

## TORNEIOS ZONAIS DE JUNIORES E SENIORES - PISCINA CURTA

### 1. LOCAIS

- Zona Norte: ANCNP - Mealhada (25m x 8 pistas)
- Zona Sul: ANDL - Leiria (25m x 8 pistas)

### 2. DATAS

14 a 15 de novembro de 2020

### 3. ORGANIZAÇÃO

A organização destes Torneios ficará sob a responsabilidade de duas das Associações Territoriais, que irão acolher as restantes, distribuídas por duas zonas:

ORGANIZAÇÃO	ZONAS	ASSOCIAÇÕES
ANCNP	Norte	ANCNP, ANC, ANMIN, ANNP, ARNN
ANDL	Sul	ANALG, ANARA, ANDL, ANDS, ANIC, ANL, ANM, ANALEN

**Nota:** De acordo com o plano de contingência específico só estarão em permanência no espaço de competição 24 nadadores. Deste modo será necessário que, após a realização da sua prova, que os nadadores abandonem o referido espaço e sigam para os balneários no mais curto espaço de tempo.

### 4. PROGRAMA – HORÁRIOS

14 NOV 2020 – 09:30		15 NOV 2020 – 09:00	
1ª JORNADA – 1ª SESSÃO		2ª JORNADA – 1ª SESSÃO	
<b>1</b>	1500 Livres Fem.	<b>18</b>	200 Livres Fem.
<b>2</b>	1500 Livres Masc.	<b>19</b>	400 Livres Masc.
<b>3</b>	50 Costas Fem.	<b>20</b>	50 Mariposa Fem.
<b>4</b>	50 Costas Masc.	<b>21</b>	50 Mariposa Masc.
<b>5</b>	200 Mariposa Fem.	<b>22</b>	200 Bruços Fem.
<b>6</b>	200 Mariposa Masc.	<b>23</b>	200 Bruços Masc.
<b>7</b>	100 Livres Fem.	<b>24</b>	200 Costas Fem.
<b>8</b>	100 Livres Masc.	<b>25</b>	200 Costas Masc.
<b>9</b>	200 Estilos Fem.	<b>26</b>	100 Estilos Fem.
	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	<b>27</b>	100 Estilos Masc.
			<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>
14 NOV 2020 – 16:30		15 NOV 2020 – 16:00	
1ª JORNADA – 2ª SESSÃO		2ª JORNADA – 2ª SESSÃO	
<b>10</b>	100 Mariposa Masc.	<b>28</b>	800 Livres Masc.
<b>11</b>	100 Mariposa Fem.	<b>29</b>	800 Livres Fem.
<b>12</b>	50 Bruços Masc.	<b>30</b>	100 Costas Masc.
<b>13</b>	50 Bruços Fem.	<b>31</b>	100 Costas Fem.
<b>14</b>	200 Estilos Masc.	<b>32</b>	50 Livres Masc.
<b>15</b>	400 Estilos Fem.	<b>33</b>	50 Livres Fem.
<b>16</b>	200 Livres Masc.	<b>34</b>	100 Bruços Masc.
<b>17</b>	400 Livres Fem.	<b>35</b>	100 Bruços Fem.
	<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>	<b>36</b>	400 Estilos Masc.
			<b>ENTREGA DE MEDALHAS</b>

## 5. PARTICIPAÇÃO

Os nadadores competirão nas zonas definidas para cada Associação Territorial.

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 Tabela de Tempos de Admissão nos anexos), entre 1 de janeiro de 2019 e 2 de novembro 2020.

Cada prova terá um limite de 24 participantes (3 séries) escolhidos da seguinte forma: 16 melhores absolutos do ranking de inscrição a que se juntam os 8 melhores juniores dos que sobrarem.

Cada nadador só poderá participar em uma prova por cada sessão.

**Nota:** os nadadores integrados nos Projetos Paralímpicos e Surdolímpicos, poderão participar nesta competição em regime extra numerário.

## 6. 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 6 de novembro de 2020. O comprovativo de pagamento das taxas de inscrição deverá ser enviado à FPN.

## 7. ORGANIZAÇÃO DAS SÉRIES

Os nadadores serão agrupados por séries, segundo os tempos de inscrição, independentemente do escalão etário a que pertencem. Caso haja mais do que um nadador com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será realizada aleatoriamente pelo programa de provas.

Não serão utilizadas as plataformas da partida de costas.

## 8. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Haverá classificações por prova, categoria e sexo.

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

## 9. TABELAS DE TEMPOS COM CRITÉRIOS DE ADMISSÃO

PISCINA DE 25M								
FEMININOS				PROVAS	MASCULINOS			
JÚNIOR		SÉNIOR			JÚNIOR		SÉNIOR	
04 E 05		03 E ANTES			03 E 04		02 E ANTES	
1º ANO	2º ANO	1º ANO	2º ANO E MAIS VELHOS		1º ANO	2º ANO	1º ANO	2º ANO E MAIS VELHOS
00:28.50	00:28.30	00:28.16	00:27.68	<b>50 Livres</b>	00:25.11	00:24.66	00:24.53	00:24.04
01:02.41	01:00.73	01:00.43	00:59.19	<b>100 Livres</b>	00:55.68	00:53.48	00:53.21	00:52.28
02:15.71	02:11.97	02:11.32	02:07.81	<b>200 Livres</b>	02:01.83	01:57.46	01:56.88	01:54.40
04:45.52	04:38.56	04:37.18	04:29.70	<b>400 Livres</b>	04:19.30	04:10.51	04:09.26	04:02.70
09:53.10	09:40.74	09:37.85	09:20.44	<b>800 Livres</b>	09:02.19	08:28.76	08:26.23	08:15.21
18:58.62	18:07.39	18:01.98	17:31.28	<b>1500 Livres</b>	17:16.48	16:57.69	16:52.63	16:23.57
00:32.69	00:32.29	00:32.13	00:31.21	<b>50 Costas</b>	00:28.55	00:28.23	00:28.09	00:27.20
01:10.08	01:08.45	01:08.11	01:06.45	<b>100 Costas</b>	01:02.85	01:00.48	01:00.18	00:58.36
02:32.42	02:28.04	02:27.30	02:24.33	<b>200 Costas</b>	02:17.66	02:12.67	02:12.01	02:08.34
00:36.96	00:36.45	00:36.27	00:35.06	<b>50 Bruços</b>	00:32.56	00:31.38	00:31.22	00:30.22
01:20.47	01:18.00	01:17.61	01:15.41	<b>100 Bruços</b>	01:11.68	01:08.01	01:07.67	01:05.66
02:54.45	02:49.43	02:48.59	02:42.69	<b>200 Bruços</b>	02:38.44	02:30.02	02:29.27	02:24.42
00:31.03	00:30.73	00:30.58	00:29.72	<b>50 Mariposa</b>	00:27.84	00:26.73	00:26.59	00:25.83
01:09.49	01:07.35	01:07.01	01:05.28	<b>100 Mariposa</b>	01:01.39	00:58.72	00:58.43	00:57.24
02:37.62	02:32.18	02:31.42	02:25.60	<b>200 Mariposa</b>	02:20.53	02:12.71	02:12.05	02:08.47
01:10.97	01:10.66	01:10.31	01:08.32	<b>100 Estilos</b>	01:02.91	01:01.76	01:01.46	00:59.85
02:32.60	02:28.85	02:28.11	02:24.57	<b>200 Estilos</b>	02:17.04	02:12.79	02:12.13	02:08.98
05:23.44	05:17.82	05:16.24	05:06.36	<b>400 Estilos</b>	04:55.34	04:46.65	04:45.22	04:37.73

PISCINA DE 50M								
FEMININOS				PROVAS	MASCULINOS			
JÚNIOR		SÉNIOR			JÚNIOR		SÉNIOR	
04 E 05		03 E ANTES			03 E 04		02 E ANTES	
1º ANO	2º ANO	1º ANO	2º ANO E MAIS VELHOS		1º ANO	2º ANO	1º ANO	2º ANO E MAIS VELHOS
00:29.03	00:28.85	00:28.71	00:28.25	<b>50 Livres</b>	00:25.36	00:25.30	00:25.17	00:24.66
01:03.41	01:02.09	01:01.78	01:00.77	<b>100 Livres</b>	00:56.90	00:55.08	00:54.80	00:53.92
02:17.61	02:14.12	02:13.45	02:11.05	<b>200 Livres</b>	02:04.22	02:00.36	01:59.76	01:57.29
04:52.31	04:44.46	04:43.04	04:37.41	<b>400 Livres</b>	04:25.74	04:18.77	04:17.48	04:10.91
10:08.62	09:50.21	09:47.28	09:33.40	<b>800 Livres</b>	09:19.38	08:40.58	08:37.99	08:30.27
19:22.17	18:23.68	18:18.19	17:50.00	<b>1500 Livres</b>	17:57.51	17:28.37	17:23.15	16:54.95
00:34.04	00:33.25	00:33.08	00:32.30	<b>50 Costas</b>	00:30.36	00:29.38	00:29.24	00:28.52
01:13.08	01:11.12	01:10.77	01:09.27	<b>100 Costas</b>	01:05.48	01:03.38	01:03.06	01:01.33
02:38.14	02:34.58	02:33.81	02:30.03	<b>200 Costas</b>	02:23.35	02:18.87	02:18.18	02:14.66
00:36.99	00:36.97	00:36.79	00:35.87	<b>50 Bruços</b>	00:33.83	00:32.13	00:31.97	00:31.10
01:23.43	01:20.51	01:20.11	01:17.95	<b>100 Bruços</b>	01:14.46	01:10.97	01:10.62	01:08.49
03:00.68	02:54.23	02:53.37	02:48.13	<b>200 Bruços</b>	02:43.93	02:36.29	02:35.51	02:30.61
00:31.17	00:30.68	00:30.53	00:29.96	<b>50 Mariposa</b>	00:28.07	00:26.89	00:26.76	00:26.25
01:10.76	01:08.32	01:07.98	01:06.50	<b>100 Mariposa</b>	01:02.33	00:59.89	00:59.60	00:58.42
02:42.17	02:35.23	02:34.45	02:27.06	<b>200 Mariposa</b>	02:24.83	02:15.75	02:15.08	02:11.21
02:37.21	02:33.36	02:32.59	02:29.00	<b>200 Estilos</b>	02:22.46	02:17.84	02:17.15	02:13.88
05:40.83	05:29.02	05:27.38	05:18.16	<b>400 Estilos</b>	05:06.61	04:56.61	04:55.13	04:46.41