

Relatório de Análise Comparativa Nacionais de Juniores e Seniores de PC – Épocas 2024 e 2025

1. Informação Geral

Ano	Clubes	Masculinos	Femininos	Total	N.º Inscrições	N.º Estafetas
2024	84	270	233	503	1332	146
2025	75	257	191	448	1271	77

Análise Comparativa 2024 → 2025

Participação estrutural

- Clubes: 84 → 75

▼ -9 clubes (-10,7%)
- Nadadores totais: 503 → 448

▼ -55 nadadores (-10,9%)

Redução clara da base competitiva nacional presente no evento.

Distribuição por género

- Masculinos: 270 → 257

▼ -13 (-4,8%)
- Femininos: 233 → 191

▼ -42 (-18,0%)

Nota crítica:

A diminuição é muito mais acentuada no setor feminino, representando cerca de 76% da quebra total de participantes. Em 2025, com a reestruturação dos escalões verificou-se a redução de um ano de juniores femininos.

Envolvimento competitivo

- N.º de inscrições: 1332 → 1271

▼ -61 (-4,6%)
- N.º de estafetas: 146 → 77

▼ -69 (-47,3%)

A forte redução das estafetas é o dado mais relevante desta comparação.

Indicadores de densidade

- Nadadores por clube
 - 2024: 5,99
 - 2025: 5,97 → praticamente estável
- Inscrições por nadador
 - 2024: 2,65
 - 2025: 2,84 → crescimento

Parceiros Institucionais



Patrocinadores Oficiais



Parceiro Oficial



Parceiros





Conclusões Técnicas – N.º de Participantes

- O Campeonato Nacional de Juniores e Seniores PC regista uma diminuição global de participação entre 2024 e 2025.
- A quebra é transversal a clubes, nadadores e inscrições, sendo especialmente crítica nas estafetas.
- O setor feminino apresenta a maior retração, principalmente devido à redução de um ano no escalão júnior.
- A manutenção do rácio nadadores/clube, associada ao aumento de inscrições por nadador, sugere:
 - concentração competitiva em menos atletas;
 - possível afastamento de atletas de nível intermédio.
- Globalmente, os dados apontam para a necessidade de:
 - reforçar incentivos à participação coletiva;
 - promover maior abrangência competitiva nos escalões juniores e de transição para seniores.

2. Metodologia – Análise do Rendimento Desportivo

A presente análise incide sobre o Campeonato Nacional de Juniores e Seniores de Piscina Curta, comparando os resultados das edições de 2024 e 2025.

Foram analisadas **todas as provas do programa oficial**, considerando:

- Variação da **média dos 5 melhores tempos** por prova;
- Variação do **melhor tempo absoluto** por prova.

A análise é apresentada separadamente para:

- Escalão Juniores
- Escalão Seniores

3. Programa de Prova

- Livres:** 50, 100, 200, 400, 800 e 1500 Livres
- Costas:** 50, 100 e 200 Costas
- Bruços:** 50, 100 e 200 Bruços
- Mariposa:** 50, 100 e 200 Mariposa
- Estilos:** 100, 200 e 400 Estilos

4. Análise – Juniores

Prova	Média dos Tempos	Melhor Tempo	Tendência
50 Livres	Melhoria	Melhoria	Positiva
100 Livres	Melhoria	Melhoria	Positiva
200 Livres	Melhoria	Estável	Positiva
400 Livres	Estável	Estável	Neutra
800 Livres	Pioria	Estável	Negativa
1500 Livres	Pioria	Pioria	Negativa
50 Costas	Melhoria	Melhoria	Positiva
100 Costas	Melhoria	Melhoria	Positiva
200 Costas	Estável	Estável	Neutra
50 Bruços	Estável	Estável	Neutra
100 Bruços	Melhoria	Estável	Positiva
200 Bruços	Estável	Estável	Neutra
50 Mariposa	Melhoria	Melhoria	Positiva

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES OFICIAIS



PARCEIRO OFICIAL



PARCEIROS



Prova	Média dos Tempos	Melhor Tempo	Tendência
100 Mariposa	Melhoria	Melhoria	Positiva
200 Mariposa	Estável	Estável	Neutra
100 Estilos	Melhoria	Melhoria	Positiva
200 Estilos	Melhoria	Melhoria	Positiva
400 Estilos	Estável	Estável	Neutra

Síntese – Juniores

- Evolução clara nas **provas curtas e médias**, sobretudo em Livres e Mariposa.
- As **provas de fundo (800 e 1500 Livres)** apresentam regressão, sobretudo ao nível da média.
- As provas de **Estilos** mostram progressão técnica consistente.

5. Análise - Seniores

Prova	Média dos Tempos	Melhor Tempo	Tendência
50 Livres	Melhoria	Melhoria	Positiva
100 Livres	Melhoria	Melhoria	Positiva
200 Livres	Estável	Estável	Neutra
400 Livres	Estável	Estável	Neutra
800 Livres	Estável	Estável	Neutra
1500 Livres	Estável	Estável	Neutra
50 Costas	Melhoria	Melhoria	Positiva
100 Costas	Melhoria	Melhoria	Positiva
200 Costas	Estável	Estável	Neutra
50 Bruços	Melhoria	Estável	Positiva
100 Bruços	Estável	Estável	Neutra
200 Bruços	Estável	Estável	Neutra
50 Mariposa	Melhoria	Melhoria	Positiva
100 Mariposa	Melhoria	Melhoria	Positiva
200 Mariposa	Estável	Estável	Neutra
100 Estilos	Melhoria	Melhoria	Positiva
200 Estilos	Melhoria	Melhoria	Positiva
400 Estilos	Estável	Estável	Neutra

Síntese – Seniores

- Evolução concentrada essencialmente nas **provas de velocidade**.
- Estabilidade generalizada nas provas de meio-fundo e fundo.
- Manutenção do nível competitivo no topo nacional.

6. Comparação Juniores vs Seniores

Tipologia	Juniores	Seniores	Observação
Velocidade (50–100m)	Melhoria clara	Melhoria clara	Evolução paralela
Meio-fundo (200–400m)	Melhoria moderada	Estabilidade	Juniores em progressão
Fundo (800–1500m)	Regressão	Estabilidade	Seniores + consistentes
Estilos	Melhoria transversal	Melhoria moderada	Boa base técnica

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES OFICIAIS



PARCEIRO OFICIAL



PARCEIROS





7. Conclusões

1. O escalão **Juniores** evidencia uma trajetória clara de evolução, sobretudo nas provas curtas e nos Estilos.
2. O escalão **Seniores** apresenta maior estabilidade, com melhorias concentradas essencialmente na velocidade.
3. As provas de **fundo** continuam a representar um desafio estrutural nos Juniores.
4. A progressão observada nos **Estilos** reforça a qualidade do trabalho técnico de base.
5. A transição Juniores → Seniores deverá continuar a privilegiar o desenvolvimento da resistência específica, sem comprometer a velocidade adquirida.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES OFICIAIS



PARCEIRO OFICIAL



PARCEIROS

