.98	<b>50 Mariposa</b>	00:25.61	00:26.16
01:05.30	01:06.69	<b>100 Mariposa</b>	00:56.94	00:58.00
02:26.15	02:30.61	<b>200 Mariposa</b>	02:08.55	02:11.32
02:25.27	02:29.70	<b>200 Estilos</b>	02:09.63	02:15.08
05:09.74	05:20.84	<b>400 Estilos</b>	04:39.62	04:49.52

JUNIORES 1º ANO				
FEMININOS		PROVAS	MASCULINOS	
P25M	P50M		P25M	P50M
2005			2004	
00:28.77	00:28.93	<b>50 Livres</b>	00:25.25	00:26.10
01:00.36	01:02.10	<b>100 Livres</b>	00:53.68	00:55.22
02:11.10	02:14.63	<b>200 Livres</b>	01:57.10	02:00.21
04:34.44	04:45.76	<b>400 Livres</b>	04:10.09	04:18.14
09:30.39	09:41.83	<b>800 Livres</b>	08:43.37	09:05.40
18:25.15	18:35.24	<b>1500 Livres</b>	16:42.75	16:49.92
00:31.69	00:33.15	<b>50 Costas</b>	00:28.55	00:29.68
01:09.32	01:11.98	<b>100 Costas</b>	01:00.23	01:03.44
02:27.76	02:33.53	<b>200 Costas</b>	02:11.05	02:18.51
00:36.20	00:37.12	<b>50 Bruços</b>	00:32.56	00:32.90
01:17.56	01:20.65	<b>100 Bruços</b>	01:08.68	01:12.05
02:46.07	02:55.93	<b>200 Bruços</b>	02:28.72	02:36.40
00:30.95	00:31.86	<b>50 Mariposa</b>	00:26.73	00:26.91
01:08.22	01:09.76	<b>100 Mariposa</b>	00:58.61	00:59.34
02:30.12	02:34.44	<b>200 Mariposa</b>	02:12.65	02:17.04
02:28.04	02:33.84	<b>200 Estilos</b>	02:11.70	02:15.44
05:15.10	05:25.73	<b>400 Estilos</b>	04:41.06	04:51.55

PISCINA DE 25M				
FEMININOS		PROVAS	MASCULINOS	
JUVENIL B	JUVENIL A		JUVENIL B	JUVENIL A
07	06		06	05
01:04.37	01:02.57	<b>100 Livres</b>	00:57.93	00:56.12
02:19.44	02:15.08	<b>200 Livres</b>	02:05.23	02:02.36
04:54.81	04:43.53	<b>400 Livres</b>	04:27.96	04:21.64
10:17.45	09:47.35	<b>800 Livres</b>	09:41.98	09:15.87
19:35.00	19:15.00	<b>1500 Livres</b>	18:30.96	17:26.47
01:12.36	01:10.06	<b>100 Costas</b>	01:05.23	01:01.94
02:37.01	02:30.56	<b>200 Costas</b>	02:21.79	02:15.31
01:21.18	01:19.00	<b>100 Bruços</b>	01:13.69	01:10.92
02:55.01	02:50.82	<b>200 Bruços</b>	02:42.20	02:35.28
01:12.23	01:09.58	<b>100 Mariposa</b>	01:04.21	01:01.45
02:42.30	02:35.60	<b>200 Mariposa</b>	02:25.72	02:19.79
02:36.40	02:32.89	<b>200 Estilos</b>	02:21.88	02:18.24
05:31.04	05:21.75	<b>400 Estilos</b>	05:04.63	04:56.65

PISCINA DE 50M				
FEMININOS		PROVAS	MASCULINOS	
JUVENIL B	JUVENIL A		JUVENIL B	JUVENIL A
07	06		06	05
01:06.44	01:03.96	<b>100 Livres</b>	00:59.72	00:57.78
02:23.37	02:18.40	<b>200 Livres</b>	02:08.48	02:05.99
05:06.77	04:49.75	<b>400 Livres</b>	04:37.67	04:31.12
10:33.87	10:02.86	<b>800 Livres</b>	09:39.83	09:27.48
19:55.00	19:45.00	<b>1500 Livres</b>	18:40.12	18:09.78
01:15.92	01:13.09	<b>100 Costas</b>	01:07.93	01:04.83
02:43.96	02:38.03	<b>200 Costas</b>	02:27.25	02:21.43
01:23.78	01:23.19	<b>100 Bruços</b>	01:16.50	01:14.00
03:03.54	02:59.33	<b>200 Bruços</b>	02:49.00	02:43.22
01:14.34	01:13.05	<b>100 Mariposa</b>	01:04.78	01:03.29
02:46.50	02:45.00	<b>200 Mariposa</b>	02:30.00	02:23.45
02:41.98	02:35.89	<b>200 Estilos</b>	02:27.81	02:23.01
05:48.18	05:37.10	<b>400 Estilos</b>	05:20.25	05:11.44

**Mínimo B - Participação condicionada ao número limite definido para a sessão.**

PISCINA DE 25M				
FEMININOS		PROVAS	MASCULINOS	
JÚNIOR	SÉNIOR		JÚNIOR	SÉNIOR
04 E 05	03 E ANTES		03 E 04	02 E ANTES
00:28.30	00:27.67	<b>50 Livres</b>	00:24.63	00:23.97
01:00.61	00:59.74	<b>100 Livres</b>	00:53.27	00:52.07
02:11.24	02:09.20	<b>200 Livres</b>	01:57.37	01:54.98
04:35.76	04:30.44	<b>400 Livres</b>	04:09.27	04:05.06
09:31.52	09:23.05	<b>800 Livres</b>	08:41.78	08:33.50
18:33.95	18:02.11	<b>1500 Livres</b>	16:51.55	16:31.38
00:32.00	00:31.48	<b>50 Costas</b>	00:27.97	00:27.17
01:08.14	01:07.13	<b>100 Costas</b>	00:59.93	00:58.31
02:28.51	02:25.28	<b>200 Costas</b>	02:11.96	02:08.31
00:36.02	00:35.15	<b>50 Bruços</b>	00:31.11	00:30.34
01:17.40	01:15.49	<b>100 Bruços</b>	01:07.35	01:05.57
02:46.46	02:43.12	<b>200 Bruços</b>	02:27.78	02:24.04
00:30.50	00:29.85	<b>50 Mariposa</b>	00:26.36	00:25.80
01:06.80	01:05.20	<b>100 Mariposa</b>	00:58.44	00:57.43
02:29.15	02:24.43	<b>200 Mariposa</b>	02:11.55	02:08.26
02:28.27	02:25.58	<b>200 Estilos</b>	02:12.63	02:09.88
05:14.14	05:08.94	<b>400 Estilos</b>	04:44.02	04:37.55

PISCINA DE 50M				
FEMININOS		PROVAS	MASCULINOS	
JÚNIOR	SÉNIOR		JÚNIOR	SÉNIOR
04 E 05	03 E ANTES		03 E 04	02 E ANTES
00:29.03	00:28.13	<b>50 Livres</b>	00:25.31	00:24.64
01:02.33	01:01.12	<b>100 Livres</b>	00:55.02	00:53.49
02:14.77	02:11.19	<b>200 Livres</b>	02:00.88	01:58.56
04:43.01	04:37.71	<b>400 Livres</b>	04:19.97	04:13.81
09:46.95	09:34.68	<b>800 Livres</b>	09:03.89	08:51.18
18:44.04	18:04.78	<b>1500 Livres</b>	16:58.72	16:37.41
00:33.11	00:32.54	<b>50 Costas</b>	00:29.31	00:28.55
01:11.03	01:09.68	<b>100 Costas</b>	01:03.16	01:01.31
02:35.01	02:31.62	<b>200 Costas</b>	02:18.08	02:14.45
00:36.85	00:35.73	<b>50 Bruços</b>	00:32.21	00:31.26
01:19.84	01:17.44	<b>100 Bruços</b>	01:09.76	01:07.88
02:54.85	02:48.29	<b>200 Bruços</b>	02:33.94	02:29.44
00:30.73	00:30.05	<b>50 Mariposa</b>	00:26.91	00:26.32
01:08.19	01:06.42	<b>100 Mariposa</b>	00:59.50	00:58.36
02:33.61	02:30.18	<b>200 Mariposa</b>	02:14.32	02:10.51
02:32.70	02:30.28	<b>200 Estilos</b>	02:18.08	02:13.55
05:25.24	05:17.95	<b>400 Estilos</b>	04:53.92	04:48.16