

## CAMPEONATOS NACIONAIS JUNIORES E SENIORES - PISCINA CURTA

### 1. LOCAL

ANNP - Felgueiras (25m x 8 pistas)

### 2. DATAS

21 a 23 de Dezembro de 2018

### 3. PROGRAMA – HORÁRIOS

21 DEZ 2018 – 09:00 1ª JORNADA – ELIMINATÓRIAS		22 DEZ 2018 – 09:00 2ª JORNADA - ELIMINATÓRIAS		23 DEZ 2018 – 09:00 3ª JORNADA - ELIMINATÓRIAS	
1	800m Livres Masc. (SL)	29	4x50m Estilos Masc. (SL)	33	800m Livres Fem. (SL)
13	4x50m Livres Fem. (SL)	30	4x50m Estilos Fem. (SL)	34	50m Bruços Masc.
14	4x50m Livres Masc. (SL)	17	400m Livres Masc. (SL)	35	50m Bruços Fem.
2	100m Bruços Fem.	18	400m Livres Fem. (SL)	36	100m Costas Masc.
3	100m Bruços Masc.	19	50m Costas Masc.	37	100m Costas Fem.
4	100m Livres Fem.	20	50m Costas Fem.	38	200m Mariposa Masc.
5	100m Livres Masc.	21	200m Bruços Masc.	39	200m Mariposa Fem.
6	200m Costas Fem.	22	200m Bruços Fem.	<b>INTERVALO – 10'</b>	
7	200m Costas Masc.	23	100m Mariposa Masc.	40	200m Livres Masc.
<b>INTERVALO – 10'</b>		24	100m Mariposa Fem.	41	200m Livres Fem.
8	50m Mariposa Fem.	<b>INTERVALO – 10'</b>		42	100m Estilos Masc.
9	50m Mariposa Masc.	25	50m Livres Masc.	43	100m Estilos Fem.
10	400m Estilos Fem. (SL)	26	50m Livres Fem.	44	1500m Livres Masc. (SL)
11	400m Estilos Masc. (SL)	27	200m Estilos Masc.	45	4x100m Livres Fem. (SL)
12	1500m Livres Fem. (SL)	28	200m Estilos Fem.	46	4x100m Livres Masc. (SL)
15	4x100m Estilos Masc. (SL)	31	4x200m Livres Masc. (SL)		
16	4x100m Estilos Fem. (SL)	32	4x200m Livres Fem. (SL)		

21 DEZ 2018 – 17:00 1ª JORNADA – FINAIS		22 DEZ 2018 – 16:00 2ª JORNADA – FINAIS		23 DEZ 2018 – 16:00 3ª JORNADA – FINAIS	
12	1500m Livres Fem. (SR)	29	4x50m Estilos Masc. (SR)	44	1500m Livres Masc. (SR)
1	800m Livres Masc. (SR)	30	4x50m Estilos Fem. (SR)	33	800m Livres Fem. (SR)
13	4x50m Livres Fem. (SR)	17	400m Livres Masc. (SR)	34	50m Bruços Masc.
14	4x50m Livres Masc. (SR)	18	400m Livres Fem. (SR)	35	50m Bruços Fem.
<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	
2	100m Bruços Fem.	19	50m Costas Masc.	36	100m Costas Masc.
3	100m Bruços Masc.	20	50m Costas Fem.	37	100m Costas Fem.
4	100m Livres Fem.	21	200m Bruços Masc.	38	200m Mariposa Masc.
5	100m Livres Masc.	22	200m Bruços Fem.	39	200m Mariposa Fem.
6	200m Costas Fem.	23	100m Mariposa Fem.	40	200m Livres Masc.
7	200m Costas Masc.	24	100m Mariposa Masc.	41	200m Livres Fem.
8	50m Mariposa Fem.	25	50m Livres Masc.	42	100m Estilos Masc.
9	50m Mariposa Masc.	26	50m Livres Fem.	43	100m Estilos Fem.
<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		27	200m Estilos Masc.	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	
10	400m Estilos Fem. (SR)	28	200m Estilos Fem.	46	4x100m Livres Masc. (SR)
11	400m Estilos Masc. (SR)	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		45	4x100m Livres Fem. (SR)
16	4x100m Estilos Fem. (SR)	31	4x200m Livres Masc. (SR)	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	
15	4x100m Estilos Masc. (SR)	32	4x200m Livres Fem. (SR)		
<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>			

#### 4. PARTICIPAÇÃO

Estes campeonatos destinam-se às categorias de Juniores e Seniores, tendo direito a participar nos mesmos todos os nadadores que tenham cumprido o critério de admissão (Ver 7. Tabela de Tempos de Admissão), entre 8 de dezembro de 2017 e 11 de Dezembro 2018.

O nadador(a) apurado(a) que não compareça à respetiva final e não comunique esse facto à organização, até 30 minutos após a conclusão da última série da respetiva eliminatória – no caso das equipas de estafetas essa informação deverá ser prestada durante a sessão das eliminatórias – verá o seu Clube ser penalizado em **100€**. No caso dos nadadores individuais, serão os próprios a estar sujeitos à mesma penalização.

Cada prova individual terá apenas uma final por categoria (Júnior e Sénior), com exceção das provas de 400m Estilos, 400, 800 e 1500m Livres, que serão disputadas pelo sistema de séries, nas quais as mais lentas serão realizadas durante as eliminatórias e as mais rápidas nas finais. Caso haja mais do que um nadador com o 10º tempo de inscrição o nadador mais velho será colocado na série mais rápida.

As estafetas serão realizadas no sistema de séries, nas quais as mais lentas serão realizadas durante as eliminatórias e as mais rápidas nas finais.

Terão acesso à final os nadadores classificados nos 8 primeiros lugares das eliminatórias, sendo suplentes os 9º e 10º classificados, de cada categoria (Júnior e Sénior).

Nota: As eliminatórias, as finais e as séries rápidas serão disputadas em 8 (oito) pistas.

A ordem de realização das finais é a seguinte: 1º Final Júnior e 2º Final Sénior.

#### 5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser realizadas por correio eletrónico para [inscricoes@fpnatacao.pt](mailto:inscricoes@fpnatacao.pt), através do ficheiro convite respetivo que poderá ser descarregado a partir da página [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt), ou efetuar as inscrições através da plataforma de inscrições online em [www.swimrankings.net/manager/](http://www.swimrankings.net/manager/), até ao **dia 11 de Dezembro de 2018**.

A constituição das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscrições, indicando o respetivo tempo de inscrição. Contudo, é permitido alterar a constituição da equipa de estafetas até 1 (uma) hora antes do início da sessão, no secretariado da Competição. Os nadadores constituintes da estafeta deverão constar da lista onomástica de participantes do respetivo clube.

#### 6. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL E PRÉMIOS

As Finais classificarão os nadadores do 1º ao 8º ou 10º.

No caso das provas disputadas por sistema de séries, a classificação será ordenada de acordo com os tempos realizados durante as mesmas.

Haverá classificações por prova, categoria e sexo.

Serão concedidos prémios aos três (3) primeiros classificados das categorias Juniores e Seniores de cada prova.

## **7. TABELA DE TEMPOS DE ADMISSÃO**

Publicada em Anexo a estes Regulamentos.

## Anexo 1. Mínimos Competi es Nacionais - Juniores e Seniores

FEMININOS				PROVAS	MASCULINOS			
JÚNIOR		S�NIOR			JÚNIOR		S�NIOR	
02-03		01 E ANTES			01-02		00 E ANTES	
P25M	P50M	P25M	P50M		P25M	P50M	P25M	P50M
00:28.21	00:28.76	00:27.69	00:28.19	<b>50 Livres</b>	00:24.57	00:25.23	00:24.04	00:24.92
01:00.78	01:01.97	00:59.57	01:00.66	<b>100 Livres</b>	00:53.39	00:54.83	00:52.29	00:53.63
02:11.68	02:13.74	02:08.60	02:10.94	<b>200 Livres</b>	01:57.21	02:00.10	01:54.59	01:56.94
04:37.84	04:44.93	04:31.22	04:36.53	<b>400 Livres</b>	04:09.77	04:17.70	04:03.96	04:10.88
09:40.82	09:51.26	09:24.06	09:31.77	<b>800 Livres</b>	08:27.89	08:40.65	08:15.49	08:30.68
17:53.53	18:25.21	17:31.92	17:54.48	<b>1500 Livres</b>	16:50.32	17:22.98	16:24.57	16:51.20
00:32.24	00:33.22	00:31.30	00:32.25	<b>50 Costas</b>	00:28.17	00:29.25	00:27.32	00:28.32
01:08.41	01:10.89	01:06.79	01:09.09	<b>100 Costas</b>	01:00.21	01:02.81	00:58.48	01:00.89
02:28.28	02:34.42	02:25.10	02:29.34	<b>200 Costas</b>	02:12.27	02:18.48	02:08.46	02:13.96
00:36.21	00:36.95	00:35.01	00:35.66	<b>50 Bruços</b>	00:31.24	00:32.01	00:30.31	00:30.95
01:17.66	01:20.38	01:15.69	01:17.77	<b>100 Bruços</b>	01:07.63	01:10.62	01:05.83	01:08.06
02:49.14	02:54.20	02:43.74	02:46.66	<b>200 Bruços</b>	02:29.56	02:36.01	02:24.40	02:29.76
00:30.68	00:30.68	00:29.85	00:29.93	<b>50 Mariposa</b>	00:26.59	00:26.81	00:25.81	00:26.08
01:07.38	01:08.40	01:05.67	01:06.44	<b>100 Mariposa</b>	00:58.57	00:59.76	00:57.23	00:58.20
02:32.27	02:36.86	02:26.50	02:28.80	<b>200 Mariposa</b>	02:11.96	02:15.37	02:08.57	02:11.02
01:10.69	_____	01:08.67	_____	<b>100 Estilos</b>	01:01.70	_____	01:00.00	_____
02:29.01	02:33.45	02:25.51	02:29.09	<b>200 Estilos</b>	02:12.46	02:17.44	02:09.37	02:13.65
05:19.73	05:30.09	05:09.44	05:18.97	<b>400 Estilos</b>	04:45.97	04:55.96	04:39.69	04:46.31