



## Relatório da participação no XXV Campeonato de Espanha “Open” de Natación Absoluto Primavera P50 - ASTRALPOOL - Sabadell (ESP)

Dos 13 nadadores convocados, uma delegação portuguesa de 11 nadadores, incluindo 6 do sexo feminino e 5 do sexo masculino, estão preparados para competir no XXV Campeonato de Espanha “Open” de Natación Absoluto Primavera em Sabadell, Espanha, de 5 a 9 de março de 2025. A competição contará com a participação de 989 nadadores, 203 clubes, com a participação de italianos, colombianos e a nossa seleção nacional.

### 1. COMPOSIÇÃO DA SELEÇÃO NACIONAL

A comitiva portuguesa, liderada por Ricardo Antunes, acompanhado pelos treinadores Samie Elias, Gonçalo Neves e Rui Costa, Igor Silveira (preparador físico) e Daniel Moedas (fisioterapeuta), irá competir em 38 provas individuais. Os atletas e as provas em que participaram foram as seguintes:

- Ana Margarida Guedes (GCVR): 50M, 100M, 100C
- Ana Pinho Rodrigues (SCB): 200B, 50L, 50B, 100B
- Camila Rodrigues Rebelo (ALN): 50C, 200C, 400E, 100C
- Inês Jacinto Henriques (ALN): 400L, 100M, 200M, 200E
- Mariana Pacheco Cunha (CNCE): 100M, 200M, 200E
- Rafaela Gomes Azevedo (SAD): 50C, 50L, 100C
- Alexandre Ferreira Amorim (VSC): 200B, 50B, 100B
- João Nogueira Costa (VSC): 50C, 200C, 100M, 100C
- Kevins Apseniece (FCP): 50M, 100M, 200M
- Miguel Duarte Nascimento (SLB): 50M, 50L, 100L
- Ricardo Matias Santos (ALN): 50C, 200C, 1500L, 100C



PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS



Morada Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

+351 21 415 81 90/91

+351 21 419 17 39

secretaria@fpnatacao.pt



## 2. OBJETIVOS GERAIS E ESPECÍFICOS

### OBJETIVOS GERAIS DA 2\_AS\_SEN:

- Enquadramento na seleção nacional, com vista a participação nas diversas competições da seleção sénior, através da obtenção de índices inferiores para as seguintes atividades.
- Experiência competitiva internacional, com o objetivo de competir nas eliminatórias e finais.
- Monitorizar a progressão dos nadadores, identificando áreas de melhoria e preparando-os para os desafios de competições internacionais futuras.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS PARA A COMPETIÇÃO:

- Ganhar experiência em competições de nível elevado
- Conquistar bons resultados nas 38 provas individuais, com a estimativa de alcançar finais A em 50% e a possibilidade de obter 5-6 pódios.
- Realizar mais de 70% das marcas individuais acima dos 98% do Recorde Pessoal (RP).
- Obter ou aproximar da obtenção de mínimos de acesso ao Jogos Mundiais Universitários, ao Europeu de Sub 23 dos Mundiais de Singapura.

## 3. RESULTADOS OBTIDOS

Nome do praticante/ Equipa	Prova	Nº de Atletas Participantes	Nr Países Participantes	Classificação	Resultado	Eliminatória/Final	% em relação RP
Alexandre Ferreira Amorim	200 Bruços	83	6	80º	02:40,90	Eliminatória	90%
Alexandre Ferreira Amorim	50 Bruços	104	Não nadou por lesão				
Alexandre Ferreira Amorim	100 Bruços	104	Não nadou por lesão				
Ana Margarida Guedes	50 Mariposa	88	6	5º	00:27,80	Eliminatória	96%
Ana Margarida Guedes	50 Mariposa	8	2	2º	00:27,19	Final A	98%
Ana Margarida Guedes	100 Mariposa	62	6	9º	01:02,21	Eliminatória	97%
Ana Margarida Guedes	100 Costas	76	6	15º	01:04,41	Eliminatória	98%
Ana Pinho Rodrigues	200 Bruços	47	6	9º	02:37,16	Eliminatória	97%
Ana Pinho Rodrigues	200 Bruços	8	2	1º	02:34,14	Final B	99%
Ana Pinho Rodrigues	50 Livres	82	6	11º	00:26,78	Eliminatória	94%
Ana Pinho Rodrigues	50 Livres	8	2	1º	00:26,36	Final B	96%
Ana Pinho Rodrigues	50 Bruços	82	6	3º	00:31,58	Eliminatória	97%
Ana Pinho Rodrigues	50 Bruços	8	2	3º	00:31,36	Final A	98%
Ana Pinho Rodrigues	100 Bruços	64	61	7º	01:11,48	Eliminatória	95%
Ana Pinho Rodrigues	100 Bruços	8	2	3º	01:09,24	Final A	99%
Camila Rodrigues Rebelo	50 Costas	75	6	4º	00:29,25	Eliminatória	98%
Camila Rodrigues Rebelo	50 Costas	8	2	4º	00:28,87	Final A	99%
Camila Rodrigues Rebelo	200 Costas	50	6	3º	02:13,04	Eliminatória	97%
Camila Rodrigues Rebelo	200 Costas	8	2	2º	02:10,45	Final A	99%
Camila Rodrigues Rebelo	400 Estilos	24	6	5º	04:57,87	Eliminatória	98%
Camila Rodrigues Rebelo	400 Estilos	8	2	1º	04:49,66	Final A	101%
Camila Rodrigues Rebelo	100 Costas	76	6	3º	01:02,18	Eliminatória	97%

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





Nome do praticante/ Equipa	Prova	Nº de Atletas Participantes	Nr Países Participantes	Classificação	Resultado	Eliminatória/Final	% em relação RP
Camila Rodrigues Rebelo	100 Costas	8	2	1º	01:01,19	Final A	99%
Inês Jacinto Henriques	400 Livres	48	6	19º	04:26,26	Eliminatória	98%
Inês Jacinto Henriques	100 Mariposa	62	6	10º	01:02,36	Eliminatória	100%
Inês Jacinto Henriques	200 Mariposa	31	6	5º	02:15,30	Eliminatória	98%
Inês Jacinto Henriques	200 Estilos	51	48	11º	02:21,62	Eliminatória	100%
João Nogueira Costa	50 Costas	123	6	6º	00:25,76	Eliminatória	98%
João Nogueira Costa	50 Costas	8	2	7º	00:25,62	Final A	99%
João Nogueira Costa	200 Costas	78	6	13º	02:05,67	Eliminatória	94%
João Nogueira Costa	200 Costas	8	2	1º	02:03,32	Final B	96%
João Nogueira Costa	100 Mariposa	98	6	13º	00:55,07	Eliminatória	99%
João Nogueira Costa	100 Costas	94	6	4º	00:55,49	Eliminatória	97%
João Nogueira Costa	100 Costas	8	2	5º	00:55,15	Final A	97%
Kevins Apseniece	50 Mariposa	126	6	31º	00:25,43	Eliminatória	99%
Kevins Apseniece	100 Mariposa	98	6	10º	00:54,84	Eliminatória	100%
Kevins Apseniece	100 Mariposa	8	2	1º	00:54,53	Final B	100%
Kevins Apseniece	200 Mariposa	62	6	2º	02:00,32	Eliminatória	98%
Kevins Apseniece	200 Mariposa	8	2	3º	01:59,62	Final A	99%
Mariana Pacheco Cunha	100 Mariposa	62	6	1º	01:00,91	Eliminatória	97%
Mariana Pacheco Cunha	100 Mariposa	8	2	1º	00:59,49	Final A	99%
Mariana Pacheco Cunha	200 Mariposa	31	6	3º	02:14,32	Eliminatória	98%
Mariana Pacheco Cunha	200 Mariposa	8	2	3º	02:13,08	Final A	99%
Mariana Pacheco Cunha	200 Estilos	51	48	6º	02:19,58	Eliminatória	98%
Mariana Pacheco Cunha	200 Estilos	8	2	6º	02:18,40	Final A	99%
Miguel Duarte Nascimento	50 Mariposa	126	6	6º	00:24,49	Eliminatória	96%
Miguel Duarte Nascimento	50 Mariposa	8	2	6º	00:24,51	Final A	96%
Miguel Duarte Nascimento	50 Livres	105	6	12º	00:23,38	Eliminatória	94%
Miguel Duarte Nascimento	50 Livres	2	2	1º	00:23,20	Swim-Off	94%
Miguel Duarte Nascimento	50 Livres	8	2	4º	00:23,26	Final B	94%
Miguel Duarte Nascimento	100 Livres	128	125	34º	00:52,11	Eliminatória	94%
Rafaela Gomes Azevedo	50 Costas	75	6	5º	00:29,29	Eliminatória	96%
Rafaela Gomes Azevedo	50 Costas	8	2	3º	00:28,85	Final A	98%
Rafaela Gomes Azevedo	50 Livres	82	6	30º	00:27,23	Eliminatória	98%
Rafaela Gomes Azevedo	100 Costas	76	6	6º	01:03,05	Eliminatória	97%
Rafaela Gomes Azevedo	100 Costas	8	2	6º	01:02,73	Final A	98%
Ricardo Matias Santos	50 Costas	123	6	34º	00:27,29	Eliminatória	100%
Ricardo Matias Santos	200 Costas	78	6	3º	02:01,34	Eliminatória	100%
Ricardo Matias Santos	200 Costas	8	2	4º	02:00,97	Final A	100%





Nome do praticante/ Equipa	Prova	Nº de Atletas Participantes	Nr Países Participantes	Classificação	Resultado	Eliminatória/Final	% em relação RP
Ricardo Matias Santos	1500 Livres	60	6	12º	16:07,81	Eliminatória	101%
Ricardo Matias Santos	100 Costas	94	6	16º	00:57,54	Eliminatória	99%

Resumo:

Mínimos para Jogos Mundiais Universitários (10):

- Camila Rebelo – 50, 100 e 200 Costas, 400 Estilos
- Rafaela Azevedo – 50 Costas
- Kevins Apseniece – 200 Mariposa
- Ricardo Santos – 200 Costas
- Ana Guedes – 50 Mariposa
- Mariana Cunha – 100 e 200 Mariposa

Mínimos Campeonato do Mundo Absoluto (1):

- Camila Rebelo – 200 Costas

Camila Rebelo realiza marca nos 200 Costas que garante o apoio à qualificação 2025, do Comité Olímpico de Portugal.

Pódios:

- 1º Lugar
  - Mariana Cunha – 100 Mariposa
  - Camila Rebelo – 400 Estilos
  - Camila Rebelo – 100 Costas
- 2º Lugar
  - Ana Guedes – 50 Mariposa
  - Camila Rebelo – 200 Costas
  - Ricardo Santos – 200 Costas (Sub-20)
- 3º Lugar
  - Ana Rodrigues – 50 Bruços
  - Ana Rodrigues – 100 Bruços
  - Rafaela Azevedo – 50 Costas
  - Ricardo Santos – 1500 Livres (Sub-20)
  - Mariana Cunha – 200 Mariposa
  - Kevins Apseniece – 200 Mariposa

Finais:

- 17 Finais A
- 5 Finais B

5 Recordes Pessoais e 97,61% de rendimento médio relativamente ao recorde pessoal.

Observações: O nadador Alexandre Amorim, durante a eliminatória da prova de 200 Bruços, lesionou-se.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





#### 4. CONCLUSÕES

A seleção nacional de natação terminou a sua participação no XXV Campeonato de Espanha “Open” com um desempenho de muito bom nível, superando as expectativas iniciais e alcançando resultados que prenunciam um futuro promissor para a natação portuguesa.

##### Resultados Positivos:

A equipa portuguesa conquistou um total de 10 pódios absolutos e 2 pódios na categoria Sub-20, demonstrando a qualidade e o potencial dos nossos nadadores, que se apresentaram em competição em estados de preparação distintos, em relação aos nadadores Espanhóis. Para além dos pódios, a equipa nacional alcançou 17 finais A, 5 finais B e 32 provas acima dos 98% do Recorde Pessoal, incluindo 5 novos Recordes Pessoais. Estes resultados demonstram a consistência e a progressão dos nossos nadadores, que se têm vindo a preparar para os próximos Campeonatos Nacionais, de forma a obterem mínimos de qualificação para o Europeu de Sub-23, Jogos Mundiais Universitários e Mundial Absoluto.

##### Balanço Positivo e Perspetivas Futuras:

Estamos muito satisfeitos com o desempenho dos nossos nadadores neste Open de Espanha. Os resultados foram muito positivos, com vários pódios, finais e mínimos alcançados. Este é um bom indicador do trabalho que tem vindo a ser desenvolvido e que nos permite encarar o futuro com otimismo. Apesar do percalço com a lesão do Alexandre Amorim, que o impediu de competir nas restantes provas após os 200 brços, a equipa soube superar as adversidades e continuar focada nos seus objetivos. Esta competição foi também importante para avaliarmos os nossos protocolos de análise da prestação desportiva, de aquecimento e recuperação, que serão essenciais para as próximas competições internacionais.

Conseguimos identificar alguns pontos de melhoria que poderão trabalhar nas próximas semanas, com o objetivo de otimizar o seu desempenho para os Nacionais, que se realizam daqui a um mês. Acreditamos que estamos no caminho certo para alcançar os nossos objetivos e que os nadadores irão continuar a evoluir e a representar Portugal ao mais alto nível.

A participação da seleção nacional no Open de Espanha foi, sem dúvida, um sucesso, com resultados que motivam e inspiram para os desafios que se avizinham.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS

