

MASCULINOS E FEMININOS - Provas - 50m livres; 100m livres; 200m livres; 400m livres; 800m livres; 1500m livres; 50m costas; 100m costas; 200m costas; 50m bruços; 100m bruços; 200m bruços; 50m mariposa; 100m mariposa; 200m mariposa; 200m estilos; 400m estilos.

MEDALHADO	TOP ELITE	ELITE	APOIO À QUALIFICAÇÃO
1º a 3º em JO	4º a 8º em JO	9º a 16º em JO	15º a 16º em CM
1º a 3º em CM	4º a 7º em CM	8º a 14º em CM	9º a 12º em CE
		1º a 8º em CE	Realização de marca da tabela anexa
		Realização de marca da tabela anexa	

MASCULINOS E FEMININOS - Provas - 4x100L M e F; 4x200L M e F; 4x100E M e F; 4x100L misto e 4x100E misto

MEDALHADO	TOP ELITE	ELITE	APOIO À QUALIFICAÇÃO
1º a 3º em JO	4º a 8º em JO	9º a 16º em JO	13º a 14º em CM
1º a 3º em CM	4º a 6º em CM	7º a 12º em CM	9º a 10º em CE
		1º a 8º em CE	

Abreviaturas: JO - Jogos Olímpicos; CM - Campeonato do Mundo; CE - Campeonato da Europa.

TABELA DE MARCAS

MASCULINOS		PROVAS	FEMININOS	
AQ 25	ELITE		ELITE	AQ 25
22.29	21.82	50L	24.54	25.07
49.07	48.07	100L	53.53	54.41
1:47.85	1:45.77	200L	1:56.97	1:59.02
3:50.18	3:46.17	400L	4:06.26	4:11.62
7:58.72	7:49.94	800L	8:26.61	8:34.31
15:14.50	14:57.72	1500L	16:06.67	16:23.63
25.22	24.73	50C	27.94	28.50
54.55	53.40	100C	59.62	1:00.89
1:59.26	1:56.62	200C	2:09.72	2:12.35
27.56	27.02	50B	30.53	31.14
1:00.38	59.31	100B	1:06.37	1:07.79
2:11.48	2:09.03	200B	2:23.40	2:26.07
23.63	23.17	50M	25.81	26.33
52.45	51.40	100M	57.54	58.79
1:57.52	1:55.25	200M	2:08.11	2:10.36
1:59.71	1:57.64	200E	2:10.81	2:13.19
4:16.29	4:11.87	400E	4:37.83	4:42.71

22/04/2025



PROJETO PARIS 2024

NATAÇÃO PURA GRELHA DE INTEGRAÇÃO

Regras Específicas

- Classificações e posições de ranking a 2 atletas por CON/FN.
- O Acesso aos níveis Elite e TOP Elite por via do resultado implica sempre a obtenção de marca de qualificação A. O prazo para realização desta marca é até um ano após a obtenção do resultado, desde que dentro do período de qualificação olímpica. A respetiva integração terá efeitos ao mês seguinte ao do cumprimento de ambos os pressupostos.
- As integrações das Estafetas, por via do resultado, deverão sempre implicar uma classificação dentro dos 2 primeiros terços da classificação.
- Em cada época desportiva serão consideradas como competições de referência com vista à obtenção de marcas constantes da tabela definida, os Campeonatos Nacionais de Inverno de piscina Longa e uma competição em piscina Longa a indicar previamente ao COP que terá de estar homologada pela FINA com vista à obtenção de mínimos para o Mundial ou Jogos Olímpicos, para além da competição principal que será consoante a época, o Campeonato da Europa ou o Campeonato do Mundo.
- Assim que abrir o período para obtenção de mínimos, estes poderão ser obtidos em qualquer competição que se encontre homologada pela FINA para o efeito.

Critério de qualidade para suplente de estafeta

Ficam estabelecidos como critérios de qualidade para o elemento suplente da estafeta:

- a) Estafetas Livres – Caso haja elementos da estafeta com mínimo A na distância da estafeta o suplente tem de ter uma marca que não ultrapasse em 1% a média dos elementos que não têm mínimo A
- b) Estafetas Livres – Caso nenhum dos elementos tenha mínimo A na distância o suplente tem de ter marca que não ultrapasse em 1% a média dos elementos que compõem a estafeta.
- c) Estafeta Estilos – Limite de 2% sobre o mínimo A da FINA na distância.

22/04/2025