

## OPEN DE PORTUGAL, CAMPEONATOS ABSOLUTOS DE PORTUGAL, CAMPEONATOS NACIONAIS DE JUVENIS

### 1. LOCAL

ANMAD – Penteada (50m x 10 pistas)

### 2. DATAS

1 a 4 de Agosto 2019

### 3. PARTICIPAÇÃO

Estes campeonatos destinam-se às categorias **Juvenil, Júnior e Sénior**, podendo nelas participar os nadadores que tenham cumprido os critérios de admissão nas distâncias e técnicas da respetiva categoria, entre 26 de Julho de 2018 e 21 de Julho de 2019.

O número de estrangeiros nas provas de 1500 e 800 Livres será limitado a um máximo de 6 inscrições e o número de nadadores estrangeiros na série mais rápida não poderá ser superior ao definido para a participação nas finais.

Nas provas de estafeta da categoria Juvenil, **as equipas serão compostas sem distinção de ano de nascimento, sendo considerado apenas o Mínimo de Juvenil A.**

Os **nadadores juvenis** poderão participar nas provas de 50m, caso obtenham mínimo de participação Júnior; contudo, é necessário que os nadadores tenham obtido o mínimo do respetivo escalão etário (juvenil A/juvenil B) nas distâncias de 100 e 200m da mesma técnica, mesmo que não participem nessas provas.

Os **nadadores juvenis** poderão participar nas provas de 800m Livres Masculinos e 1500m Livres Femininos, caso obtenham mínimo de participação Júnior.

Cada nadador das categorias Júnior e Sénior não poderá ser inscrito em mais do que 7 (sete) provas individuais, mais as estafetas.

Para os nadadores da categoria de Juvenis, o limite máximo de inscrições em provas individuais será de 5 (cinco), mais as estafetas (Juvenis e/ou Absolutas).

Nadador ou equipa de estafeta apurado(a) que não compareça à respetiva final e não comunique, por escrito em ficha própria para o efeito, este facto à Organização até 30 minutos após a conclusão da última série da respetiva eliminatória, fará o seu Clube ser penalizado em **100€**. No caso dos nadadores individuais, serão os próprios a estar sujeitos à mesma penalização.

No **Open de Portugal** o limite máximo de participação de nadadores estrangeiros por final será entre 2 (dois) e 4 (quatro), a ser definido após a conclusão das inscrições e anunciado aquando da publicação da lista de participantes.

#### 4. INSCRIÇÕES

As inscrições devem 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 **22 de Julho de 2019**.

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.

## 5. PROGRAMA – HORÁRIOS

1 DE AGOSTO – 09:00 1ª JORNADA – ELIMINATÓRIAS		2 DE AGOSTO – 09:00 2ª JORNADA – ELIMINATÓRIAS		3 DE AGOSTO – 09:00 3ª JORNADA – ELIMINATÓRIAS		4 DE AGOSTO – 09:00 4ª JORNADA – ELIMINATÓRIAS	
1	1500m Livres Masc. (SL)	15	400m Estilos Masc.	27	100m Mariposa Fem.	39	200m Mariposa Fem.
2	1500m Livres Fem. (SL)	16	400m Estilos Fem.	28	100m Mariposa Masc.	40	200m Mariposa Masc.
3	50m Mariposa Masc. (Abs.)	17	200m Livres Masc.	29	200m Bruços Fem.	41	100m Livres Fem.
4	50m Mariposa Fem. (Abs.)	18	200m Livres Fem.	30	200m Bruços Masc.	42	100m Livres Masc.
5	100m Bruços Masc.	19	50m Bruços Masc. (Abs.)	31	50m Livres Fem. (Abs.)	43	200m Estilos Fem.
6	100m Bruços Fem.	20	50m Bruços Fem. (Abs.)	32	50m Livres Masc. (Abs.)	44	200m Estilos Masc.
7	50m Costas Masc. (Abs.)	21	200m Costas Masc.	33	100m Costas Fem.	45	800m Livres Fem (SL - Abs.)
8	50m Costas Fem. (Abs.)	22	200m Costas Fem.	34	100m Costas Masc.	46	800m Livres Masc. (SL - Abs.)
9	4x200m Livres Masc. (Juv.)	23	4x100m Livres Masc. (Juv.)	35	400m Livres Fem.	47	4x100m Estilos Fem. (Juv.)
10	4x200m Livres Fem. (Juv.)	24	4x100m Livres Fem. (Juv.)	36	400m Livres Masc.	48	4x100m Estilos Masc. (Juv.)

  

1 DE AGOSTO – 17:00 1ª JORNADA – FINAIS		2 DE AGOSTO – 17:00 2ª JORNADA – FINAIS		3 DE AGOSTO – 17:00 3ª JORNADA – FINAIS		4 DE AGOSTO – 16:00 4ª JORNADA – FINAIS	
11	4x50m Livres Masc. (Abs.)	15	400m Estilos Masc.	27	100m Mariposa Fem.	45	800m Livres Fem (SR - Abs.)
12	4x50m Livres Fem. (Abs.)	16	400m Estilos Fem.	28	100m Mariposa Masc.	46	800m Livres Masc. (SR - Abs.)
1	1500m Livres Masc. (SR)	17	200m Livres Masc.	29	200m Bruços Fem.	39	200m Mariposa Fem.
2	1500m Livres Fem. (SR)	18	200m Livres Fem.	30	200m Bruços Masc.	40	200m Mariposa Masc.
3	50m Mariposa Masc. (Abs.)	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	
4	50m Mariposa Fem. (Abs.)	19	50m Bruços Masc. (Abs.)	31	50m Livres Fem. (Abs.)	41	100m Livres Fem.
<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		20	50m Bruços Fem. (Abs.)	32	50m Livres Masc. (Abs.)	42	100m Livres Masc.
5	100m Bruços Masc.	21	200m Costas Masc.	33	100m Costas Fem.	43	200m Estilos Fem.
6	100m Bruços Fem.	22	200m Costas Fem.	34	100m Costas Masc.	44	200m Estilos Masc.
7	50m Costas Masc. (Abs.)	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		35	400m Livres Fem.	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	
8	50m Costas Fem. (Abs.)	25	4x100m Livres Masc. (Abs.)	36	400m Livres Masc.	49	4x100m Estilos Fem. (Abs.)
<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		26	4x100m Livres Fem. (Abs.)	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		50	4x100m Estilos Masc. (Abs.)
13	4x200m Livres Masc. (Abs.)	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		37	4x50m Estilos Fem. (Abs.)	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	
14	4x200m Livres Fem. (Abs.)	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		38	4x50m Estilos Masc. (Abs.)	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	
<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>		<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	

## 6. ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO

Nos **Campeonatos Nacionais de Juvenis**, cada prova individual compreenderá eliminatórias e Final (Final Juvenil) em função dos tempos realizados nas séries.

Se numa dada prova se verificarem 10 ou menos inscrições, haverá apenas lugar a “final direta”, sendo os nadadores ordenados pelos tempos de inscrição.

As finais serão formadas por nadadores classificados do 1º ao 10º lugar das eliminatórias, sendo suplentes os 11º e 12º classificado.

No **Open de Portugal / Campeonatos Absolutos de Portugal**, cada prova individual compreenderá eliminatórias e finais A e B (esta apenas quando se verificar um mínimo de 20 participantes), com exceção dos 800m e 1500m Livres, que se disputará no sistema de séries, disputando-se as mais lentas durante as eliminatórias, e a mais rápida durante as finais (conforme o programa).

As provas de estafetas absolutas disputar-se-ão por séries, nas sessões das finais.

Nas eliminatórias a atribuição de pistas será efetuada utilizando o sistema de *cabeças de série*.

Se numa dada prova se verificarem 10 ou menos inscrições, haverá apenas lugar a “final direta”, sendo os nadadores ordenados pelos tempos de inscrição.

As finais A serão formadas por nadadores classificados do 1º ao 10º lugar das eliminatórias, sendo suplentes o 11º e 12º classificado.

As finais B são formadas pelos nadadores classificados do 11º ao 20º lugar das eliminatórias, sendo suplentes o 21º e 22º classificado.

As finais B serão nadadas em primeiro lugar, seguidas das finais A.

## 7. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

As finais A classificarão os nadadores do 1º ao 10º lugar.

As finais B, quando for caso disso, apurarão os nadadores do 11º ao 20º lugar.

## 8. PRÉMIOS

Nos **Campeonatos Nacionais de Juvenis**, as classificações serão separadas por prova e sexo sendo apenas considerados os nadadores de nacionalidade portuguesa.

Serão concedidos prémios aos 3 (três) primeiros classificados de cada prova e sexo.

Nos **Campeonatos Absolutos de Portugal**, as classificações serão absolutas em cada prova e sexo, sendo atribuídos prémios aos 3 (três) primeiros classificados.

No **Open de Portugal**, as classificações serão absolutas em cada prova e sexo sendo atribuído um prémio ao vencedor.

De acordo com o número de nadadores estrangeiros presentes no Open de Portugal, a organização poderá decidir atribuir prémios aos 3 (três) primeiros classificados de cada prova e sexo. Esta situação será definida após a conclusão das inscrições e anunciada aquando da publicação da lista de participantes.

## **9. TABELA DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO**

Publicada em Anexo a estes Regulamentos.

# ANEXOS

## Anexo 1. Mínimos Competições Nacionais - Juniores e Seniores

FEMININOS				PROVAS	MASCULINOS			
JÚNIOR		SÉNIOR			JÚNIOR		SÉNIOR	
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

## Anexo 2. Mínimos Competições Nacionais - Juvenis

FEMININOS				PROVAS	MASCULINOS			
JUVENIL B		JUVENIL A			JUVENIL B		JUVENIL A	
2005		2004			2004		2003	
P25M	P50M	P25M	P50M		P25M	P50M	P25M	P50M
01:03.44	01:04.61	01:02.49	01:03.52	<b>100 Livres</b>	00:57.12	00:58.28	00:55.71	00:56.97
02:18.64	02:20.29	02:15.89	02:17.65	<b>200 Livres</b>	02:05.62	02:07.76	02:02.03	02:04.66
04:50.56	04:56.05	04:45.86	04:51.86	<b>400 Livres</b>	04:27.10	04:31.87	04:20.30	04:27.75
10:05.21	10:19.83	09:54.10	10:07.20	<b>800/1500 Livres</b>	17:43.31	18:14.02	17:21.59	17:59.71
01:11.34	01:13.94	01:10.30	01:13.34	<b>100 Costas</b>	01:04.45	01:06.92	01:02.76	01:05.57
02:34.71	02:39.58	02:33.30	02:38.93	<b>200 Costas</b>	02:21.24	02:25.37	02:17.86	02:24.02
01:21.86	01:24.70	01:20.58	01:23.71	<b>100 Bruços</b>	01:13.52	01:16.66	01:11.41	01:14.51
02:58.29	03:03.36	02:55.04	03:01.12	<b>200 Bruços</b>	02:42.64	02:48.39	02:37.97	02:44.24
01:10.71	01:11.98	01:09.53	01:11.32	<b>100 Mariposa</b>	01:03.30	01:04.49	01:01.43	01:02.58
02:43.00	02:46.38	02:38.26	02:41.81	<b>200 Mariposa</b>	02:26.42	02:29.53	02:20.71	02:25.43
02:34.78	02:38.83	02:32.34	02:37.34	<b>200 Estilos</b>	02:20.89	02:25.36	02:17.22	02:22.00
05:32.00	05:44.75	05:26.20	05:40.41	<b>400 Estilos</b>	05:03.73	05:14.55	04:56.53	05:06.23