



FPN

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

PLANO DE ALTO RENDIMENTO ÁGUAS ABERTAS 2017-2020



Índice

MENSAGEM DO VICE-PRESIDENTE (PELOURO ÁGUAS ABERTAS)	3
1. INTRODUÇÃO	5
2. REGIME DE ALTO RENDIMENTO.....	6
2.1. CRITÉRIOS DE ACESSO	6
2.2. REGISTO DOS PRATICANTES	6
2.3. INSCRIÇÃO DOS PRATICANTES	7
2.4. PERMANÊNCIA DOS PRATICANTES	7
2.5. NÍVEIS DE INTEGRAÇÃO	7
3. Modelo de apoio a Praticantes, Treinadores e Clubes.....	9
3.1. BOLSAS E INCENTIVOS	9
3.1.1. BOLSAS DESPORTIVAS.....	10
3.1.2. INCENTIVOS POR RESULTADOS.....	11
3.2. APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO REGIME DE ALTO RENDIMENTO	11
3.3. APOIO AOS CLUBES COM PRATICANTES EM REGIME DE ALTO RENDIMENTO	
QUADRO DE APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO REGIME DE ALTO	
RENDIMENTO	12
3.4. CRITÉRIOS DE ATRIBUIÇÃO DAS PISTAS DE ALTO RENDIMENTO.....	12
4. PLANO DE ALTO RENDIMENTO 2017-2020 (Organização).....	13
4.1. DEFINIÇÃO DE NADADOR DE ÁGUAS ABERTAS SELEÇÃO NACIONAL.....	14
4.2. TABELA DE REFERÊNCIA DO CAMPEONATO NACIONAL DE LONGA DISTÂNCIA PARA	
PARTICIPAÇÃO EM CONCENTRAÇÕES E PROVAS INTERNACIONAIS.....	14
4.3. CONCENTRAÇÕES, ESTÁGIOS E PROVAS INTERNACIONAIS	14
4. PLANO DE ALTO RENDIMENTO 2018	15
5.1. ESCALÕES ETÁRIOS PARA COMPETIÇÕES INTERNACIONAIS AA	16
5.2. ELEGIBILIDADE DOS TÉCNICOS	16
5.3. TABELA DE REFERÊNCIA.....	17
5.4. PLANO DE ATIVIDADES	17
5.4.1. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES.....	19
5.4.2. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO	21
5.4.2.1. CONCENTRAÇÕES DE TREINO	21
5.4.2.2. SELEÇÃO ABSOLUTA E JÚNIOR.....	22

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 garantir  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 mantém-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 condições em que se processa a sua intervenção.

3.1. BOLSAS E INCENTIVOS

Para o presente ano, esse apoio será consubstanciado em:

3.1.1. BOLSAS DESPORTIVAS

Não podendo esquecer a conjuntura económica vigente e a necessidade de garantir a sustentabilidade de todo o edifício da Natação Portuguesa, pretende-se premiar a excelência verificada na participação, resultados e classificações dos nossos praticantes, nas principais competições internacionais.

Para o presente ano, esse apoio será consubstanciado em:

- **Bolsas desportivas** a serem disponibilizadas mensalmente aos praticantes que cumpram com os critérios de integração;
- **Incentivos** por resultados obtidos nas principais competições internacionais.

A integração dos praticantes, em função do cumprimento da grelha de parametrização, processa-se no mês seguinte à obtenção do resultado.

Nível	Critérios	Duração	Valor
TOP Elite	1º a 10º em JO 1º a 8º em CM 1º a 5º em CE	24 Meses	Definido pelo COP
Elite	11º a 16º em JO 9º a 14º em CM 6º a 8º em CE 1º a 8º em OC a) 1º a 5º em OC b)	24 Meses	Definido pelo COP
Apoio à Qualificação	9º a 16º em CE 15º a 25º em CM 9º a 16º em OC a) 6º a 10º em OC b)	12 Meses	Definido Pelo COP

a) Taça do Mundo em que participem, pelo menos, 8 nadadores dos 16 primeiros classificados do último Campeonato do Mundo.

b) Taça do Mundo em que participem, pelo menos, 6 nadadores dos 16 primeiros classificados do último Campeonato do Mundo.

3.1.2. INCENTIVOS POR RESULTADOS

Tabela de incentivos para resultados obtidos nas grandes competições de Águas Abertas

	Jogos Olímpicos	Campeonato do Mundo	Campeonato da Europa	Universíadas	Campeonato do Mundo de Júniores	Campeonato da Europa de Júniores
Classificação	Águas Abertas	Águas Abertas	Águas Abertas	Águas Abertas	Águas Abertas	Águas Abertas
1	40.000 €	20.000 €	10.000 €	5.000 €	2.000 €	1.500 €
2	25.000 €	10.000 €	5.000 €	2.000 €	1.500 €	1.200 €
3	17.500 €	5.000 €	2.500 €	1.000 €	1.200 €	1.000 €
4	12.000 €	4.000 €	2.400 €	-	1.000 €	800 €
5	10.000 €	3.500 €	2.200 €	-	800 €	600 €
6	9.000 €	3.000 €	2.000 €	-	600 €	400€
7	8.000 €	2.600 €	1.800 €	-	400 €	-
8	7.000 €	2.200 €	1.600 €	-	200 €	-
9	6.000 €	2.000 €	-	-	-	-
10	5.000 €	1.800 €	-	-	-	-
11	4.000 €	1.600 €	-	-	-	-
12	3.000 €	1.400 €	-	-	-	-
13	2.500 €	1.200 €	-	-	-	-
14	2.000 €	1.000 €	-	-	-	-
15	1.500 €	800 €	-	-	-	-
16	1.000 €	600 €	-	-	-	-
Treinador**	750 €	750 €	750 €	500 €	400 €	400 €

* Prémios governamentais

** Prémio para o treinador, se classificar um nadador em qualquer das posições premiadas.

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.

Todos os treinadores que classifiquem nadadores para os Campeonatos do Mundo ou da Europa, de Absolutos ou Júniores, terão direito a realizar formação pertinente, sob proposta apresentada atempadamente e aprovação da Direção e Departamento Técnico da FPN.

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 as marcas da tabela de referência (o tempo da tabela de referência pode não ser necessário, se o nadador evidenciar uma superioridade notória nas provas de AA) e demonstrando disponibilidade para se fazer representar nas ações da disciplina.

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

- No início da época, com base na época anterior.
- Após o Campeonato Nacional de 10km e 7,5km categorias e 5km categorias e 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 PARA PARTICIPAÇÃO EM CONCENTRAÇÕES E PROVAS INTERNACIONAIS.

Esta Tabela serve para orientar o DTN-AA na entrada nas concentrações e 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 2019

O Plano de Alto Rendimento (PAR) para 2019 reger-se-  pelas condi es definidas no Regulamento de Alto Rendimento e constitui o documento orientador e regulador de toda a atividade afeta ao Alto Rendimento e às Sele es Nacionais.

No presente documento estão definidos os critérios referenciais de sele o para todas as competi es onde a FPN irá participar em representa o nacional, com abrangência a todos os escalões, na época em curso.

Para além dos critérios definidos, em situa es de carácter excecional relacionadas com o desempenho dos praticantes em cada momento específico, as características intr secas a cada competi o, o percurso recente aliado às perspetivas de evolu o bem como   postura revelada pelos praticantes, poderá o Diretor Técnico Nacional de  guas Abertas (DTN-AA) ampliar ou restringir os critérios definidos neste documento.

Sendo as  guas Abertas uma disciplina com características singulares na Nata o a elabora o de critérios de acesso às diferentes competi es bem como a avalia o das presta es individuais dos praticantes não   passível de ser limitada a fatores fechados (por exemplo tempos ou classifica es), dadas as características intr secas da disciplina, a mesma compreender  os seguintes itens:

- Rendimento dos praticantes nas competi es realizadas na época 2017/2018 com prioridade para as competi es oficiais em distâncias do calendário internacional;
- Desempenho dos praticantes nos períodos de estágio e concentra o de treino;
- Desempenho dos praticantes no Campeonato Nacional de Longa Distância;
- Capacidade de compromisso dos praticantes, de acordo com o plano de prepara o acordado com os mesmos e com os seus treinadores;
- A existência de objetivos claros e inequívocos orientados para a disciplina, sem prejuízo da compatibiliza o com a participa o noutras disciplinas (de acordo com a tendência verificada atualmente no plano internacional);
- Rendimentos dos praticantes nas provas de  guas Abertas, destacando a sua capacidade de adapta o a diferentes condicionantes, como sejam o meio onde se disputam as competi es (rio, mar, etc) ou as condi es climáticas (temperatura da água, etc.);
- Total comprometimento com os objetivos da sele o nacional, e completa aceita o dos objetivos coletivos associados   mesma;

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

Fica definido como regra, que a participa o de nadadores em competi es internacionais destinadas, em exclusivo, a sele es Nacionais (Ex. Ta as do Mundo) fica restringida aos nadadores que se encontrem referenciados nas diferentes sele es nacionais e apenas pode ocorrer quando a Sele o 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 COMPETI ES INTERNACIONAIS AA

Os escalões etários das  guas Abertas têm um agrupamento de idades diferenciado da Nata o Pura, pelo que já foi realizado o ajuste no Regulamento Geral a este fato. Resumindo, as AA permitem prolongar o escalão júnior, agrupando-se em três escalões de juniores, um de seniores e o absoluto.

Grupos de idade considerando a idade em 31 de Dezembro do ano de competi es (2019), 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.
- Absolutos, todas as distâncias.

5.2. ELEGIBILIDADE DOS TÉCNICOS

O acompanhamento das Sele es Nacionais será feito pelos técnicos da Federa o Portuguesa de Nata o. O convite a outros técnicos com atletas integrados na Sele o será feito, sempre que se justificar, de acordo com o interesse da sele o, por convite expreso da Federa o Portuguesa de nata o.

5.3. TABELA DE REFERÊNCIA

	Ano	3000/5000	1500	800	400
AA15 Masculinos	2004	34:45.00	16:35.00	8:45.00	4:11.00
AA16 Masculinos	2003	57:30.00	16:24.00	8:37.00	4:09.00
AA17 Masculinos	2002	57:15.00	16:16.00	8:33.00	4:07.00
AA18 Masculinos	2001	56:30.00	16:10.00	8:30.00	4:06.00
AA19 Masculinos	2000	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	2005	37:30.00	17:55.00	9:32.00	4:33.00
AA15 Feminino	2004	37:15.00	17:45.00	9:26.00	4:31.00
AA16 Femininos	2003	01:02:30.00	17:35.00	9:11.00	4:28.00
AA17 Femininos	2002	01:02:00.00	17:30.00	9:07.00	4:26.00
AA18 Femininos	2001	01:01:30.00	17:29.00	9:05.00	4:24.00
AA19 Femininos	2000	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 2018-2019, das Seleções Nacionais de Águas Abertas, está apresentado no quadro em baixo.

COMPETIÇÃO	DATA	LOCAL
Campeonato Nacional de Longa Distância	24 fevereiro	Porto
Campeonato Nacional de AA 10km, 7,5km e 5km Primavera	18 e 19 de maio	Portimão
Campeonato Nacional de AA 5km Verão	29 de junho	Barragem do Alto Rabagão - Montalegre

Quadro Competitivo Nacional

ESTÁGIO / CONCENTRAÇÃO	DATA	LOCAL
Encontro jovens nadadores AA	5 a 6 janeiro	Jamor
Estágio de Altitude I	13 a 31 janeiro	Serra Nevada
Concentração I	09 a 13 janeiro	Rio Maior
Concentração II	01 a 06 fevereiro	VRSA
Concentração III	1 a 5 de março	Jamor
Concentração IV	01 a 05 de maio	VRSA
Estágio de Altitude II	10 a 30 junho	Serra Nevada
Estágio de Preparação Mundial	3 a 10 de julho	A definir
Estágio de Preparação Europeu de juniores	27 a 30 julho	Jamor

Quadro Concentrações e Estágio

COMPETIÇÃO	DATA	LOCAL
------------	------	-------

ESTÁGIO / CONCENTRAÇÃO	DATA	LOCAL
Madeira Island Swim Marathon 2019	27 Outubro 2018	Funchal
Taça do Mundo Abu Dhabi	9 Novembro 2018	Abu Dhabi
Taça do Mundo Doha	16 Fevereiro 2019*	Qatar
Taça do Mundo ou Europa	Março/ Abril 2019*	A designar
Open de França / Taça LEN	Final de maio 2019*	França (local a designar)
Torneio Luso Andaluz	Início de junho 2019*	Andaluzia
Taça do Mundo de Setúbal	8 de junho 2019	Setúbal (PUA)
Open de Espanha	14 a 16 de junho 2019*	A designar
Taça do Mundo Balaton ou Taça LEN Barcelona	Meio ou final de junho 2019*	Balatonfured ou Barcelona
Campeonato do Mundo Absoluto	13 a 18 julho 2019	Gwangzou
Campeonato da Europa de Juniores	2 a 4 agosto 2019	Praga (Rep. Checa)
Jogos de Mediterrâneo de Praia	25 a 31 de Agosto	Patras (Grécia)
Prova Internacional a designar	Agosto/Setembro 2019*	A designar
Madeira Island Swim Marathon 2019	Final de outubro 2019*	Funchal
Taça do Mundo Abu Dhabi	Novembro 2019*	Abu Dhabi

Quadro Competitivo Internacional

*Provas com datas a confirmar mediante calendários internacionais.

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	No plano de atividades
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

COMPETIÇÃO MADEIRA ISLAND INTERNATIONAL SWIM MARATHON - FUNCHAL (POR)		JÚNIOR SÉNIOR	
DATA	27 de outubro	LOCAL	Funchal
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Desempenho em competições nacionais e internacionais AA na época 2017-2018. 		<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 15 nadadores.			

TAÇA DO MUNDO ABU DHABI		ABSOLUTOS	
DATA	9 de Novembro	LOCAL	Abu Dhabi
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores absolutos com melhores desempenhos na época 2017-2018 		<ul style="list-style-type: none"> Classificações na primeira metade da tabela. Avaliação do estado de preparação dos nadadores. 	
OBSERVAÇÕES:			
COTA DE NADADORES: 2 NADADORES			

ESTÁGIO EM ALTITUDE I		ABSOLUTO	
DATA	Janeiro / Fevereiro	LOCAL	Serra Nevada (Espanha)
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> PPO 		<ul style="list-style-type: none"> Preparação específica. Avaliação e controlo da preparação 	
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 do estágio a realizar.			

TAÇA DO MUNDO DOHA				ABSOLUTOS
DATA	16 de fevereiro	LOCAL	Doha	
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS		
<ul style="list-style-type: none"> • PPO • Tabela de referência. • Resultados Nacionais e internacionais da época anterior. 		<ul style="list-style-type: none"> • Classificações na primeira metade da tabela. • Avaliação do estado de preparação dos nadadores. • Apuramento Campeonato do Mundo AA 2019. 		
OBSERVAÇÕES:				
COTA DE NADADORES: 2 A 3 NADADORES				

TAÇA DO MUNDO EUROPA A DESIGNAR				ABSOLUTOS
DATA	Março / Abril	LOCAL	A definir	
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS		
<ul style="list-style-type: none"> • PPO • Tabela de referência. • Resultados Nacionais e internacionais anteriores. 		<ul style="list-style-type: none"> • Classificações na primeira metade da tabela. • Avaliação do estado de preparação dos nadadores. • Apuramento Campeonato do Mundo AA 2019. 		
OBSERVAÇÕES:				
COTA DE NADADORES: 2 A 3 NADADORES				

OPEN DE FRANÇA				ABSOLUTOS
DATA	Final de maio	LOCAL		
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS		
<ul style="list-style-type: none"> • PPO • Tabela de referência. • Resultados Nacionais e Internacionais anteriores. 		<ul style="list-style-type: none"> • 2 Classificações no TOP 15 • Classificações no primeiro terço • Avaliação do estado de preparação dos nadadores. 		
OBSERVAÇÕES:				
COTA DE NADADORES: 4 (SOB AVALIAÇÃO DO DTN-AA).				

TORNEIO LUSO ANDALUZ		JUNIORES	
DATA	A definir	LOCAL	A designar
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 TAÇA DO MUNDO SETÚBAL (POR)		ABSOLUTO	
DATA	8 de junho	LOCAL	SETUBAL (POR)
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> PPO Tabela de referência Resultados Nacionais e Internacionais anteriores. Nadadores AA20+ / AA18/19 Nadadores AA16/17 mediante avaliação do DTN. 		<ul style="list-style-type: none"> Classificação no 1º terço da Tabela. Ganhos de experiência para nadadores juniores numa grande prova Internacional. Consolidar posições de relevo dos nadadores Portugueses no pelotão internacional. 	
OBSERVAÇÕES: 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.			
Cota de Participação: 8 a 10 nadadores			

OPEN DE ESPANHA		JUNIORES	
DATA	14 e 16 de junho	LOCAL	A definir
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> Nadadores com Alto rendimento Júnior AA. Tabela de referência. Resultados Nacionais e Internacionais anteriores. 		<ul style="list-style-type: none"> Classificações no TOP 8 Avaliação do estado de preparação dos nadadores. Avaliação de possível participação em Europeu de Águas Abertas 	

		Júnior.	
OBSERVAÇÕES:			
COTA DE NADADORES: 12 A 14 (SOB AVALIAÇÃO DO DTN-AA).			
TAÇA LEN BARCELONA OU TAÇA MUNDO BALATON			ABSOLUTO E JÚNIOR AA18/19
DATA	Final de junho	LOCAL	Barcelona / Balatonfured
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • AR Águas Abertas • Tabela de referência. • Resultados Nacionais e Internacionais anteriores. 		<ul style="list-style-type: none"> • Classificação no 1º terço da Tabela. • Consolidar posições de relevo dos nadadores Portugueses no pelotão internacional. 	
OBSERVAÇÕES:			
COTA DE NADADORES: 4 NADADORES			

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

ESTÁGIO DE PREPARAÇÃO E CAMPEONATO DO MUNDO ABSOLUTO (COREIA DO SUL)			ABSOLUTO
DATA	3 a 12 de julho 2019 13 a 18 de julho 2019	LOCAL	A definir Gwangzou
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • PPO • Tabela de referência • Classificação a menos de 1' do primeiro numa taça do mundo com classificação no 1º terço. (Doha / outra a designar) 		<ul style="list-style-type: none"> • 2 Classificações entre o TOP 25 • Classificações na primeira metade da tabela. 	
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.

Em ambas as provas não olímpicas (5km e 25km absolutos), a participação nacional estará dependente da avaliação técnica do DT-FPN.

Cota de nadadores: 2 a 3 (sob avaliação do DTN – AA)

CAMPEONATO DA EUROPA DE JUNIORES (REPÚBLICA CHECA)

DATA	2 a 4 de Agosto	LOCAL	Praga
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Classificação no Open de Espanha em função do nível da prova e da diferença de tempo para o 1º. • Avaliação dos tempos do nadador em relação à tabela de referenciação. • 1º e/ou 2º classificado dos campeonatos nacionais AA 		<ul style="list-style-type: none"> • 2 Classificações no TOP 10. • 4 Classificações no TOP 16. • Classificações na primeira metade da tabela. 	
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: 8 nadadores (sob avaliação do DTN – AA)			

TAÇA DO MUNDO ABU DHABI			ABSOLUTOS
DATA	25 a 31 de Agosto	LOCAL	Patras (Grécia)
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • A definir em função das indicações do COP. 		<ul style="list-style-type: none"> • 	
OBSERVAÇÕES:			
COTA DE NADADORES: A DEFINIR PELO COP.			

PROVA INTERNACIONAL A DESIGNAR		ABSOLUTOS	
DATA	Agosto / Setembro	LOCAL	A designar
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • PPO • Tabela de referência. • Resultados Campeonato do Mundo. 		<ul style="list-style-type: none"> • Classificações no primeiro terço da tabela. • Avaliação do estado de preparação dos nadadores. 	
OBSERVAÇÕES:			
COTA DE NADADORES: 2 A 3 NADADORES			

COMPETIÇÃO MADEIRA ISLAND INTERNATIONAL SWIM MARATHON - FUNCHAL (POR)		JÚNIOR SÉNIOR	
DATA	A designar	LOCAL	Funchal
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Desempenho em competições nacionais e internacionais AA na época 2018-2019. 		<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 15 nadadores.			

TAÇA DO MUNDO ABU DHABI (A CONFIRMAR ESTA COMPETIÇÃO)		ABSOLUTOS	
DATA	A designar	LOCAL	Abu Dhabi
CRITÉRIOS DE SELEÇÃO		OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Nadadores absolutos com melhores desempenhos na época 2018-2019 		<ul style="list-style-type: none"> • Classificações na primeira metade da tabela. • Avaliação do estado de preparação dos nadadores. 	
OBSERVAÇÕES: A PROVA PODE NÃO SE REALIZAR, E SERÁ APONTADA OUTRA COMPETIÇÃO INTERNACIONAL.			
COTA DE NADADORES: 2 NADADORES			