



FPN

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

PLANO DE ALTO RENDIMENTO ÁGUAS ABERTAS 2017-2020



Índice

NOTA PRÉVIA DO PRESIDENTE	3
MENSAGEM DO VICE-PRESIDENTE (PELOURO ÁGUAS ABERTAS)	5
1. INTRODUÇÃO	7
2. REGIME DE ALTO RENDIMENTO.....	8
2.1. CRITÉRIOS DE ACESSO	8
2.2. REGISTO DOS PRATICANTES	8
2.3. INSCRIÇÃO DOS PRATICANTES	9
2.4. PERMANÊNCIA DOS PRATICANTES	9
2.5. NÍVEIS DE INTEGRAÇÃO	9
3. Modelo de apoio a Praticantes, Treinadores e Clubes.....	12
3.1. BOLSAS E INCENTIVOS	12
3.1.1. BOLSAS DESPORTIVAS.....	12
3.1.2. INCENTIVOS POR RESULTADOS.....	13
3.2. APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO REGIME DE ALTO RENDIMENTO	14
3.3. APOIO AOS CLUBES COM PRATICANTES EM REGIME DE ALTO RENDIMENTO	
QUADRO DE APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO REGIME DE ALTO	
RENDIMENTO	14
3.4. CRITÉRIOS DE ATRIBUIÇÃO DAS PISTAS DE ALTO RENDIMENTO.....	14
4. PLANO DE ALTO RENDIMENTO 2017-2020 (Organização).....	16
4.1. DEFINIÇÃO DE NADADOR DE ÁGUAS ABERTAS SELEÇÃO NACIONAL.....	16
4.2. TABELA DE REFERÊNCIA DO CAMPEONATO NACIONAL DE LONGA DISTÂNCIA PARA	
PARTICIPAÇÃO EM CONCENTRAÇÕES E PROVAS INTERNACIONAIS.....	17
4.3. CONCENTRAÇÕES, ESTÁGIOS E PROVAS INTERNACIONAIS	17
4. PLANO DE ALTO RENDIMENTO 2018	18
5.1. ESCALÕES ETÁRIOS PARA COMPETIÇÕES INTERNACIONAIS AA	19
5.2. ELEGIBILIDADE DOS TÉCNICOS	19
5.3. TABELA DE REFERÊNCIA	20
5.4. PLANO DE ATIVIDADES	20
5.4.1. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES	22
5.4.2. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO	23
5.4.2.1. CONCENTRAÇÕES DE TREINO	23
5.4.2.2. SELEÇÃO ABSOLUTA E JÚNIOR.....	24

NOTA PRÉVIA DO PRESIDENTE

Estamos com este Plano de Alto Rendimento Desportivo (PAR) a projetar o segundo ano da atividade da Olimpíada que nos conduzirá aos Jogos Olímpicos/paralímpicos de Tóquio 2020. Este é o grande evento que norteia o horizonte da nossa planificação estratégica.

É neste quadro de referência que a FPN age no quadro das suas competências, encetando a necessária planificação para que a adaptação dos atletas a este evento decorra sem os naturais sobressaltos que decorrem da necessária adaptação a uma nova cultura, País e costumes. O acordo agora alcançado com o Governo de Nagasaki, sob a égide do Comité Olímpico japonês e Federação Japonesa de Natação permitirão iniciar os estágios de treino/competição já em 2018 nesta cidade e País.

Mas o quadro de referência Olímpico não se resume aos Jogos. Existe uma série de eventos continentais que nas diferentes modalidades terão este ano o seu epicentro, numa estratégia de consolidação progressiva mas assertiva dos resultados que temos vindo a alcançar reconhecidos de forma categórica não só pela comunidade da natação nacional como Internacional.

Na Natação Pura e águas abertas, os campeonatos da Europa de natação (juniores e seniores), a Mundial de Piscina Curta e as etapas da taça do mundo são a referência a seguir.

No Polo Aquático, as fases finais do Europeu de Barcelona, quer masculinas quer femininas são um objetivo, para o qual teremos de ultrapassar o adversário, último, neste processo: Israel na seleção feminina e Eslováquia na seleção masculina.

Na Natação artística, a consolidação nos europeus de juniores e seniores da progressão qualitativa da nossa natação à escala internacional.

Na natação adaptada os Campeonatos da Europa WPS e EDSO e os Campeonatos do Mundo DSISO, onde se espera conformação dos resultados como consequência do profundo processo de inclusão iniciado em 2014.

Infelizmente o quadro de referência externa de apoio ao alto rendimento e projeto de preparação Olímpico e paralímpico, a meio da olimpíada, ainda não se conhece. Mas, são os incontornáveis que não nos farão desviar do nosso objetivo.

Para os atletas, treinadores e clubes, a mensagem   uma e única. O palco da realiza o das grandes marcas   na prova mais importante do calendário da época desportiva para cada modalidade. A obten o do lugar e o seguimento da evolu o são o outro ponto único e notável a que todos ter o de estar sujeitos. Não existe uma segunda hipótese de causar a impressão desejada que   a obten o do passaporte.

  com esta filosofia que, num ano de consolida o dos resultados   escala internacional, construímos o PAR das diferentes modalidades, devidamente propostos pelas dire oes técnicas nacionais com base nas diretrizes de cada uma das áreas, discutidos em sede das comissões técnicas, também como os atletas, e devidamente aprovados na reunião de dire o de 20 de Dezembro de 2017:

1. Aumento inequívoco do apoio ao alto rendimento na senda o que já se iniciou, quer financeira quer com a valoriza o e aumento dos momentos dos estágios, concentra es e participa es internacionais, e do número de nadadores a serem seguidos e apoiados por forma a progressivamente termos uma renova o sustentada a prazo da nossa nata o;
2. Aposta inequívoca nas diferentes modalidades dos centros pontuais e regulares de alto rendimento desportivo, garante da consolida o e progressão a prazo dos nossos resultados;
3. O aumento da cultura de exigência mediante a avalia o das condi es de integra o, por um lado, e de permanência, por outro, de atletas e treinadores nas sele es nacionais.
4. A aposta nos clubes formadores de atletas de nível internacional com a cria o de condi es para um efetivo, sustentado e inequívoco apoio complementar e financeiro que será presente com a implementa o do projeto de certifica o de clubes a nível nacional.
5. A aposta em projetos específicos de prepara o, controlo e avalia o do processo de treino e de competi o dos atletas dos diferentes escalões de forma o e treino e diferentes modalidades.

Por último uma referência global. Nós somos Portugal e Portugal são todos os que pertencendo a esta diáspora querem brilhar nos grandes palcos internacionais por Portugal.

MENSAGEM DO VICE-PRESIDENTE (PELOURO ÁGUAS ABERTAS)

As  guas Abertas, modalidade da nata o em franca expansão em todo o mundo, e onde a sua vertente ligada ao lazer apresenta números de crescimento bem fortes, constituirá, na sua componente de Alto Rendimento, o principal desafio deste Plano.

A principal prova do ciclo será Tóquio 2020. Para onde se espera que as regras de qualifica o possam já ter sofrido altera es de forma a permitir uma presença maior de nadadores a nível mundial, pois a continuar uma restri o tão forte pode pôr em questão o investimento dos países nesta modalidade. A mudança das regras, com a possibilidade de uso de fatos de acordo com a temperatura da água virá mudar todo o paradigma existente na distribui o de provas pelo calendário mundial, pelo que este ano será um ano, na nossa perspetiva, de expectativa sobre o futuro da modalidade a nível internacional no que diz respeito   evolu o do Alto Rendimento.

Pensamos haver necessidade de alargar a prática desta modalidade a um maior número de nadadores que tenham talento para provas de longa distância, numa lógica em que os clubes e seus técnicos entendam esta modalidade como de interesse a desenvolver nos seus programas de trabalho e de investimento. Cremos haver, com as novas regras, oportunidades a explorar de grande interesse para a sustentabilidade dos clubes no que concerne ao número de praticantes e que poderá redundar no aumento de nadadores de alto rendimento.

Se era importante consolidar a presença em Jogos Olímpicos no ciclo que terminou, importante será que se criem as condi es para continuar com essa presença, e no caso de mudança de regras de acesso, alarg -la. Quem quiser investir em tempo, trabalho e forma o terá garantidamente a FPN como parceiro, numa perspetiva da cria o de uma simbiose de interesses que garantam o crescimento e o desenvolvimento da modalidade.

Não sendo a dota o financeira infindável, mas antes encerrada num orçamento que se quer exequível, estarão criadas condi es financeiras que permitam crescer em patamares de desenvolvimento sustentável e estejam de acordo com o investimento dos clubes e seus técnicos nesta modalidade que se sabe de prática exigente mas com sensa es de prazer imenso onde se alia a ecologia, a beleza das paisagens



com planos de água de rara qualidade   capacidade de supera o e rendimento no plano físico e intelectual.

A todos a FPN deseja os maiores sucessos, pois   através deles que a nata o portuguesa fará também o seu caminho de sucesso. A criatividade e a inteligência, assim como o trabalho conjunto, farão superar as dificuldades que o caminho garantidamente nos por  ao longo deste ciclo que agora se inicia.

Rui Bettencourt Sardinha

Vice-presidente da FPN para as  guas Abertas

1. INTRODUÇÃO

O Plano de Alto Rendimento de Águas Abertas é constituído para proporcionar aos nossos nadadores de elite e a todos os que mostram condições para atingir resultados de excelência as melhores condições e momentos de preparação possíveis.

Com o início de um novo ciclo olímpico há novos desafios no caminho e preocupações nas mais variadas vertentes, assim como em desenvolver o potencial dos nossos melhores nadadores e em fomentar o alto rendimento nos nossos jovens promissores. Os objetivos são mais elevados e devido a um crescimento exponencial da modalidade fora fronteiras, o desafio será certamente grande e tem que ser encarado com seriedade, foco e trabalho.

O principal objetivo da época será o Campeonato do Mundo Absoluto e o Campeonato da Europa de Juniores, onde ambicionamos lugares dentro do primeiro terço da tabela classificativa. Querendo sempre ter um número grande de nadadores a ombrear pelos acessos às principais competições.

O modelo de trabalho mantêm-se semelhante ao do ano passado, com as concentrações com mais dias e em menor quantidade, servindo para avaliar o trabalho do dia-a-dia dos nadadores.

Outros projetos paralelos ao PAR vão servir de plataforma para no futuro dar sustentabilidade a um Alto Rendimento da Disciplina mais consistente e numeroso.

2. REGIME DE ALTO RENDIMENTO

Como todos sabemos, o Desporto de Alto Rendimento e os resultados nele obtidos por cada nação, são, desde há muito, associados ao nível de desenvolvimento dessa sociedade.

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

Desse modo deve, necessariamente, ser ambicioso nos seus objetivos e pautar-se por um enorme rigor na clarificação de critérios e aplicação dos meios disponíveis.

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, dividindo as modalidades em olímpicas e não olímpicas e 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. PERMANÊNCIA DOS PRATICANTES

A concessão dos apoios previstos fica dependente da inscrição do respetivo agente no registo, a qual deve ser renovada anualmente, sob pena de caducidade imediata desses apoios.

2.5. NÍVEIS DE INTEGRAÇÃO

Distâncias Olímpicas

Nível A

- Tenham obtido classificação no 1.º terço da tabela em Campeonatos do Mundo ou Campeonatos da Europa no Escalão Absoluto;
- Tenham obtido classificação não inferior ao 3.º lugar em Campeonatos do Mundo ou Campeonatos da Europa no Escalão imediatamente inferior ao Absoluto;
- Tenham obtido qualificação para os Jogos Olímpicos.

Nível B

- Tenham obtido classificação na 1.^a metade da tabela em Campeonatos do Mundo ou Campeonatos da Europa no Escalão Absoluto;
- Tenham sido classificados na 1.^a metade da tabela em Campeonatos do Mundo ou Campeonatos da Europa no Escalão imediatamente inferior ao Absoluto ou tenham obtido classificação equivalente a semifinalista.

Nível C

- Tenham obtido resultados desportivos que lhes permitam a integração no Programa de Preparação Olímpica;
- Tenham sido apurados para os Jogos Olímpicos da Juventude;
- Tenham obtido classificação não inferior ao 3.^o lugar em festivais olímpicos da juventude europeia;
- Tenham obtido classificação não inferior ao 3.^o lugar em Universíadas;
- Tenham obtido classificação nos primeiros três quartos da tabela classificativa em campeonatos da Europa e do Mundo de competições de escalões inferiores ao absoluto e que não reúnam os critérios necessários para a integração nos níveis A e B;
- Tenham obtido classificação não inferior ao 8.^o lugar em competições cujo número de praticantes desportivos não sejam inferior a 24, pertencentes a 12 países, em que 5 desses participantes devem ter tido classificação até ao 16.^o lugar no último campeonato do Mundo, da Europa ou *ranking* mundial da modalidade, do respetivo escalão etário.

Distâncias não Olímpicas

Nível A:

- Tenham obtido classificação não inferior ao 8.^o lugar em campeonatos do mundo ou campeonatos da Europa, desde que corresponda ao 1.^o terço da tabela, no escalão absoluto;

- Tenham obtido classificação não inferior ao 3.º lugar em campeonatos do mundo ou campeonatos da Europa, com número de participantes não inferior a 24, no escalão imediatamente inferior ao absoluto;

Nível B:

- Tenham obtido classificação no 1.º terço da tabela em campeonatos do mundo ou campeonatos da Europa, no escalão absoluto;
- Tenham obtido classificação não inferior ao 8.º lugar em campeonatos do mundo ou campeonatos da Europa, com número de participantes não inferior a 24, no escalão imediatamente inferior ao absoluto;

Nível C:

- Tenham obtido classificação não inferior ao 8º lugar em campeonatos da Europa e do mundo de competições de escalões inferiores ao absoluto, com um número de participantes não inferior a 20, e que não reúnam os critérios necessários para a integração nos níveis A e B previstos no artigo 7º do Decreto-Lei nº 272/2009, de 1 de outubro;
- Tenham obtido classificação não inferior ao 3º lugar nos Jogos Mundiais;
- Tenham obtido classificação não inferior ao 3º lugar nas competições desportivas referidas no nº da Portaria nº 325/2010, de 16 de junho.

3. Modelo de apoio a Praticantes, Treinadores e Clubes

Este modelo tem como objetivo proporcionar a todos os intervenientes no Regime de Alto Rendimento um conjunto de apoios destinados a melhorar as condi es em que se processa a sua interven o.

3.1. BOLSAS E INCENTIVOS

Não podendo esquecer a conjuntura econ mica vigente e a necessidade de garantir a sustentabilidade de todo o edifício da Nata o Portuguesa, pretende-se premiar a excelência verificada na participa o, resultados e classifica es dos nossos praticantes, nas principais competi es internacionais.

Para o presente ano, esse apoio será consubstanciado em:

- **Bolsas desportivas** a serem disponibilizadas mensalmente aos praticantes que cumpram com os critérios de integra o;
- **Incentivos** por resultados obtidos nas principais competi es internacionais.

3.1.1. BOLSAS DESPORTIVAS

Não podendo esquecer a conjuntura econ mica vigente e a necessidade de garantir a sustentabilidade de todo o edifício da Nata o Portuguesa, pretende-se premiar a excelência verificada na participa o, resultados e classifica es dos nossos praticantes, nas principais competi es internacionais.

Para o presente ano, esse apoio será consubstanciado em:

- **Bolsas desportivas** a serem disponibilizadas mensalmente aos praticantes que cumpram com os critérios de integra o;
- **Incentivos** por resultados obtidos nas principais competi es internacionais.

A integra o dos praticantes, em fun o do cumprimento da grelha de parametriza o, processa-se no mês seguinte   obten o do resultado.

Nível	Critérios	Duração	Valor
A (COP)	De acordo com Projeto Olímpico Rio 2016	12 Meses	(A definir pelo COP)
B (FPN)	- 15º a 16º Campeonato do Mundo Absoluto 10km.	12 Meses	630€
C (FPN)	- 9º a 12º no Campeonato da Europa 10 km. - Medalhado Campeonato da Europa de Juniores 10 km. - Até 8º Campeonato do Mundo Juniores 10km.	12 Meses	450€

Nota 1: A atribuição de bolsas por classificação obtida implica sempre que esta classificação se situe no primeiro terço da tabela

Nota 2: Até à aprovação do projeto Tóquio 2020, as grelhas de integração na PREPOL são as definidas no projeto Rio 2016. Logo, poderá esta tabela sofrer alterações em função da publicação do novo projeto.

3.1.2. INCENTIVOS POR RESULTADOS

1. A FPN premiará o resultado desportivo por igual - 750€, sempre que um nadador se classifique nos 5 primeiros lugares de provas Internacionais 10km, desde que estejam presentes pelo menos 8 nadadores classificados até ao 16º lugar da última grande competição (Campeonato do Mundo, Campeonato da Europa ou Jogos Olímpicos).
2. A FPN premiará o resultado desportivo por igual - 400€, sempre que um nadador se classifique entre o 6º ou 8º posto de provas Internacionais 10Km, desde que estejam presentes pelo menos 8 nadadores classificados até ao 16º lugar da última grande competição (Campeonato do Mundo, Campeonato da Europa ou Jogos Olímpicos).

Nota: Os incentivos serão atribuídos em regime de duodécimos com um valor máximo de 250€.

3.2. 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.

3.3. APOIO AOS CLUBES COM PRATICANTES EM REGIME DE ALTO RENDIMENTO

QUADRO DE APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO 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.

3.4. CRITÉRIOS DE ATRIBUIÇÃO DAS PISTAS DE ALTO RENDIMENTO

As pistas que estão disponibilizadas pelas entidades gestoras dos complexos do Jamor, Póvoa de Varzim e Coimbra, destinam-se à melhoria das condições de treino dos melhores nadadores Nacionais. Assim sendo, é prioritário que as mesmas sejam disponibilizadas preferencialmente a entidades que enquadrem nadadores que cumpram as premissas definidas em baixo e que referem os critérios que para este efeito os consideram como nadadores de Alto Rendimento Desportivo.

1. Nadadores que se encontrem no Projeto Olímpico – Valoração 20.
2. Nadadores que integrem o grupo de elite da FPN – Nível B – 15 pontos; nível C – 12 pontos.
3. Nadadores que integrem os projetos Seniores Jovem ou Júnior da FPN – Valoração – 7 pontos.
4. Nadadores que estejam abrangidos pelo estatuto de Alto Rendimento desportivo e não se encontrem em nenhum dos grupos anteriores. Valoração – 7 pontos.
5. Nadadores que tenham integrado qualquer Seleção Nacional na época transata e não estejam abrangidos por nenhum dos pontos anteriores - Valoração 5 pontos.

6. Nadadores que tenham participado nas concentrações de Treino da época anterior e não estejam abrangidos por nenhuma dos pontos anteriores – Valoração 2 pontos.
- A cada entidade/ Clube será atribuída uma pista por cada espaço de 2 horas cuja distribuição horária será previamente apresentada pela FPN.
 - As entidades / serão escalonadas de acordo com a pontuação resultante do somatório dos pontos de valoração.
 - A cada Entidade será permitido escolher até 8 horas de utilização semanal na primeira fase da atribuição dos horários.
 - Todas as entidades com valoração atribuída poderão usufruir da utilização das pistas.
 - Os nadadores integrados no projeto olímpico poderão usufruir de uma pista para utilização individual caso a mesma seja requerida ao abrigo do plano de preparação específica do nadador.
 - A FPN apresentará no início de cada época desportiva a valoração de cada entidade logo que estejam disponíveis dados relativos à Filiação na época correspondente no limite até dia 12 de Outubro.

4. PLANO DE ALTO RENDIMENTO 2017-2020 (Organização)

O grande objetivo para a Olimpíada Tóquio 2020 é culminar com a qualificação de pelo menos 2 nadadores Portugueses (um masculino e um feminino) para a prova de 10km Maratona.

É necessário criar um modelo de referenciação de alto rendimento que se coadune com as necessidades do praticante, com base nos resultados obtidos e tendo em conta os objetivos para as grandes competições.

Será sempre muito difícil parametrizar critérios estanques que se adequem à nossa realidade e a uma disciplina que embora com muitas raízes e sucessos recentes, ainda carece da sustentabilidade desses mesmos sucessos em função do número de nadadores que os persegue. Quer isto dizer que para podermos ser mais objetivos nos critérios o nosso nível competitivo interno tem de ser mais elevado.

Para tal, os níveis de exigência do Alto Rendimento para a disciplina serão elevados e ajustáveis, promovendo inclusão e competência dos intervenientes.

4.1. DEFINIÇÃO DE NADADOR DE ÁGUAS ABERTAS SELEÇÃO NACIONAL

O nadador de Águas Abertas elegível para a Seleção Nacional será aquele que participa nos Campeonatos Nacionais da Disciplina, cumprindo os tempos das tabelas de referenciação e demonstrando disponibilidade para se fazer representar nas ações da disciplina.

A lista de referenciação será ajustada em dois períodos da época:

- No início da época, com base na época anterior.
- Após o Campeonato Nacional de 10km categorias e 5km absoluto, habitualmente realizado no fim de maio, com avaliação deste campeonato, do nacional de longa distância e de toda a época anterior.

4.2. TABELA DE REFERÊNCIA DO CAMPEONATO NACIONAL DE LONGA DISTÂNCIA PARA PARTICIPAÇÃO EM CONCENTRAÇÕES E PROVAS INTERNACIONAIS.

Estas Tabelas são para orientar o DTN-AA na entrada nas seleções nacionais AA. Respeitará também os grupos de idade referentes aos Campeonatos do Mundo e da Europa de Juniores, bem como o escalão absoluto.

4.3. CONCENTRAÇÕES, ESTÁGIOS E PROVAS INTERNACIONAIS

Os critérios de integração nas ações do PAR vão estar sempre sujeitas a uma cota de participação. Nas Águas Abertas as cotas são estabelecidas pela FPN, em função de fatores económicos e técnicos da disciplina em Portugal, podendo ser revistos se houver garantias de uma grande mais-valia para a Seleção AA.

4. PLANO DE ALTO RENDIMENTO 2018

O Plano de Alto Rendimento (PAR) para 2018 reger-se-á pelas condições definidas no Regulamento de Alto Rendimento e constitui o documento orientador e regulador de toda a atividade afeta ao Alto Rendimento e às Seleções Nacionais.

No presente documento estão definidos os critérios referenciais de seleção para todas as competições onde a FPN irá participar em representação nacional, com abrangência a todos os escalões, na época em curso.

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 o Diretor Técnico Nacional de Águas Abertas (DTN-AA) ampliar ou restringir os critérios definidos neste documento.

Sendo as Águas Abertas uma disciplina com características singulares na Natação a elaboração de critérios de acesso às diferentes competições bem como a avaliação das prestações individuais dos praticantes não é passível de ser limitada a fatores fechados (por exemplo tempos ou classificações), dadas as características intrínsecas da disciplina, a mesma compreenderá os seguintes itens:

- Rendimento dos praticantes nas competições realizadas na época 2016/2017 com prioridade para as competições oficiais em distâncias do calendário internacional;
- Desempenho dos praticantes nos períodos de estágio;
- Desempenho dos praticantes no Campeonato Nacional de Longa Distância (fase de qualificação e fase final);
- Capacidade de compromisso dos praticantes, de acordo com o plano de preparação acordado com os mesmos e com os seus treinadores;
- A existência de objetivos claros e inequívocos orientados para a disciplina, sem prejuízo da compatibilização com a participação noutras disciplinas (de acordo com a tendência verificada atualmente no plano internacional);
- Rendimentos dos praticantes nas provas de Águas Abertas, na época 2016/2017, destacando a sua capacidade de adaptação a diferentes condicionantes, como sejam o meio onde se disputam as competições (rio, mar, etc) ou as condições climáticas (temperatura da água, etc.);
- Total comprometimento com os objetivos da seleção nacional, e completa aceitação dos objetivos coletivos associados à mesma;

- Postura manifestada em todos os momentos, treino e competição, ajustada à criação dum forte espírito de grupo e duma adequada atitude orientada para o rendimento.

Fica definido como regra que a participação de nadadores em competições internacionais destinadas, em exclusivo, a seleções Nacionais (Ex. Taças do Mundo) fica restringida aos nadadores que se encontrem referenciados nas diferentes seleções nacionais e apenas pode ocorrer quando a Seleção Nacional não se faça representar.

O poder discricionário, quer do Presidente ou Vice-presidente para a disciplina de AA da FPN quer do DTN, será usado sempre que necessário ao longo do ano e sempre que tal se justifique.

5.1. ESCALÕES ETÁRIOS PARA COMPETIÇÕES INTERNACIONAIS AA

Para questões relacionadas com o PAR nas AA e com as competições por ele regulamentadas, interessa saber os escalões que foram efetuadas alterações aos escalões das AA, para estarem de acordo com os escalões indicados pela FINA e LEN. Estas alterações já se encontram no Regulamento Geral da FPN.

Grupos de idade considerando a idade em 31 de Dezembro do ano de competições (2018), com a distância de referência para cada grupo (para os Campeonatos da Europa juniores):

- AA15 Masculino e AA14/15 Feminino, 5km distância.
- AA16/17 Masculino e Feminino, 7,5km distância.
- AA18/19 Masculino e Feminino, 10 km de distância.
- AA20+, todas as distâncias.

5.2. 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.

5.3. TABELA DE REFERÊNCIA

	Ano	3000/5000	1500	800	400
AA15 Masculinos	2003	34:45.00	16:35.00	8:45.00	4:11.00
AA16 Masculinos	2002	57:30.00	16:24.00	8:37.00	4:09.00
AA17 Masculinos	2001	57:15.00	16:16.00	8:33.00	4:07.00
AA18 Masculinos	2000	56:30.00	16:10.00	8:30.00	4:06.00
AA19 Masculinos	1999	56:15.00	16:05.00	8:28.00	4:03.00
Absolutos Masculinos	55:00.00	15:50.00	8:20.00	4:00.00
	Ano	3000/5000	1500	800	400
AA14 Feminino	2004	37:30.00	17:55.00	9:32.00	4:33.00
AA15 Feminino	2003	37:15.00	17:45.00	9:26.00	4:31.00
AA16 Femininos	2002	01:02:30.00	17:35.00	9:11.00	4:28.00
AA17 Femininos	2001	01:02:00.00	17:30.00	9:07.00	4:26.00
AA18 Femininos	2000	01:01:30.00	17:29.00	9:05.00	4:24.00
AA19 Femininos	1999	01:01:15.00	17:19.00	9:00.00	4:22.00
Absolutos Femininos	01:00:30.00	17:10.00	8:55.00	4:20.00

5.4. PLANO DE ATIVIDADES

Para cada uma das atividades previstas neste plano, compete ao DTN-AA avaliar e selecionar os praticantes a integrar, tendo como base os referenciais acima mencionados e os critérios específicos de acesso a cada atividade.

Sem prejuízo do anteriormente exposto, os critérios de acesso a cada atividade estão perfeitamente balizados, de modo a que todos os potenciais candidatos possam planejar 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.

A organização dos quadros competitivos manterá a estrutura da época anterior.

Grupo de Treino (Concentrações)

A avaliação é muito positiva sobre o trabalho realizado no grupo de treino. Pretende-se dar continuidade a este projeto onde conseguimos garantir melhores condições de treino específico na disciplina. Nesta época vai-se reduzir o número de concentrações, aumentando o número de dias da mesma.

Os objetivos para o grupo de treino assentam nos seguintes pressupostos:

- Aumentar a especificidade no treino
- Melhorar o processo de controlo e avaliação do treino
- Aumentar a competitividade entre nadadores
- Melhorar no âmbito sócio desportivo
- Transmissão de comportamentos e competências a adquirir no processo de formação contínua no AR.

5.4.1. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES

O calendário de atividades de âmbito nacional e internacional para a Época 2017-2018, das Seleções Nacionais de Águas Abertas, está apresentado no quadro em baixo.

PROVA	LOCAL	Data Início	Data Fim
Estágio de preparação Júnior e Sénior	Funchal	23-Out	29-Out
Madeira Island International Swim Marathon III	Funchal	28-Out	---
Concentração I (Sub17)	Rio Maior	12-Jan	14-Jan
Estágio de Altitude I	Serra Nevada	Jan	Fev
Concentração II	VRSA	12-Fev	17-Fev
C. N. Longa Distância	Coimbra	24-Fev	---
Prova Internacional	A designar		
Concentração IIIa	Rio Maior	03-Abril	09-Abril
Concentração IIIb (Sub 17)	Rio Maior	05-Abril	08-Abril
Campeonato Nacional Primavera AA 5km, 7,5km e 10km	Aldeia do Mato	19-Mai	20-Mai
Concentração IV	A designar	23-Maio	27-Maio
Torneio Luso-Andaluz	Sevilha	01-Jun	03-Jun
Open de França	Gravelines	30-Maio	03-Jun
Taça do Mundo Setúbal	Setúbal, Portugal	09-Jun	---
Estágio Preparação Taça do Mundo Setúbal	Setúbal	06-Jun	09-Jun
Open de Espanha	A designar	16-Jun	17-Jun
Taça do Mundo Balaton	Balaton, Hungria	16 Jun	---
Campeonato da Europa de Juniores	Malta	13-Jul	15-Jul
Estágio de Altitude II	Serra Nevada	Jul	Jul
Campeonato Nacional de Verão AA 5km	Praia Vitória	4-Ago	---
Campeonato da Europa Absoluto	Glasgow	08-Ago	12-Ago
Campeonato do Mundo de Juniores	Eilat (Israel)	7-Set.	9-Set.

5.4.2. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

Todos os critérios explanados não são de exclusão e caberá ao DTN-AA em função dos mesmos, realizar a convocatória para a competição em questão. Podendo inclusive, diminuir a cota ou aumentá-la em função de análise técnica.

Para as grandes competições o objetivo seria ter um evento de qualificação em condições e competitividade quase iguais para assim podermos afirmar que a convocatória era o mais justa possível. Na impossibilidade de conseguirmos assegurar estas condições (tendo em conta o calendário já disponível), é inevitável incluir nos critérios de seleção uma análise global da época, tendo sempre como referência os resultados de excelência. Posto isto, torna-se inevitável que seja o poder discricionário do DTN-AA a determinar as seleções para as competições sempre com base em resultados concretos.

5.4.2.1. CONCENTRAÇÕES DE TREINO

CONCENTRAÇÕES (CATEGORIAS)		CATEGORIAS	
DATA	De Janeiro a Maio	LOCAL	A definir
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Avaliação dos tempos do nadador em relação à tabela de referenciação. • Participação e desempenho nos Campeonatos Nacionais de AA (relação entre a classificação e distância aos 1^{os} Abs. e da categoria). • Nadadores de Alto Rendimento AA. • Participação internacional regular. • Nadadores de fundo com mais-valia para o grupo de treino. 		<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar mais e melhores condições ao processo de treino. • Elevar o nível competitivo nas sessões de treino. • Treino específico para a disciplina. • Fomentar a prática das AA. 	
<p>OBSERVAÇÕES: O DTN-AA tem a possibilidade de propor a entrada de um nadador sempre que este apresente uma evolução no seu rendimento desportivo e este esteja de acordo com o nível da concentração a realizar.</p> <p>Poderão ser integrados nadadores fundistas NP nas concentrações para aumentar a competitividade e estimular o fundo Nacional.</p> <p>A definição das convocatórias é realizada em função das categorias.</p> <p>As concentrações podem sofrer pequenas alterações em função do decorrer da época desportiva.</p>			

5.4.2.2. SELEÇÃO ABSOLUTA E JÚNIOR

ESTÁGIO E COMPETIÇÃO MADEIRA ISLAND INTERNATIONAL SWIM MARATHON - FUNCHAL (POR)		JÚNIOR SÉNIOR	
DATA	23 a 29 de outubro 2017 28 de outubro de 2016	LOCAL	Funchal
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Desempenho em competições nacionais e internacionais AA na época 2016-2017. 		<ul style="list-style-type: none"> Avaliação e controlo sobre o estado de preparação do nadador Classificações no TOP 10. 	
OBSERVAÇÕES: Direcionado para a Seleção Nacional Absoluta (AA 20+, AA18/19 e AA16/17).			
Cota de nadadores: até 10.			

ESTÁGIO EM ALTITUDE I		ABSOLUTO	
DATA	Janeiro	LOCAL	Serra Nevada (Espanha)
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores Alto Rendimento Absoluto AA. 		<ul style="list-style-type: none"> Preparação específica. Avaliação e controlo da preparação 	
OBSERVAÇÕES: Direcionado para nadadores de Alto Rendimento AA.			
O DTN-AA tem a possibilidade de propor a entrada de um nadador sempre que este apresente uma evolução no seu rendimento desportivo e este esteja de acordo com o nível do estágio a realizar.			

PROVA INTERNACIONAL A DESIGNAR		ABSOLUTO	
DATA		LOCAL	
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores com Alto Rendimento Absoluto AA. Avaliação a época anterior. Desempenho em competições nacionais. E provas internacionais 		<ul style="list-style-type: none"> Classificações na 1ª metade da tabela classificativa 	

AA de nível reconhecido, com resultados na 1ª metade da Tabela.	
OBSERVAÇÕES:	

OPEN DE FRANÇA		ABSOLUTOS	
DATA	30 de maio a 3 de junho	LOCAL	Gravelines
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores com Alto rendimento Júnior AA. Avaliação dos tempos do nadador em relação à tabela de referenciação. Relação entre o tempo no Campeonato Nacional de Longa Distância e a classificação nos Campeonatos Nacionais AA. Bons desempenhos em provas internacionais. 		<ul style="list-style-type: none"> Classificações no TOP 10 Avaliação do estado de preparação dos nadadores. Avaliação de possível participação em Europeu de Águas Abertas. 	
OBSERVAÇÕES:			
COTA DE NADADORES:4 A 6 (SOB AVALIAÇÃO DO DTN-AA).			

TORNEIO LUSO ANDALUZ		JUNIORES	
DATA	2 a 3 de Junho	LOCAL	Sevilha
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Bons desempenhos nas concentrações de AA. Bons resultados nas provas de fundo de piscina e classificação nos Campeonatos Nacionais AA. Bons desempenhos em provas internacionais. 		<ul style="list-style-type: none"> Classificações no TOP 6 Avaliação do estado de preparação dos nadadores. Ganhos de experiência de jovens nadadores em AA. 	
OBSERVAÇÕES:			
COTA DE NADADORES:10 (SOB AVALIAÇÃO DO DTN-AA)			

ESTÁGIO DE PREPARAÇÃO E FINA WORLD CUP SETÚBAL (POR)		ABSOLUTO	
DATA	06 a 09 de junho	LOCAL	SETUBAL (POR)
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores com Alto Rendimento Absoluto AA. Avaliação dos tempos do nadador em relação à tabela de referência. Desempenho em competições nacionais. E provas internacionais AA de nível reconhecido, com resultados na 1ª metade da Tabela. Resultados de relevo em provas Nacionais AA. 		<ul style="list-style-type: none"> Classificação no 1º terço da Tabela. Ganhar de experiência para nadadores juniores numa grande prova Internacional. Consolidar posições de relevo dos nadadores Portugueses no pelotão internacional. 	
<p>OBSERVAÇÕES: Esta prova será de participação alargada, por se realizar em Portugal.</p> <p>Caberá ao DTN-AA decidir aumentar a cota de participação no evento em função dos resultados obtidos pelos nadadores portugueses até à data de inscrição no evento.</p>			
Cota de Participação: 8 nadadores			

TAÇA DO MUNDO BALATON		ABSOLUTO	
DATA	16 de junho	LOCAL	Balatonfured, Hungria
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores com Alto Rendimento Absoluto AA. Avaliação dos tempos do nadador em relação à tabela de referência. Desempenho em competições nacionais. E provas internacionais AA de nível reconhecido, com resultados na 1ª metade da Tabela. Resultados de relevo em provas Nacionais AA. 		<ul style="list-style-type: none"> Classificação no 1º terço da Tabela. Consolidar posições de relevo dos nadadores Portugueses no pelotão internacional. Definir a seleção presente no Campeonato da Europa Absoluto em Glasgow. 	
OBSERVAÇÕES:			
COTA DE NADADORES: 4 NADADORES			

OPEN DE ESPANHA (ESPAÑA)		JUNIORES	
DATA	16 e 17 de junho	LOCAL	A definir
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores com Alto rendimento Júnior AA. Avaliação dos tempos do nadador em relação à tabela de referenciação. Relação entre o tempo no Campeonato Nacional de Longa Distância e a classificação nos Campeonatos Nacionais AA. Bons desempenhos em provas internacionais. 		<ul style="list-style-type: none"> Classificações no TOP 10 Avaliação do estado de preparação dos nadadores. Avaliação de possível participação em Europeu de Águas Abertas. 	
OBSERVAÇÕES:			
COTA DE NADADORES:5 A 6 (SOB AVALIAÇÃO DO DTN-AA).			

ESTÁGIO EM ALTITUDE II		ABSOLUTO	
DATA	Julho	LOCAL	Serra Nevada (ESP)
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores em preparação para o Campeonato da Europa Absoluto. 		<ul style="list-style-type: none"> Preparação específica para Campeonato da Europa Absoluto 	
OBSERVAÇÕES:			
Cota de nadadores: Sob avaliação do DTN-AA			

CAMPEONATO DA EUROPA DE JUNIORES (MALTA)			
DATA	13 a 15 de Julho	LOCAL	Malta
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores com Alto Rendimento Júnior AA. Avaliação dos tempos do nadador em relação à tabela de referenciação. 1º e/ou 2º classificado dos campeonatos nacionais AA Bons desempenhos em provas internacionais 2017. 		<ul style="list-style-type: none"> 1 Classificação no TOP 10. 3 Classificações no TOP 16. 	

OBSERVAÇÕES: O DTN-AA tem a possibilidade de propor a qualificação de um nadador sempre que este apresente uma evolução no seu rendimento desportivo e este esteja de acordo com o nível da competição a realizar.

Cota de nadadores: 6 nadadores (sob avaliação do DTN – AA)

CAMPEONATO DA EUROPA ABSOLUTO (ESCÓCIA)				ABSOLUTO
DATA	08 a 12 de Agosto	LOCAL	Glasgow	
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS		
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores com Alto Rendimento Absoluto AA. Avaliação dos tempos do nadador em relação à tabela de referência. Desempenho em competições nacionais com classificações no 1º ou 2º lugar Absoluto. Desempenho em grandes provas internacionais AA com resultados no 1º terço da Tabela 		<ul style="list-style-type: none"> 1 Classificação entre o TOP 12. Classificações na primeira metade da tabela. 		
<p>OBSERVAÇÕES: Todos os nadadores que pretendam qualificar-se para as provas não olímpicas (5km e 25km) terão que participar na prova dos 10km no campeonato nacional.</p> <p>Em ambas as provas não olímpicas (5km e 25km absolutos), a participação nacional estará dependente da avaliação técnica do DT-FPN.</p>				
Cota de nadadores: 3 a 4 (sob avaliação do DTN – AA)				

CAMPEONATO DO MUNDO DE JUNIORES				
DATA	07 a 09 de Setembro	LOCAL	Eilat (Israel)	
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS		
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores classificados nos primeiros 10 lugares do Campeonato da Europa de Juniores. 		<ul style="list-style-type: none"> 2 Classificações no TOP 16. 		
<p>OBSERVAÇÕES: O DTN-AA tem a possibilidade de propor a qualificação de um nadador sempre que este apresente uma evolução no seu rendimento desportivo e este esteja de acordo com o nível da competição a realizar.</p>				