



**FPN**

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

# PLANO DE ALTO RENDIMENTO NATAÇÃO ADAPTADA 2020



NATAÇÃO ADAPTADA



# ÍNDICE

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>4</b>
<b>2. REGIME DE ALTO RENDIMENTO .....</b>	<b>5</b>
<b>2.1. CRITÉRIOS DE ACESSO.....</b>	<b>5</b>
<b>2.2. REGISTO DOS PRATICANTES.....</b>	<b>5</b>
<b>2.3. INSCRIÇÃO DOS PRATICANTES .....</b>	<b>5</b>
<b>2.4. NÍVEIS DE INTEGRAÇÃO .....</b>	<b>6</b>
<b>2.5. APOIO AOS PRATICANTES EM REGIME DE ALTO RENDIMENTO .....</b>	<b>6</b>
<b>3. PLANO DE ALTO RENDIMENTO.....</b>	<b>7</b>
<b>3.1. SELEÇÃO NACIONAL WORLD PARA SWIMMING.....</b>	<b>7</b>
<b>3.1.1. REGISTO NA BASE DE NADADORES DO WORLD PARA SWIMMING.....</b>	<b>8</b>
<b>3.1.2. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES .....</b>	<b>8</b>
<b>3.1.3. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO .....</b>	<b>9</b>
<b>3.2. SELEÇÃO NACIONAL SURDOLÍMPICA.....</b>	<b>15</b>
<b>3.2.1. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES .....</b>	<b>15</b>
<b>3.2.2. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO .....</b>	<b>16</b>
<b>3.3. SELEÇÃO NACIONAL DSISO.....</b>	<b>16</b>
<b>3.3.1. REGISTO NA BASE DE NADADORES DA DSISO .....</b>	<b>16</b>
<b>3.3.2. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES.....</b>	<b>17</b>
<b>3.3.3. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO .....</b>	<b>17</b>
<b>4. ELEGIBILIDADE DOS TÉCNICOS .....</b>	<b>18</b>
<b>5. APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO REGIME DE ALTO RENDIMENTO.....</b>	<b>18</b>
<b>6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>18</b>

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

### ***Crescer sustentadamente***

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

Foram 3 anos de aprendizagem para todos, onde se procurou organizar os processos que nos conduzissem a formas mais elevadas de prática desportiva, com melhores condições de apoio ao treino, estágios e competições.

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

Mudança de ciclo, mudança de paradigma? Não obrigatoriamente. Obrigatório sim, haver um esforço conjunto para que a exigência em cada um de nós se situe num novo patamar que nos conduza a níveis de rendimento mais próximos da elite mundial. Terá que ser ao nível do “modus operandis” de cada um e não à custa de mais meios financeiros, porque esses, à partida, sabemos que não existirão com adicional.

Este ciclo deverá pautar-se pela afirmação e consolidação da natação adaptada enquanto fenómeno desportivo de rendimento e alto rendimento, sensibilizando e criando bases de formação em parcerias com autarquias, instituições e clubes, onde as pessoas com deficiência vejam garantidas o direito ao acesso à prática desportiva e neste caso à prática da natação, enquanto meio de terapia, de socialização, de inclusão e de desenvolvimento físico e psicológico do corpo e da mente.

A FPN, na sua condição de gestor e facilitador de processos na natação em Portugal, tudo fará, no que estiver ao seu alcance, para que os desafios que se colocam sejam alcançados naquilo que é a primazia da satisfação dos objetivos atingidos.

A todos um excelente ciclo, com desejos das maiores felicidades a todos os agentes que irão trabalhar connosco neste difícil, mas desafiante e belíssimo projeto de natação para pessoas com necessidades especiais.

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

# 1.INTRODUÇÃO

---

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

No quarto e último ano do ciclo paralímpico e no que toca à Seleção Nacional World Para Swimming queremos continuar a alicerçar o Alto Rendimento e garantir condições que permitam a concretização dos objetivos estabelecidos a montante: o aumento da quota de nadadores portugueses e o alcance de lugares de finalista nos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020.

Aos praticantes integrados no Projeto de Preparação Paralímpica queremos oferecer condições com vista a conseguirem cumprir os objetivos definidos para 2020. Os treinadores dos nadadores envolvidos são os responsáveis pelo plano individual e definem quais as ações em que estes se enquadram no plano geral e quais aquelas que pretendem especificamente para eles (estágios; competições; equipamento de treino específico, etc.).

Pretendemos que os nadadores integrados no Projeto de Preparação Surdolímpica 2021 tenham todas as condições para atingir os melhores resultados no Campeonato da Europa que terão em 2020.

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

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

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

---

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 dum 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, classificando os praticantes em três níveis distintos: nível A, nível B e nível C.

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

### **2.2. REGISTO DOS PRATICANTES**

---

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

### **2.3. INSCRIÇÃO DOS PRATICANTES**

---

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

- O praticante realiza a classificação ou resultado que lhe permite a integração.
- O praticante ou o Clube no qual o praticante se encontra filiado envia a ficha do praticante desportivo de Alto Rendimento devidamente preenchida para a FPN.

- A FPN propõe o praticante ao Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), para validação do mesmo.
- Após validação por parte do IPDJ, este envia para a FPN o Contrato entre o praticante, o IPDJ, e a FPN.
- A FPN envia o contrato ao praticante, que deverá assinar e rubricar em todas as páginas, e reenvia à FPN, para esta devolver ao IPDJ.
- O IPDJ procede ao registo efetivo e emite a declaração de registo do praticante em Alto Rendimento.

## **2.4. NÍVEIS DE INTEGRAÇÃO**

---

### **Nível A**

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

### **Nível B**

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

### **Nível C**

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

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

---

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

- Isenção de taxas de inscrição nas provas individuais dos Campeonatos Nacionais.

- Apoio à participação de nadadores em Regime de Alto Rendimento em Competições Internacionais mediante disponibilidade financeira.

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

---

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

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

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

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

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

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

---

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



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

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

---

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

Outros nadadores serão inscritos, mediante solicitação do clube, após conseguirem um mínimo de qualificação para o Campeonato da Europa de Natação Adaptada Madeira 2020, em competição homologada pela FPN, e parecer favorável do gabinete de classificação (se os praticantes não forem classificados internacionalmente).

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

### **3.1.2. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES**

---

O calendário de atividades de âmbito nacional e internacional para 2020, da Seleção Nacional World Para Swimming, é apresentado no quadro seguinte.

<b>AÇÃO</b>	<b>Categoria</b>	<b>Data</b>	<b>Local</b>
C. Nacional de Inverno de Natação Adaptada	World Para Swimming	25 e 26/01	Rio Maior Portugal
Estágio de Altitude*	World Para Swimming	9 a 30/03	Sierra Nevada, Espanha
World Para Series 2020*	World Para Swimming	A definir	A definir

<b>AÇÃO</b>	<b>Categoria</b>	<b>Data</b>	<b>Local</b>
Campeonato da Europa de Natação WPS Madeira 2020	World Para Swimming	17 a 23/05	Funchal, Portugal
C. Nacional de Verão de Natação Adaptada	World Para Swimming	20 e 21/06	Campanhã, Portugal
Estágio de Altitude*/**	World Para Swimming	15/07 a 05/08	Sierra Nevada, Espanha
Jogos Paralímpicos Tóquio 2020	World Para Swimming	26/08 a 08/09	Tóquio, Japão

*\*Ações a definir de acordo com o plano de preparação individual de cada nadador que integra a Preparação Paralímpica Tóquio 2020 e o orçamento disponibilizado por este Projeto para o ano de 2020.*

*\*\* Estágio sujeito a confirmação por parte do CAR Sierra Nevada que só o fará 6 meses antes do agendado.*

### **3.1.3. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO**

---

## **2020 World Para Swimming European Open Championships – Madeira 2020**

### **1. Condições de Participação**

- O Europeu destina-se às categorias de deficiência motora, paralisia cerebral, visual e intelectual.
- O praticante tem que estar filiado na FPN para a presente época e ter uma licença ativa do World Para Swimming para o ano de 2020.

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

- No que toca à sua classificação desportiva, o praticante tem que ter um estatuto “*review*” ou “*confirmed*” certificado pelo World Para Swimming.
- São elegíveis para este evento os praticantes que tenham obtido obrigatoriamente um mínimo de qualificação, de acordo com a tabela no ponto 4, numa competição homologada pelo World Para Swimming, em piscina de 50 metros, entre 1 de maio de 2019 e 8 de março de 2020.

### **3. Competições homologadas**

Para efeitos de obtenção de mínimos de qualificação serão consideradas quaisquer competições internacionais que os nadadores participem dentro do período temporal

elegível desde que homologadas pelo World Para Swimming e a nível nacional serão homologadas as seguintes competições:

1. Campeonato Regional de Inverno ANNP – 07 e 08/12 – Póvoa de Varzim
2. II Open ANC – 18/01 – Coimbra
3. Campeonato Nacional de Inverno de Natação Adaptada – 25 e 26/01 – Rio Maior
4. Campeonato Nacional de Juvenis, Juniores e Absolutos – 26 a 29/03 – Coimbra\*.

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

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

#### 4. Mínimos de Qualificação

##### Funchal 2020 - MQS

Provas	Classe	Masculinos	Femininos
<b>50m Livres</b>	S3	01:50.92	N/A
	S4	00:54.95	01:54.03
	S5	00:42.85	01:29.30
	S6	00:37.16	00:49.30
	S7	00:34.22	00:45.33
	S8	00:30.37	00:39.29
	S9	00:27.19	00:34.15
	S10	00:26.73	00:31.90
	S11	00:34.91	00:45.46
	S12	00:35.95	00:38.98
<b>100m Livres</b>	S13	00:28.05	00:35.12
	S3	N/A	03:03.68
	S4	02:32.81	03:43.12
	S5	01:32.33	03:14.30
	S6	01:21.02	01:43.10
	S7	01:16.44	01:35.74
	S8	01:06.94	01:26.18
	S9	00:59.86	01:13.02
	S10	00:57.92	01:09.36
S11	01:14.72	01:42.15	

	S12	01:04.41	01:31.26
	S13	01:01.29	01:21.15
<b>200m Livres</b>	S2	06:57.64	N/A
	S3	07:29.61	N/A
	S4	05:29.66	N/A
	S5	03:40.86	06:00.55
	S14	02:05.65	02:33.54
<b>400m Livres</b>	S6	07:03.28	07:26.12
	S7	06:19.11	08:53.54
	S8	07:47.72	07:37.80
	S9	04:46.31	05:47.31
	S10	05:03.38	05:30.41
	S11	05:47.72	06:55.24
	S13	05:18.31	05:29.10
<b>50m Costas</b>	S1	01:22.01	N/A
	S2	01:22.01	01:52.63
	S3	02:25.18	01:52.67
	S4	01:07.82	01:44.37
	S5	00:50.96	01:26.74
<b>100m Costas</b>	S1	02:56.25	N/A
	S2	3:37.43	03:59.51
	S6	01:37.63	02:21.95
	S7	01:41.08	02:19.69
	S8	01:26.42	01:45.28
	S9	01:10.42	01:26.21
	S10	01:11.06	01:26.41
	S11	01:41.02	01:43.56
	S12	01:43.77	01:45.72
	S13	01:21.82	01:29.58
	S14	01:07.98	01:24.56
<b>50m Bruços</b>	SB2	02:57.81	N/A
	SB3	01:34.32	01:29.42
<b>100m Bruços</b>	SB4	02:59.83	04:16.76
	SB5	02:05.13	02:51.92
	SB6	02:03.44	02:19.30
	SB7	01:53.69	03:11.53
	SB8	01:27.03	01:48.93
	SB9	01:19.26	01:34.34
	SB11	01:37.02	01:56.11
	SB12	01:31.97	02:03.15
	SB13	01:29.62	01:46.63
	SB14	01:16.27	01:36.36

<b>50m Mariposa</b>	S5	00:58.37	01:50.72
	S6	00:52.26	01:06.60
	S7	00:47.49	01:08.56
<b>100m Mariposa</b>	S8	01:40.97	02:05.94
	S9	00:31.71	1:32.15
	S10	00:33.85	1:31.85
	S11	01:35.46	N/A
	S12	01:27.97	N/A
	S13	01:27.83	1:28:00
	S14	01:04.98	01:25.94
<b>150m Estilos</b>	SM3	04:54.32	N/A
	SM4	04:08.91	04:55.57
<b>200m Estilos</b>	SM5	N/A	07:12.92
	SM6	03:52.59	04:19.26
	SM7	04:16.87	04:23.23
	SM8	03:04.23	04:04.41
	SM9	02:32.50	03:02.09
	SM10	02:35.35	02:59.74
	SM11	03:31.04	03:52.82
	SM13	02:49.04	03:04.55
	SM14	02:22.97	02:57.43

## 5. Critérios de Seleção

Serão selecionados os nadadores que cumpram os seguintes critérios:

- 1) Nadadores que, a 08/03/2020 integrem o Projeto de Preparação Paralímpica Tóquio 2020 ou o Projeto de Esperanças Paralímpicas 2020.
- 2) Para além destes poderão ser selecionados nadadores que a Direção Técnica Nacional considere que reunirem condição desportiva para serem selecionados.

## Jogos Paralímpicos Tóquio 2020

Considerando a participação dos nadadores portugueses nos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020, que se realizarão entre 25 de agosto e 6 de setembro de 2020, a Federação Portuguesa de Natação considera como condição *sine qua non* que todos os nadadores deverão ter obtido mínimo de qualificação (MQS) durante o período considerado até ao dia 11 de julho de 2020.

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

Se a cota de participação atribuída a Portugal for inferior ao número de praticantes com mínimo de qualificação para os Jogos Paralímpicos, serão escolhidos os que tiverem melhor posição no ranking “*Minimum Qualification Standard Ranking – Tokyo 2020 Paralympic Games*” – disponível em <http://www.paralympic.org/swimming/rankings> – até ao dia 11 de julho de 2020 (data de atualização imediata a seguir ao Campeonato da Europa WPS Madeira 2020).

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

### Tóquio Paralympic Games – MQS

Provas	Classe	Mascullinos		Femininos	
		MQS	MET	MQS	MET
50m Livres	S3	00:54.52	01.11.00	N/A	N/A
	S4	00:42.97	00:47.46	00:47.84	00.55.62
	S5	00:36.19	00:36.84	N/A	N/A
	S6	N/A	N/A	00:37.78	00.38.98
	S7	00:29.94	00:31.03	N/A	N/A
	S8	N/A	N/A	00:33.61	00:34.88
	S9	00:26.74	00.27.86	N/A	N/A
	S10	00:25.47	00:26.09	00:28.99	00.29.88
	S11	00:28.47	00:29.23	00:33.72	00:35.56
	S13	00:25.55	00.26.25	00:28.88	00:29.54
100m Livres	S3	N/A	N/A	02:33.78	04:47.35
	S4	01:37.67	01:56.98	N/A	N/A
	S5	01:20.70	01:23.81	01:34.86	01.46.15
	S6	01:11.48	01:14.34	N/A	N/A
	S7	N/A	N/A	01:17.98	01.20.32
	S8	01:01.79	01.03.40	N/A	N/A
	S9	N/A	N/A	01:05.84	01.07.33

	S10	00:55.28	00:57.11	01:03.11	01:04.06
	S11	N/A	N/A	01:15.48	01:18.95
	S12	00:57.95	01:01.32	01:08.05	01:12.85
<b>200m Livres</b>	S2	05:28.14	06:23.56	N/A	N/A
	S3	04:43.70	05:01.06	N/A	N/A
	S4	03:37.23	04:06.74	N/A	N/A
	S5	03:02.23	03:05.56	03:33.74	03:59.82
	S14	02:01.29	02:03.63	02:18.21	02:21.20
<b>400m Livres</b>	S6	05:38.47	05:46.98	05:55.92	06:21.68
	S7	05:08.98	05:17.62	05:46.79	06:02.25
	S8	04:50.25	05:00.35	05:21.68	05:32.35
	S9	04:29.80	04:35.02	05:04.07	05:10.83
	S10	04:20.45	04:24.42	04:49.14	04:54.81
	S11	05:23.76	05:33.75	05:57.51	06:45.43
	S13	04:34.61	04:48.40	04:59.02	05:10.75
<b>50m Costas</b>	S1	01:53.26	01:53.26	N/A	N/A
	S2	01:14.55	01:26.31	01:53.58	01:53.58
	S3	00:59.06	01:07.00	01:14.71	02:12.50
	S4	00:52.67	00:56.33	01:03.14	01:12.50
	S5	00:42.08	00:43.53	00:51.08	00:56.32
<b>100m Costas</b>	S1	03:54.62	03:54.62	N/A	N/A
	S2	02:40.18	03:16.79	03:36.93	03:36.93
	S6	01:24.94	01:28.87	01:34.75	01:42.10
	S7	01:19.54	01:21.61	01:30.06	01:32.57
	S8	01:12.78	01:13.85	01:23.99	01:25.84
	S9	01:06.34	01:07.72	01:16.25	01:18.01
	S10	01:03.84	01:05.93	01:14.52	01:15.71
	S11	01:18.95	01:22.21	01:29.09	01:36.31
	S12	01:08.98	01:11.84	01:21.97	01:30.21
	S13	01:04.58	01:08.95	01:13.03	01:17.76
	S14	01:04.40	01:05.30	01:14.58	01:17.69
<b>50m Bruços</b>	SB2	03:18.37	03:18.37	N/A	N/A
	SB3	00:56.40	01:02.59	01:08.39	01:23.79
<b>100m Bruços</b>	SB4	01:58.19	02:03.86	02:24.49	02:48.02
	SB5	01:48.80	01:52.38	01:59.21	02:04.74
	SB6	01:28.56	01:31.47	01:49.76	01:52.96
	SB7	01:26.51	01:29.03	01:45.04	01:51.96
	SB8	01:18.83	01:21.78	01:32.49	01:37.44
	SB9	01:13.48	01:15.33	01:24.68	01:27.72
	SB11	01:25.54	01:28.59	01:41.11	01:50.43
	SB12	01:16.17	01:18.73	01:31.51	01:39.73
	SB13	01:14.14	01:16.61	01:25.67	01:28.68
	SB14	01:10.16	01:12.07	01:26.08	01:27.95
<b>50m Mariposa</b>	S5	00:40.61	00:43.44	00:56.59	01:21.87
	S6	00:34.96	00:36.54	00:42.49	00:45.71
	S7	00:32.90	00:34.87	00:40.25	00:44.46
<b>100m Mariposa</b>	S8	01:06.44	01:09.59	01:21.52	01:25.41
	S9	01:03.41	01:04.52	01:12.69	01:16.05
	S10	01:00.97	01:02.66	01:10.35	01:15.98
	S11	01:20.22	01:25.98	N/A	N/A
	S12	01:03.41	01:08.74	N/A	N/A
	S13	01:00.84	01:03.33	01:14.58	01:23.23
	S14	00:59.87	01:00.69	01:11.98	01:14.14
<b>150m Estilos</b>	SM3	04:42.97	06:40.09	N/A	N/A
	SM4	03:09.71	03:22.69	03:43.55	05:12.98
<b>200m Estilos</b>	SM5	N/A	N/A	04:41.15	06:37.18

SM6	03:05.82	03:10.89	03:24.27	03:37.81
SM7	02:51.39	02:57.09	03:22.16	03:42.56
SM8	02:34.21	02:38.30	03:07.10	03:12.80
SM9	02:26.50	02:28.49	02:46.53	02:51.84
SM10	02:18.96	02:27.00	02:36.69	02:42.23
SM11	02:49.92	02:58.48	03:10.45	03:35.03
SM13	02:21.49	02:24.38	02:40.48	02:46.99
SM14	02:17.68	02:19.02	02:40.88	02:43.02

## 3.2. SELEÇÃO NACIONAL SURDOLÍMPICA

---

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

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

### 3.2.1. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES

---

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

AÇÃO	Categoria	Data	Local
C. Nacional de Inverno de Natação Adaptada	Surdolímpicos	25 e 26/01	Rio Maior, Portugal
C. Nacional de Verão de Natação Adaptada	Surdolímpicos	20 e 21/06	Campanhã, Portugal
Campeonato do Mundo Piscina Curta ICSD	Surdolímpicos	Julho	Kazan, Rússia



### **3.2.2. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO**

---

## **Campeonato do Mundo de Piscina Curta ICSD 2020**

### **1. Condições de Participação**

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

### **2. Critérios de Seleção**

Serão selecionados os nadadores que cumpram os seguintes critérios:

- 3) Nadadores que, a 30/05/2020 integrem o Projeto de Preparação Surdolímpica 2021 ou o Projeto de Esperanças Surdolímpicas 2021.
- 4) Para além destes poderão ser selecionados nadadores que a Direção Técnica Nacional considere que reunirem condição desportiva para serem selecionados.

## **3.3. SELEÇÃO NACIONAL DSISO**

---

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

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

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

---

Serão inscritos/renovados na base de nadadores da DSISO todos os nadadores que sejam convocados para o Campeonato do Mundo 2020.

### 3.3.2. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES

---

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

AÇÃO	Categoria	Data	Local
C. Nacional de Inverno de Natação Adaptada	DSISO	25 e 26/01	Rio Maior, Portugal
Estágio final	DSISO	27 a 31/03	Rio Maior, Portugal
Campeonato do Mundo de Natação DSISO	DSISO	31/03 a 07/04	Antalya, Turquia
C. Nacional de Verão de Natação Adaptada	DSISO	20 e 21/06	Campanhã Portugal

### 3.3.3. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

---

#### **9<sup>th</sup> Down Syndrome World Swimming Championships – Antalya (Turquia)**

##### **1. Condições de Participação**

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

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

- São elegíveis para este evento os praticantes que tenham obtido obrigatoriamente um mínimo de qualificação, de acordo com a tabela publicada pela DSISO (disponível em <http://www.dsiso.org/event/2826/>), numa competição homologada pela FPN, com cronometragem eletrónica, em piscina de 50 metros, entre 11 de maio de 2019 e 26 de janeiro de 2020.

##### **3. Critérios de Seleção**

Serão selecionados para esta competição até 8 nadadores, com média da pontuação mais elevada na duas melhores provas de cada nadador de acordo com a tabela FINA

## **4. ELEGIBILIDADE DOS TÉCNICOS**

---

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

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

---

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

## **6. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

---

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

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

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

---