

PLANO DE SELEÇÕES 2023/24



ANDL

12 OUTUBRO 2023

ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO
DISTRITO DE LEIRIA

Considera a ANDL importante, para o desenvolvimento desportivo e competitivo dos seus filiados, apresentar um conjunto de atividades competitivas destinadas a promover a AT e todos os seus intervenientes.

Pretende a ANDL estimular momentos e vivências de ímpeto competitivo e trabalho de seleção aos seus nadadores, preparando e estimulando hábitos existentes no âmbito de seleções nacionais.

A ANDL, apresenta vários momentos de seleção em diferentes escalões de forma progressiva e adaptada a cada faixa etária e aos parâmetros desportivos das mesmas.

| CADETES | |
|---------------------------|------------------|
| 1º Estágio de Capacitação | 21 dezembro 2023 |
| 2º Estágio de Capacitação | 3 abril de 2024 |

| INFANTIL | |
|-------------------------------|----------------------|
| 1º Estágio de Capacitação | 22 dezembro de 2023 |
| Taça Vale do Tejo | 20 janeiro de 2024 |
| Meeting Internacional de Xira | 11 e 12 maio de 2024 |

| JUVENIL | |
|-------------------|--------------------|
| Taça Vale do Tejo | 20 janeiro de 2024 |
| Torneio dos 5 F's | 17 fevereiro 2024 |

| ABSOLUTO | |
|---|--------------|
| 26º Trofeo de Natacion Villa Mairena del Aljarafe | maio de 2024 |

PLANO DE SELEÇÕES - CADETES

Introdução

O plano indicado destina-se exclusivamente aos nadadores pertencentes ao escalão de Cadetes A.

A ANDL, cria critérios de abrangência para estágios de capacitação técnica propostos pela FPN.

Calendário de atividades

O calendário que se apresenta pode carecer de confirmações das diferentes entidades organizadoras ou promotoras dos eventos:

| N.º | Data | Atividade | Local | Seleção de atletas | Listagem final |
|-----|------------|---------------------|----------|--------------------|----------------|
| 1 | 21 dez. 23 | Capacitação Técnica | Benedita | 12 dez. 23 | 15 dez. 23 |
| 2 | 3 abr. 24 | Capacitação Técnica | Benedita | 19 mar. 24 | 25 mar. 24 |

1º Estágio de Capacitação Técnica de Cadetes (1º Momento)

1. **Local:** Piscinas Municipais Benedita
2. **Data:** 21 de dezembro de 2023
3. **Participação:**
 - Limite máximo de 24 atletas Cadetes A (12 femininos + 12 masculinos);
 - + atletas por convite da ANDL, cujo clube não tenha representação nos anteriores convocados**

**Por proposta da ANDL, todos os clubes poderão vir a ser convidados e a fazerem-se representar neste estágio com dois nadadores, preferencialmente um de cada gênero, desde que o clube não tenha tido qualquer atleta selecionado. Adicionalmente aos 24 nadadores convocados pelos critérios abaixo indicados.
4. **Objetivos:** definidos pelo GACO da FPN
5. **Critérios de Seleção:** Resultados do Torneio de Técnicas Alternadas e 1º Torregri – Somatório da pontuação FINA: prova de 100 metros Livres ou 100 metros Costas do TTA, e prova de 100 metros Estilos do 1º Torregri
6. **Horário:** das 09h30 às 12h30 e 14h30 às 16h30
7. **Concentração:** 09h20 à entrada das piscinas
8. **Transporte:** Responsabilidade dos clubes
9. **Almoço:** Responsabilidade da ANDL
10. **Orientadores da ação:** Técnicos da ANDL e/ou treinadores convidados
11. **Treinadores selecionados:** Todos os treinadores da ANDL com atletas selecionados.
12. **Pressupostos FPN:**
 - Certificação de cada estágio com 0,5 UC para a renovação da cédula de Grau I e II;
 - Obrigatoriedade de estar presente no estágio um treinador do clube do nadador convocado;
 - A ausência nos estágios implica a exclusão do nadador e treinador nos estágios seguintes e nas ações organizadas pela AT respectiva e pela FPN na presente época.

2º Estágio de Capacitação Técnica de Cadetes (2º Momento)

1. **Local:** Benedita
2. **Data:** 3 de abril de 2024
3. **Participação:**
 - Limite máximo de 24 atletas Cadetes A (12 femininos + 12 masculinos);
 - + atletas por convite da ANDL, cujo clube não tenha representação nos anteriores convocados**

**Por proposta da ANDL, todos os clubes poderão ser convidados a fazerem-se representar neste estágio com dois nadadores, preferencialmente um de cada género, desde que o clube não tenha tido qualquer atleta selecionado. Adicionalmente aos 24 nadadores convocados pelos critérios abaixo indicados.
4. **Objetivos:** definidos pelo GACO da FPN
5. **Crítérios de Seleção:** Resultados do Torneio de Técnicas Simultâneas e do 2º Torregri - Somatório da pontuação FINA: prova de 100 metros Mariposa ou 100 metros Bruços do TTS e na prova de 200 metros Livres do 2º Torregri,
6. **Horário:** das 09h30 às 12h30 e 14h30 às 16h30
7. **Concentração:** 09h20 à entrada das piscinas
8. **Transporte:** Responsabilidade dos clubes
9. **Almoço:** Responsabilidade da ANDL
10. **Orientadores da ação:** Técnicos da ANDL e/ou treinadores convidados
11. **Treinadores selecionados:** Todos os treinadores da ANDL com atletas selecionados.
12. **Pressupostos FPN:**
 - Certificação de cada estágio com 0,5 UC para a renovação da cédula de Grau I e II;
 - Obrigatoriedade de estar presente no estágio um treinador do clube do nadador convocado;
 - A ausência nos estágios implica a exclusão do nadador e treinador nos estágios seguintes e nas ações organizadas pela AT respetiva e pela FPN na presente época.

PLANO DE SELEÇÕES - INFANTIS

Introdução

O plano indicado destina-se exclusivamente aos nadadores pertencentes à categoria de Infantis (Escalões A e B).

Por proposta do GACO da FPN, a ANDL fica abrangida pela possibilidade de fomentar ações de formação técnica junto dos seus técnicos, bem como dos seus atletas.

Estas ações são de âmbito regional, sendo os critérios definidos pela ANDL.

Em simultâneo é criada mais uma vez a possibilidade desta categoria voltar a participar na Taça Vale do Tejo e no Meeting Internacional de Xira.

Calendário de atividades

O calendário que se apresenta pode carecer de confirmação das diferentes entidades organizadoras ou promotoras dos eventos:

| N.º | Data | Atividade | Local | Seleção de atletas | Listagem final |
|-----|-----------------|---------------------|------------|--------------------|----------------|
| 1 | 22 dez. 23 | Capacitação Técnica | Benedita | 12 dez. 23 | 15 dez. 23 |
| 2 | 20 jan. 24 | Taça Vale do Tejo | Abrantes | 4 jan. 24 | 8 jan. 24 |
| 3 | 11 e 12 mai. 24 | Meeting Xira | V. F. Xira | 26 abr. 24 | 1 mai. 24 |

1º Estágio de Capacitação Técnica de Infantis (1º Momento)

1. **Local:** Piscinas Municipais de Benedita
2. **Data:** 22 dezembro de 2023
3. **Participação:**
 - Limite máximo de 32 atletas
 - 16 atletas Infantis A (8 femininos + 8 masculinos)
 - 16 atletas Infantis B (8 femininos + 8 masculinos)
4. **Objetivos:** definidos pela ANDL
5. **Critérios de Seleção:**
 - a. **Infantis B:** Os 8 nadadores de cada gênero com mais Pontuação FINA no Ranking Distrital até dia 10 de dezembro de 2023;
 - b. **Infantis A:** Os 8 nadadores de cada gênero com mais Pontuação FINA no Ranking Distrital até dia 10 de dezembro de 2023;
6. **Horário:** das 9h30 às 12h30 e das 14h30 às 17h30
7. **Concentração:** 9h15 à entrada das piscinas
8. **Transporte:** Responsabilidade dos clubes
9. **Almoço:** Responsabilidade da ANDL
10. **Orientadores da ação:** Técnicos da ANDL
11. **Treinadores selecionados:** Todos os treinadores da ANDL com atletas selecionados.
12. **Pressupostos FPN:**
 - Certificação de cada estágio com 1 UC para a renovação da cédula de Grau II;
 - Obrigatoriedade de estar presente no estágio um treinador do clube do nadador convocado;
 - A ausência nos estágios implica a exclusão do nadador e treinador nos estágios seguintes e nas ações organizadas pela AT respectiva e pela FPN na presente época.

Taça Vale do Tejo (2º Momento)

1. **Local:** Abrantes
2. **Data:** 20 janeiro de 2024
3. **Participação:**
 - Limite máximo de 12 atletas (6 femininos + 6 masculinos)
4. **Objetivos:** ficar entre os 4 (quatro) primeiros classificados coletivamente
5. **CrITÉrios de Seleção:**
 - Melhor tempo do ranking até 31 de dezembro de 2023, em cada prova do programa da Taça Vale do Tejo, na categoria de Infantis e por género;
 - Os tempos de análise são os registados em piscina de 25 metros e da presente época;
 - A limitação de provas a nadar por cada atleta, será de acordo com o regulamento da competição;
 - As estafetas são constituídas por atletas que nadem as provas individuais, podendo ser selecionados pela ANDL, outros atletas;
 - A ANDL participará em todas as provas com as cotas máximas permitidas pelo regulamento.
6. **Horário:** A definir
7. **Concentração:** Junto à sede da ANDL
8. **Transporte:** até à sede da ANDL, responsabilidade dos clubes. Da sede ao local da competição, responsabilidade da ANDL.
9. **Almoço:** Responsabilidade da ANDS
10. **Treinadores selecionados:** Treinadores convidados pela ANDL.

Meeting Internacional Xira – Infantis (3º Momento)

1. **Local:** Piscinas Municipais de Vila Franca de Xira
2. **Data:** 11 e 12 maio de 2024
3. **Participação:** Nacional
4. **Limitações:** Apenas participam 8 nadadores masculinos e 8 nadadoras femininas
5. **Objetivos:** definidos pela ANDL
6. **Crítérios de Seleção:** Será selecionado o nadador de cada género, que tenha mais Pontuação FINA em cada prova constante no regulamento de competição em piscina curta até dia 25 de abril da presente época desportiva. Sendo depois escolhidos os segundos melhores com mais Pontuação FINA nas provas constantes em regulamento, até completar os 8 elementos.
 - A limitação de provas a nadar por cada atleta, será de acordo com o regulamento da competição;
 - As estafetas são constituídas por atletas que nadem as provas individuais, podendo ser selecionados pela ANDL;
7. **Provas:** As provas que o nadador irá participar será da escolha do DTR
8. **Horário:** A definir
9. **Concentração:** A definir
10. **Transporte:** Responsabilidade da ANDL
11. **Refeições e Alojamento:** Responsabilidade da ANDL
12. **Treinadores selecionados:** Serão selecionados 2 técnicos com nadadores representados na respetiva seleção.

PLANO DE SELEÇÕES - JUVENIS

Introdução

O plano indicado destina-se exclusivamente aos nadadores pertencentes à categoria de Juvenis (Escalão A e B).

A ANDL pretende participar em 2 momentos específicos para esta categoria, com o intuito de aumentar a participação competitiva desta categoria em competições de maior importância.

Calendário de atividades

O calendário que se apresenta pode carecer de confirmação das diferentes entidades organizadoras ou promotoras dos eventos:

| N.º | Data | Atividade | Local | Seleção de atletas | Listagem final |
|-----|------------|-------------------|----------|--------------------|----------------|
| 1 | 20 jan. 24 | Taça Vale do Tejo | Abrantes | 4 jan. 24 | 8 jan. 24 |
| 2 | 17 fev. 24 | Torneio dos 5 F's | Guarda | 5 fev. 24 | 9 fev. 24 |

Taça Vale do Tejo (1º Momento)

1. **Local:** Abrantes
2. **Data:** 20 janeiro 2024
3. **Participação:**
 - Limite máximo de 12 atletas (6 femininos + 6 masculinos)
4. **Objetivos:** ficar entre os 5 (cinco) primeiros classificados
5. **Critérios de Seleção:**
 - Melhor tempo do ranking até 31 dezembro de 2023, em cada prova do programa da Taça Vale do Tejo, na categoria de Juvenis e por género;
 - Os tempos de análise são os registados em piscina de 25 metros e na presente época;
 - A limitação de provas a nadar por cada atleta, será de acordo com o regulamento da competição;
 - As estafetas são constituídas por atletas que nadem as provas individuais, podendo ser selecionados pela ANDL, outros atletas;
 - A ANDL participará em todas as provas com as cotas máximas permitidas pelo regulamento.
6. **Horário:** A definir
7. **Concentração:** Junto à sede da ANDL
8. **Transporte:** até à sede da ANDL, responsabilidade dos clubes. Da sede ao local da competição, responsabilidade da ANDL.
9. **Almoço:** Responsabilidade da ANDS
10. **Treinadores selecionados:** dois treinadores convidados pela ANDL

IV Torneio Natação da Guarda – Cidade dos 5 F's (2º Momento)

1. **Local:** Guarda
2. **Data:** 17 fevereiro 2024
3. **Participação:**
 - Limite máximo de 12 atletas (6 femininos + 6 masculinos)
4. **Objetivos:** ficar entre os 5 (cinco) primeiros classificados
5. **CrITÉrios de Seleção:**
 - Será selecionado o nadador de cada género, que tenha mais Pontuação FINA em cada prova constante no regulamento de competição em piscina curta na época desportiva 2023/24.
 - A limitação de provas a nadar por cada atleta, será de acordo com o regulamento da competição;
 - As estafetas são constituídas por atletas que nadem as provas individuais, podendo ser selecionados pela ANDL;
 - A ANDL participará em todas as provas do regulamento, tentando participar com o máximo de atletas permitido no regulamento.
6. **Horário:** A definir
7. **Provas:** As provas que o nadador irá participar será da escolha do DTR
8. **Concentração:** Junto à sede da ANDL no dia 16 de fevereiro de 2024
9. **Transporte:** até à sede da ANDL, responsabilidade dos clubes. Da sede ao local da competição, responsabilidade da ANDL.
10. **Almoço:** Responsabilidade da ANIC
11. **Treinadores selecionados:** dois treinadores convidados pela ANDL

PLANO DE SELEÇÕES - ABSOLUTO

Introdução

O plano indicado destina-se aos nadadores pertencentes às categorias de Juvenis, Juniores e Sêniores.

A ANDL pretende participar em num momento competitivo específico, com o intuito de aumentar a participação competitiva internacional dos nadadores da ANDL.

| N.º | Data | Atividade | Local | Seleção de atletas | Listagem final |
|-----|---------|---|---------|--------------------|----------------|
| 1 | mai. 24 | 26º Trofeo Internacional Villa Mairena del Aljarafe | Sevilha | abril 24 | abril 24 |

26º Trofeo Internacional Villa Mairena del Aljarafe

1. **Local:** Sevilha
2. **Data:** maio de 2024
3. **Participação:**
 - Limite máximo de 16 atletas (8 femininos + 8 masculinos)
4. **Objetivos:** Alcançar 3 pódios.
5. **CrITÉrios de Seleção:**
 - Os 8 masculinos e 8 femininos que tenham obtido melhor pontuação FINA até 9 de abril de 2024, na presente época desportiva;
 - Os tempos de análise são os registados em piscina de 50m na presente época desportiva;
 - A limitação de provas a nadar por cada atleta, será de acordo com o regulamento da competição;
 - A participação nas estafetas será realizada pelos nadadores convocados para a competição;
6. **Horário:** A definir
7. **Concentração:** Junto à sede da ANDL
8. **Transporte:** até à sede da ANDL, responsabilidade dos clubes. Da sede ao local da competição, responsabilidade da ANDL.
9. **Almoço e Estadia:** Responsabilidade da ANDL
10. **Treinadores selecionados:** Dois treinadores convidados pela ANDL