FPN
Federação Portuguesa de Natação

Regulamento das Competições Nacionais

Época 2026-2027

CICLO 2025-2028
aprovado em reunião de direção – 23 de julho de 2026

NATAÇÃO PURA

ÍNDICE

Nota Prévia do Presidente 3
1. Disposições Gerais 4
A) Quadro Competitivo — Calendário 2026/2027 4
B) Participação 5
C) Inscrições 5
I. PAGAMENTO 5
II. PROCESSO DE INSCRIÇÃO 6
III. TEMPO DE INSCRIÇÃO 6
IV. CONVERSÃO DE TEMPOS 7
V. DATAS LIMITE 7
D) Enquadramento e Graduação de Treinadores (TPTD) e Dirigentes 8
E) Lista de Participantes 9
F) Categorias / Escalões Etários — Época 2026/2027 9
F) Programas e Resultados 10
H) Sistema de Competições — Eliminatórias e Finais 10
I) Subsídios 10
J) Horários das Competições 10
K) Júri da Competição 10
L) Prémios 11
M) Modelo de Acesso aos Campeonatos Nacionais 11
N) Casos Omissos 11
2. Taça de Portugal — Formação e Rendimento 12
A) Taça de Portugal da Formação 12
B) Taça de Portugal de Rendimento 13
3. Programa de Competições 14
4. Anexos — Tempos de Admissão (TAC) 31

Nota Prévia do Presidente

Caros membros da comunidade da natação portuguesa,

É com grande satisfação que apresento o Regulamento das Competições Nacionais de Natação para a época 2026-2027. Este documento, fruto de um trabalho árduo e colaborativo, visa guiar-nos numa nova era de excelência, transparência e desenvolvimento para a natação portuguesa. Será igualmente o documento base para o ciclo 2025-2028.

O nosso objetivo principal é proporcionar aos nossos atletas, treinadores, clubes e associações um quadro regulamentar claro, justo e abrangente, que fomente a paixão pelo desporto, o espírito competitivo e a busca incessante pela superação.

O regulamento define as disposições gerais, o quadro competitivo, os requisitos de participação, o processo de inscrição, as categorias etárias, os horários das competições, os prémios, os subsídios e as regras específicas para cada competição.

O documento também inclui informações sobre a Taça de Portugal Formação e Rendimento, o programa de competições para cada categoria, e os Campeonatos Nacionais de Clubes das 1ª, 2ª e 3ª Divisões. As competições abrangem várias categorias etárias, desde Infantis até Seniores, e incluem provas de piscina curta e piscina longa. O regulamento visa garantir a organização e o bom funcionamento das competições.

Acreditamos que este regulamento será uma ferramenta fundamental para o desenvolvimento da natação em Portugal. Contamos com a colaboração de todos para que, juntos, possamos construir um futuro ainda mais brilhante para a natação portuguesa.

Com determinação e confiança,

Miguel Maria Horta e Costa Arrobas da Silva
Presidente da Federação Portuguesa de Natação

1. Disposições Gerais

As presentes disposições gerais regulamentam todos os aspetos aplicados a todas as competições de âmbito nacional a ter lugar na época de 2026/2027.

A) Quadro Competitivo — Calendário 2026/2027

Passamos a apresentar o quadro com o calendário de todas as competições e respetivas Associações responsáveis pela sua coorganização, locais de realização e datas limite para entrega das inscrições.

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAIS	DATA LIMITE de INSCRIÇÕES
Fase de Qualificação Campeonato de Clubes 3ª Divisão	24 de outubro de 2026	ANALEN – Sines	13 de outubro de 2026 Pré-inscrição 7 de outubro de 2026
Torneios Regionais de Fundo Juvenis Torneio Nadador Completo de Infantis	Data limite 22 de novembro	A definir por AT	A definir por AT
Campeonato Nacional de Clubes 3ª Divisão	27 de novembro de 2026	ANCNP – Mealhada	17 de novembro de 2026 Pré-inscrição 7 de outubro de 2026
Campeonato Nacional de Clubes 2ª Divisão	28 e 29 de novembro de 2026	ANCNP – Mealhada	17 de novembro de 2026 Pré-inscrição 7 de outubro de 2026
Torneios Zonais de Juvenis	4 a 6 de dezembro de 2026	Norte: ARNN – Bragança Sul: ANDL – Leiria	A definir por Zona
Campeonatos Nacionais Juniores e Seniores PC	10 a 13 de dezembro de 2026	ANDS – Tomar	1 de dezembro de 2026
Campeonato Nacional de Clubes 1ª Divisão	19 e 20 dezembro de 2026	ANALGARVE – Albufeira	8 de dezembro de 2026 Pré-inscrição 7 de outubro de 2026
Torneios Zonais de Infantis	26 a 28 de fevereiro de 2027	Norte:ANC – Cantanhede Sul: ANALEN – Sines	A definir por Zona
Campeonatos Nacionais Juvenis	2 a 4 de abril de 2027	ANL – Oeiras (Jamor)	23 de março de 2027
Campeonatos Nacionais Juniores, Sub21 e Absolutos OPEN PORTUGAL / ASTRALPOOL	8 a 11 de abril de 2027	ANC – Coimbra	30 de março de 2027
Torneios Regionais de Fundo Infantis Torneio Nadador Completo de Juvenis	Data limite 16 de maio	A definir por AT	A definir por AT
Campeonatos Nacionais de Infantis	23 a 25 de julho de 2027	ANALEN – Reguengos	13 de julho de 2027
Campeonatos Nacionais de Juv, Jun e Seniores	29 de julho a 1 de agosto de 2027	ANC – Coimbra	20 de julho de 2027

B) Participação

A participação em provas nacionais é reservada a nadadores filiados em natação pura na Federação Portuguesa de Natação (FPN) como individuais ou em representação dos Clubes ou outras entidades filiadas e mediante o pagamento de uma taxa de inscrição.

De acordo com a legislação em vigor e com o Regulamento Geral FPN, só poderão participar nadadores com exame médico válido à data da competição, devidamente inserido e validado no programa fpnsystem.

EXAME MÉDICO OBRIGATÓRIO
Em caso de incumprimento, as inscrições destes nadadores serão rejeitadas, e ao nadador individual ou clube será aplicada uma multa de 50€.

Nos Campeonatos Nacionais cada clube poderá apenas apresentar nas provas de estafetas uma equipa por categoria/grupo de idade e sexo. Nadadores participantes exclusivamente na prova de estafetas têm de constar da lista onomástica geral, sob pena de não serem admitidos.

Aos nadadores não nacionais é permitida a participação nas competições, em regime de extracompetição, sendo oficializados os tempos, mas não as classificações. Tal condição também se verificará nas provas de estafetas caso sejam compostas por um ou mais nadadores não nacionais.

Um nadador com dupla nacionalidade, portuguesa e de outro país, mesmo que filiado na FPN, se já tiver optado por uma "nacionalidade desportiva" (Sport Nationality), que não a portuguesa, só poderá ser campeão nacional no país pelo qual optou por representar e competir, mas poderá participar nos Campeonatos Nacionais de Portugal exclusivamente na condição de "extra-competição". Nesta qualidade, os seus tempos obtidos serão considerados oficiais e válidos para efeitos de classificação e homologação internacional, contudo não poderá conquistar títulos de campeão nacional de Portugal, subir ao pódio para receber medalhas, nem estabelecer recordes nacionais portugueses.

A "nacionalidade desportiva" é definida nos termos e de acordo com as regras da World Aquatics (WA) no momento em que o atleta representa o país numa competição internacional, independentemente de se tratar ou não de um evento da WA. Uma vez feita essa escolha, qualquer alteração futura implica a instauração de um processo formal junto da WA e ficará condicionada ao cumprimento de um período de espera regulamentar e à respetiva aprovação da WA.

O Open de Portugal, os Torneios Zonais e os Campeonatos Nacionais de Clubes, constituem exceção ao articulado no parágrafo anterior, sendo os tempos e as classificações obtidos de acordo com o regulamento específico da prova.

ATENÇÃO
Em caso de inscrição de um nadador como português que se venha a verificar não ter nacionalidade portuguesa, não serão oficializadas as marcas e será aplicada uma multa de 50 €.

C) Inscrições

i. PAGAMENTO

Todas as inscrições ficarão condicionadas à receção do respetivo pagamento, e **comprovativo do mesmo**.

DADOS BANCÁRIOS
NIB: 0018.0003.13330170020.88
IBAN: PT50.0018.0003.13330170020.88 Banco Santander — conta n.º 0003.13330170020

Tipo de Inscrição	Valor
Individual	**3,50 €**
Estafeta	**9,00 €**

PRAZO DE PAGAMENTO
As inscrições serão definitivamente anuladas se o pagamento não for efetuado até à divulgação da lista final de participantes (excetuando inscrições inferiores a 5 €). Recomenda-se o envio do comprovativo em simultâneo com as inscrições.

ii. PROCESSO DE INSCRIÇÃO

As inscrições em todas as competições nacionais, serão efetuadas através do ficheiro-convite específico para cada competição na área de documentos do site da FPN e no seguinte *link*: https://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=CURRENT&nationId=0&Nation=POR.
As inscrições devem ser realizadas por via eletrónica, através do programa informático definido pela FPN para o efeito - Entry Editor ou Team Manager da Splash Software Ltd, e enviadas por correio eletrónico para inscricoes@fpnatacao.pt.
Poderão também ser efetuadas na plataforma de inscrições online https://www.swimrankings.net/manager/ (para mais esclarecimentos deverá ser contactada a FPN).
O ficheiro-convite deverá vir devidamente identificado com a sigla do clube e da competição a disputar.
(ex: Sigla *do Clube - Nome da Competição.lxf*)

Do processo de inscrição terá de constar:

- Dos Nadadores: Nome, ano de nascimento, sexo, número de licença, provas e respetivos tempos de inscrição;
- Dos outros agentes: Nome(s) do(s) Treinador(es) e do(s) Delegado(s) com o(s) respetivo(s) nº(s) de Licença. Estas nomeações deverão ser anexadas aquando do envio dos originais das inscrições. De acordo com o Regulamento Geral da FPN, a participação em qualquer competição, na qualidade de técnico, só é permitida a elementos devidamente filiados na FPN e graduados de acordo com as normas estabelecidas no Regulamento de Formação da FPN. Se um clube apresentar um Delegado diferente do(s) apresentado(s) no ato de inscrição, o mesmo deverá estar filiado na FPN e apresentar-se com uma credencial devidamente autenticada.

.

iii. TEMPO DE INSCRIÇÃO

Só terão direito a participar os nadadores e as equipas de estafeta que tenham obtido os tempos mínimos de participação estipulados para cada uma das provas e constantes neste regulamento (Anexos), obtidos em provas oficiais, em Portugal ou no estrangeiro. Para se inscrever em qualquer competição abrangida por este regulamento, o atleta deve ter previamente alcançado, numa prova oficial, o referido tempo mínimo de qualificação (TAC) estabelecido para o seu escalão. Este tempo de qualificação é válido para a inscrição, quer tenha sido obtido numa piscina de 25 metros, quer numa de 50 metros, desde que cumpra o tempo estipulado na tabela dos anexos ao documento.

REGIME DE ALTO RENDIMENTO
Os nadadores integrados no Regime de Alto Rendimento, em Natação Pura, estão dispensados do cumprimento do TAC nas provas que pretendam inscrever-se, considerando o seu estatuto privilegiado e o carácter obrigatório da sua presença em Campeonatos Nacionais, salvo condições excecionais admitidas pela direção da FPN.

Será permitida a inscrição de uma estafeta, sempre que o somatório dos tempos de cada um dos elementos seja inferior ao tempo de admissão aos campeonatos. Sempre que tal se verificar o tempo de inscrição será o TAC respetivo.

Adicionalmente e relativamente às estafetas, é permitida a participação em qualquer prova de estafetas aos clubes que reúnam cumulativamente as seguintes condições:

- Possuam quatro (4) nadadores elegíveis, inscritos na competição, que tenham obtido mínimos individuais válidos para a respetiva prova ou escalão, independentemente de:
    1. O somatório dos tempos individuais dos quatro nadadores constituir ou não TAC de estafeta;
    2. O clube ter ou não obtido previamente um TAC específico em prova de estafeta.
- A regra prevista no número anterior é aplicável a todos os escalões etários, sem exceção;
- Em cada campeonato, o número máximo de estafetas admitidas por prova é de 24, sendo as mesmas ordenadas pelo respetivo tempo de inscrição, nos termos gerais do regulamento;
- Prioridade de preenchimento das 24 estafetas:
    1. Estafetas com TAC realizado em prova;
    2. Estafetas com TAC por somatório de tempos individuais;
    3. Estafetas sem TAC, mas com 4 elementos com TAC em provas individuais no programa da competição.
- Dentro do limite máximo referido no número anterior, deverá ser garantida a participação de um mínimo de três (3) estafetas por escalão etário, sempre que existam inscrições elegíveis para o efeito.

Validada a inscrição de uma estafeta, durante a competição, o clube poderá efetuar a substituição de qualquer elemento, desde que o mesmo conste da lista de participantes do respetivo clube, no género e escalão correspondente.

Para efeitos de inscrição em provas, os resultados de todos os nadadores realizados até à data de inscrição na respetiva prova terão que estar já tratados informaticamente pela respetiva Associação Territorial. Caso contrário, o nadador poderá vir a ser inscrito com tempos que não correspondem à sua melhor marca, ou poderá mesmo ver a sua inscrição recusada, se não for encontrado nenhum tempo (TAC) realizado no período correspondente.

iv. CONVERSÃO DE TEMPOS

Será considerada a melhor marca realizada por cada nadador. **O tempo de inscrição deverá ser acompanhado da indicação da dimensão da piscina em que foi obtido, não sendo permitido conversões de tempos entre tipologias de piscina para acesso aos Campeonatos.**

Os tempos obtidos em provas disputadas em jardas serão convertidos para tempos correspondentes a provas disputadas em metros, de acordo com a tabela oficial da NCAA (*National Collegiate Athletic Association*).

v. DATAS LIMITE

As datas limite para as inscrições em cada uma das competições são as constantes do respetivo regulamento específico.

Serão ainda aceites todas as inscrições rececionadas nos serviços da FPN até às 24:00 do 3º dia posterior ao final do prazo limite estipulado no regulamento específico de cada um deles, acompanhado do comprovativo de pagamento de uma penalização no valor de **50€ por atleta a inscrever**, até ao máximo de **300€** por clube. Este prazo é contado em dias corridos, porém se terminar em dia não útil transfere-se para o dia útil seguinte. Quando não respeitados, implicam a sua não aceitação.

> **PRAZO FINAL**
> Quando não respeitados, implicam a sua não aceitação. Em caso de dúvida ou dificuldade técnica para a sua receção, deverão os interessados confirmar e registar a ocorrência junto dos serviços da FPN, impreterivelmente, até às 18:00 do próprio dia. Após essa data e hora, sem justificação prévia não serão aceites mais inscrições sob qualquer pretexto.

A constituição das equipas de estafeta deverá ser efetuada no ficheiro convite respetivo, aquando do envio das inscrições. 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.

D) Enquadramento e Graduação de Treinadores (TPTD) e Dirigentes

O exercício da atividade de Treinador de Desporto na modalidade de Natação está sujeito à titularidade do Título Profissional de Treinador de Desporto (TPTD), emitido pelo Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P. (IPDJ) e doravante designado por «cédula». O Grau de Formação do TPTD define o nível e os limites de atuação do Treinador em função dos escalões etários e das etapas de desenvolvimento desportivo dos praticantes.

A cédula tem a validade de 3 anos, renovável por iguais períodos mediante o cumprimento da formação contínua exigida. No processo de filiação de um Treinador num clube é obrigatória a apresentação da cédula de Treinador de Desporto com data de validade em vigor.

O acompanhamento de praticantes em competição deve respeitar o grau de competência do TPTD, de acordo com a correspondência entre escalões / etapas de desenvolvimento e graus de formação estabelecida na tabela seguinte:

ESCALÃO DE ATUAÇÃO PRINCIPAL	GRAU DE TPTD	DESIGNAÇÃO / NÍVEL
Escolas de Natação	Grau I	Treinador Iniciado (ou Monitor)
Cadetes, Infantis e Juvenis	Grau II	Treinador de Formação
Juniores e Seniores	Grau III	Treinador Júnior e Sénior
	Grau IV	Treinador de Alto Rendimento
Treinadores Assistentes	Grau I, II, III e IV	Treinador Assistente (em coadjuvação)

> **NOTA**
> A correspondência indicada na tabela refere-se ao escalão de atuação principal de cada grau. Atendendo ao caráter progressivo e cumulativo das competências do TPTD, os Treinadores detentores de grau superior ficam igualmente habilitados a acompanhar os praticantes dos escalões correspondentes aos graus inferiores.

Inscrição e presença em competição

- Na inscrição dos nadadores nas competições do calendário nacional — e nas competições das Associações Territoriais (AT) — é obrigatória a identificação do(s) Treinador(es) e Dirigente(s) que acompanharão a equipa, mediante a criação dos respetivos perfis no Team Manager e a sua inclusão no ficheiro LXF de inscrição à prova.
- O Grau do Treinador presente na competição deve ser adequado às competências e escalões constantes da tabela anterior.
- O Treinador principal e o Dirigente de serviço deverão assinar a folha de presença no secretariado da prova.

Inscrição e presença em competição

Poderão ser admitidas exceções à regra do Grau de Treinador correspondente, desde que devidamente justificadas e enquadradas numa das seguintes situações:

- Impossibilidade por doença: a substituição do Treinador principal (de Grau adequado) carece de comunicação e validação prévias junto da entidade competente, devendo o respetivo atestado médico ser apresentado no prazo máximo de 3 dias úteis após a competição. A não apresentação do atestado dentro do prazo determina a não validação da exceção.
- Representação do clube ou da seleção: quando o Treinador principal (de Grau adequado) se encontre, comprovadamente, em representação do clube noutra competição ou ao serviço da Seleção Territorial ou Nacional. Nestes casos deve igualmente ser solicitada validação prévia.

> **NOTA**
> Nos casos de exceção previstos, o Treinador substituto que acompanha a equipa deverá ser, preferencialmente, detentor de TPTD de Grau II e, no mínimo, de Grau I válido, exercendo a função em regime de coadjuvação. Mantém-se a obrigatoriedade de o Treinador substituto possuir cédula com data de validade em vigor.

O incumprimento das presentes regras será comunicado às entidades competentes, para os efeitos disciplinares e regulamentares aplicáveis.

E) Lista de Participantes

A lista de participantes em cada prova, bem como o respetivo tempo de inscrição, estarão disponíveis na página da FPN - **www.fpnatacao.pt** -3 dias antes do início da competição.

Os clubes ou nadadores individuais que detetem qualquer erro na lista de participantes, ou que desejem realizar desistências, deverão contactar, por escrito (correio eletrónico: **inscricoes@fpnatacao.pt**,) a FPN.

Estas correções ou desistências deverão ser comunicadas **até 48 horas antes do início da competição**. Terminado este prazo, não serão realizadas quaisquer alterações ao programa de provas.

Não serão permitidas substituições nem novas inscrições, após a saída da lista de participantes.

A FPN reserva o direito de após a saída da lista de participantes, e em caso de necessidade absoluta, poder retificar a mesma, comunicando em reunião de delegados dos clubes antes do início da competição.

MULTA POR NÃO COMPARÊNCIA
A não comparência de um nadador ou estafeta implica o pagamento de 100 €, exceto se apresentado atestado médico nas 48h seguintes, justificando a impossibilidade de participação na totalidade da sessão/jornada/campeonato.

MENORES DE IDADE
Nadadores individuais menores de idade, para efeitos de participação em competições nacionais sobre a égide da federação, têm de apresentar, para o efeito, um técnico responsável, que, devidamente capacitado, com a habilitação legalmente exigida para o desempenho da função, os acompanhará e orientará na respetiva participação competitiva.

F) Categorias / Escalões Etários — Época 2026/2027

Para a época vigente, os nadadores são agrupados, em ambos os sexos, nas seguintes categorias/escalões etários:

CATEGORIAS / ESCALÕES ETÁRIOS	MASCULINOS	FEMININOS
INFANTIS / INFANTIS B	2014	2014
INFANTIS / INFANTIS A	2013	2013
JUVENIS / JUVENIS B	2012	2012
JUVENIS / JUVENIS A	2011	2011
JUNIORES	2009-2010	2009-2010
SENIORES	2008 e + velhos	2008 e + velhas

SENIORES SUB 21
Nos regulamentos específicos, sempre que existirem definidos classificações e prémios para os Seniores SUB 21, serão considerados os nadadores (masculino e feminino) nascidos em 2008, 2007 e 2006.

F) Programas e Resultados

Os programas e resultados de provas estarão disponíveis *online* para *download* na área de documentos do site da FPN, e no link: https://www.swimrankings.net/index.php?page=CalendarList&SubPage=CURRENT&nationId=0&Nation=POR

H) Sistema de Competições — Eliminatórias e Finais

Final Direta: A prova terá final direta (sem eliminatórias) sempre que o número de inscritos for igual ou menor que o número de pistas na final.

Participação Opcional nas Eliminatórias: Nestes casos, os nadadores podem, se quiserem, nadar a prova no horário das eliminatórias.

- **Estatuto:** A participação será em regime "extra-competição", ou seja, o tempo obtido, embora oficial, não terá valor para a classificação.
- **Como solicitar:** O clube do nadador deve solicitar formalmente, para **inscricoes@fpnatacao.pt,** a participação após a publicação da *start list*.
- **Condição:** A participação depende da existência de pistas livres nas séries das eliminatórias.
- **Atribuição de Pistas:** As pistas vagas serão preenchidas pelos nadadores que fizeram o pedido, seguindo a ordem de colocação do melhor para o pior tempo de inscrição.

I) Subsídios

Os clubes terão direito a um subsídio de deslocação e estadia por nadador sempre que se cumpram os seguintes requisitos:

- No decorrer das provas dos campeonatos nacionais, um nadador de nacionalidade portuguesa, se classifique:
  - nos três primeiros lugares, em pelo menos uma prova individual, nos Campeonatos Nacionais de Juniores e Seniores de Piscina Curta; nos Campeonatos Absolutos de Portugal e Campeonatos Nacionais de Juvenis; nos Campeonatos Nacionais de Infantis (Infantis A e Infantis B) e nos Campeonatos Nacionais de Juvenis (Juvenis A e Juvenis B), Juniores e Absolutos;
  - No decorrer do campeonato, esse nadador, não realize um tempo superior ao Mínimo, em nenhuma das outras provas individuais.

> **CAMPEONATOS DE CLUBES**
> Nos Campeonatos Nacionais de Clubes, a FPN subsidiará 1 treinador e até 5 (cinco) nadadores por equipa participante na 1ª, 2ª e 3ª divisão, desde que os mesmos tenham participado em pelo menos uma das provas do programa, no montante individual correspondente à distância do Local da competição.

J) Horários das Competições

Os horários de cada campeonato poderão, por motivos vários, sofrer alterações. A FPN informará antecipadamente todas as Associações relativamente aos horários definitivos.

K) Júri da Competição

Protestos e outras situações inerentes à competição serão sujeitos à avaliação e deliberação do júri da competição que será composto por: Juiz Árbitro da Competição, o Diretor da Competição e por 1 Membro do Departamento Técnico.

L) Prémios

Todos os nadadores, com exceção dos nadadores de pódio, podem solicitar o Certificado Digital, pessoal e único da sua participação nas competições nacionais, conforme as taxas de emolumentos em vigor.

M) Modelo de Acesso aos Campeonatos Nacionais

Para cada uma das categorias será definido um mínimo de participação nas competições nacionais, anexo a), que garante a quem o obtiver a presença nas mesmas.
Os mínimos serão definidos separadamente para piscina curta e piscina longa, não sendo admitidas conversões de tempos entre tipologias de piscinas.

N) Casos Omissos

Serão julgados pela FPN.

2. Taça de Portugal — Formação e Rendimento

TAÇA DE PORTUGAL

Esta competição visa premiar os clubes que apresentem maior consistência de resultados nas principais competições nacionais, sendo disputada em dois níveis: Formação e Rendimento.

A) Taça de Portugal da Formação

Competições

Classificam para este troféu as seguintes competições:

A	Torneios de Fundo Torneios Nadador Completo
B	Campeonato Nacional Infantis – Verão Campeonato Nacional Juvenis – Inverno Campeonato Nacional Juvenis – Verão
C	Torneios Zonais de Infantis Torneios Zonais de Juvenis
D	Outros

Pontuações

A classificação final será encontrada através do somatório de pontos, em cada prova, nas competições referidas, de acordo com os seguintes critérios:

A	
1º Lugar	30
2º Lugar	27
3º Lugar	24
4º Lugar	21
5º Lugar	18
6º Lugar	15
7º Lugar	12
8º Lugar	9
9º Lugar	6
10º Lugar	3

B	
1º Lugar	20
2º Lugar	18
3º Lugar	16
4º Lugar	14
5º Lugar	12
6º Lugar	10
7º Lugar	8
8º Lugar	6
9º Lugar	4
10º Lugar	2

C	
1º Lugar	10
2º Lugar	9
3º Lugar	8
4º Lugar	7
5º Lugar	6
6º Lugar	5
7º Lugar	4
8º Lugar	3
9º Lugar	2
10º Lugar	1

D	
R.N. Categoria Individual	30
R.N. Categoria Estafeta	30
Presença Seleção Nac.	30

No Torneio de Fundo, Torneio Nadador Completo e Campeonato Nacional de Infantis, as pontuações são atribuídas em função das classificações finais nacionais.

PRÉMIOS
Top 8 clubes recebem prémio. Entrega no CN Juvenis da época seguinte. Classificação final anunciada até 30 de setembro.

Diversos

- Apenas é considerado 1 recorde nacional por marca alcançada.
- Nos casos em que um nadador esteja impedido de participar numa das competições pontuáveis (Competições B e C) por se encontrar em representação nacional, este receberá a pontuação máxima (correspondente ao 1º lugar) por cada uma das provas que nadar nessa mesma representação.
- A classificação final será anunciada até ao último dia da época decorrente (30 de setembro) de forma a contemplar os resultados Internacionais.

B) Taça de Portugal de Rendimento

Competições
Classificam para este troféu as seguintes competições:

A	C.. Nac. JUN, Sub21 e ABS – Open de Portugal / Astralpool Campeonato Nacional JUV, JUN e SEN
B	Campeonato Nacional Juniores e Seniores PC
C	Outros

Pontuações
A classificação final será encontrada através do somatório de pontos, em cada prova, nas competições referidas, de acordo com os seguintes critérios:

A	
1º Lugar	20
2º Lugar	18
3º Lugar	16
4º Lugar	14
5º Lugar	12
6º Lugar	10
7º Lugar	8
8º Lugar	6
9º Lugar	4
10º Lugar	2

B	
1º Lugar	10
2º Lugar	9
3º Lugar	8
4º Lugar	7
5º Lugar	6
6º Lugar	5
7º Lugar	4
8º Lugar	3
9º Lugar	2
10º Lugar	1

C	
R.N. Júnior Individual	30
R.N. Júnior Estafeta	30
Presença Seleção Júnior	30
R.N. Absoluto Individual	40
R.N. Absoluto Estafeta	40
R.N. Sénior	40
Presença Seleção Sénior / Absoluta	40

PRÉMIOS
Top 8 clubes recebem prémio. Entrega no CN Juniores e Seniores de Piscina Curta da época seguinte. Classificação final anunciada até 30 de setembro.

Diversos

- Apenas é considerado 1 recorde nacional por marca alcançada.
- Nos casos em que um nadador esteja impedido de participar numa das competições pontuáveis (Competições A e B) por se encontrar em representação nacional, este receberá a pontuação máxima (correspondente ao 1º lugar) por cada uma das provas que nadar nessa mesma representação.
- A classificação final será anunciada até ao último dia da época decorrente (30 de setembro) de forma a contemplar os resultados Internacionais.

3. Programa de Competições

O programa de competições regulamenta de forma específica cada uma das competições de âmbito nacional a ter lugar na época de 2026/2027.

A	Fase de Qualificação — CN de Clubes da 3.ª Divisão	24 out 2026

INTRODUÇÃO
A competição realizar-se-á em simultâneo no continente e nas ilhas. Na ANARA, as sessões começam uma hora mais cedo, de forma a cumprir a simultaneidade referida.

LOCAL	ANALEN – Sines
PARTICIPAÇÃO	Pré-inscrição obrigatória para clubes não apurados automaticamente, até 7 out 2026. Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores podem competir.
INSCRIÇÕES	E-mail: inscricoes@fpnatacao.pt até 13 out 2026. Máximo 12 nadadores/equipa. Estafetas: • Registar no ficheiro convite ao enviar a inscrição. • Alterações permitidas até 1 hora antes da sessão, no secretariado. • Nadadores da estafeta devem estar na lista oficial do clube. Tempos válidos: 1 out 2025 – 13 out 2026.
ADMISSÃO	Filiados até 13 out 2026. Estrangeiros: 2 provas em Portugal até essa data.

1.ª Sessão — 10h00	2.ª Sessão — 17h00
800m Livres Femininos	800m Livres Masculinos
100m Mariposa Masculinos	100m Mariposa Femininos
200m Mariposa Femininos	200m Mariposa Masculinos
100m Bruços Masculinos	100m Bruços Femininos
200m Bruços Femininos	200m Bruços Masculinos
50m Livres Masculinos	50m Livres Femininos
100m Livres Femininos	100m Livres Masculinos
100m Costas Masculinos	100m Costas Femininos
200m Costas Femininos	200m Costas Masculinos
400m Livres Masculinos	400m Livres Femininos
200m Estilos Femininos	200m Estilos Masculinos
—— ***INTERVALO*** ——	—— ***INTERVALO*** ——
4x100m Livres Masculinos	4x100m Livres Femininos
4x100m Estilos Femininos	4x100m Estilos Masculinos

REGRAS ESPECÍFICAS	**Representação:** Cada clube deve ter 1 nadador e 1 equipa de estafeta por prova. **Inscrição de Provas:** Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores podem competir no máximo em 3 provas individuais + estafetas. **Continuidade na Competição:** Um clube é eliminado se deixar de ter representação numa prova. Em caso de acidente ou motivo grave comprovado, pode: substituir o nadador por outro da equipa, com autorização do Juiz Árbitro, ou não participar na prova, sem pontuar, mas continuar em competição.

	Substituições: Máximo de 2 por sessão. Devem ser comunicadas por escrito, até 1 hora antes da sessão. O substituto tem que estar na lista oficial do clube. **Agrupamento por Séries:** Feito com base nos tempos de inscrição. Se não houver tempo ou for igual para vários clubes, a distribuição de pistas será aleatória.
APURAMENTO	4 primeiros clubes masculinos e femininos classificam-se para a 3.ª Divisão.

PONTUAÇÃO	Disputa Simultânea: As fases continental e insular decorrem em simultâneo. A classificação é definida pela ordenação dos tempos obtidos em ambas.
	Pontuação:
	• Os clubes são ordenados pelo total de pontos dos seus nadadores e estafetas.
	• Critério de pontuação:
	  • 1º lugar = Nº de clubes +1 pontos
	  • 2º lugar = Nº de clubes -1 pontos
	  • 3º lugar = Nº de clubes -2 pontos
	  • E assim sucessivamente, até o último obter 1 ponto.
	  • Desclassificados e desistências = 0 pontos.
	Desempate:
	1. Maior número de 1ºs lugares.
	2. Se necessário, considera-se o número de 2ºs, 3ºs lugares, e assim por diante.
	3. Persistindo o empate, usa-se o tempo mais pontuado, segundo a tabela WA em vigor.

B — Torneios Regionais de Fundo de Infantis e Juvenis

Até 22 nov (Juv)
Até 16 mai (Inf)

ORGANIZAÇÃO	Pelas Associações Territoriais (AT), em piscina de 25 m. Pode ser realizado em 1 ou 2 jornadas.
DATA	Escalão Juvenis: disputado até ao dia 22 de novembro de 2026. Escalão Infantis: disputado até ao dia 16 de maio de 2027.
PARTICIPAÇÃO	Infantis A e B + Juvenis A e B (M e F). Critérios de acesso definidos pela AT.

1.ª Sessão	2.ª Sessão
400m Estilos Fem (INF A e B)	400m Estilos Mas (INF A e B)
400m Estilos Fem (JUV A e B)	400m Estilos Mas (JUV A e B)
1500m Livres Mas (INF A e B)	800m Livres Fem (INF A e B)
1500m Livres Mas (JUV A e B)	800m Livres Fem (JUV A e B)

INSCRIÇÕES	As inscrições serão organizadas pelas Associações Territoriais.
REGRAS ESPECÍFICAS	Cada AT pode, de forma opcional, organizar este programa numa competição autónoma ou, em alternativa, optar por integrar esta prova noutra competição já existente, caso considere mais adequado. O programa deve incluir todas as provas obrigatórias. Pode ser realizado em 1 ou 2 jornadas, conforme as necessidades de cada Associação Territorial. Provas de 800m e 1500m livres: Partida regulamentar.
CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL	• Dividida por escalão (Inf B, Inf A, Juv B e Juv A) e género (masculino e feminino). • O resultado final corresponde ao somatório das pontuações obtidas nas 2 provas (1500 L/800 L e 400 E) que compõem o programa do torneio, de acordo com a tabela da World Aquatics (WA). • Os nadadores desclassificados numa ou mais provas somarão 0 pontos nessa(s) prova(s), mantendo-se, contudo, classificados através do somatório global das pontuações obtidas nas restantes provas. • Será elaborado um ranking nacional individual por escalão e género.

CLASSIFICAÇÃO COLETIVA	• Classificação coletiva por categoria: Infantis (Infantis A e B de ambos os géneros) e Juvenis (Juvenis A e B de ambos os géneros). • Em cada escalão e género, pontuam os 1, 2 ou 3 melhores nadadores classificados por clube. A classificação final coletiva resulta do somatório das pontuações obtidas em todos os escalões e géneros de cada categoria. • Será elaborado um ranking nacional coletivo de clubes.
PRÉMIOS	• Individuais: Top 3 de cada escalão e sexo recebe um prémio e Top 10 recebe diploma. • Coletivos: Top 3 clubes por categoria (Infantis e Juvenis) recebem prémio e Top 10 clubes recebem diploma. • Entrega: Infantis no Campeonato Nacional de Infantis e Juvenis no Campeonato Nacional de Juvenis.
OBSERVAÇÕES	**As ATs devem enviar os resultados para validação e homologação até 48 horas, após a data limite definida para realização desta competição. Importante para que possam sair com brevidade os rankings nacionais individuais e coletivos.**

C — Torneios do Nadador Completo de Infantis e Juvenis — Até 22 nov (Inf) / Até 16 mai (Juv)

ORGANIZAÇÃO	Pelas Associações Territoriais (AT), em piscina de 25 m. Pode ser realizado em 1 ou 2 jornadas.
DATA	Escalão Infantis: disputado até ao dia 22 de novembro de 2026. Escalão Juvenis: disputado até ao dia 16 de maio de 2027.
PARTICIPAÇÃO	Infantis A e B + Juvenis A e B (M e F). Critérios de acesso definidos pela AT.
PROVAS OBRIGATÓRIAS	Provas: • 200m Estilos • 100m Mariposa • 100m Costas • 100m Bruços • 100m Livres
INSCRIÇÕES	As inscrições serão organizadas pelas Associações Territoriais.
REGRAS ESPECÍFICAS	Cada AT pode, de forma opcional, organizar este programa numa competição autónoma ou, em alternativa, optar por integrar esta prova noutra competição já existente, caso considere mais adequado. O programa deve incluir todas as provas obrigatórias.
CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL	• Dividida por escalão (Inf B, Inf A, Juv B e Juv A) e género (masculino e feminino). • O resultado final corresponde ao somatório das pontuações obtidas nas 5 provas (200 E, 100 M, 100 C, 100 B e 100 L) que compõem o programa do torneio, de acordo com a tabela da World Aquatics (WA). • Os nadadores desclassificados numa ou mais provas somarão 0 pontos nessa(s) prova(s), mantendo-se, contudo, classificados através do somatório global das pontuações obtidas nas restantes provas. • Será elaborado um ranking nacional individual por escalão e género.
CLASSIFICAÇÃO COLETIVA	• Classificação coletiva por categoria: Infantis (Infantis A e B de ambos os géneros) e Juvenis (Juvenis A e B de ambos os géneros). • Em cada escalão e género, pontuam os 1, 2 ou 3 melhores nadadores classificados por clube. A classificação final coletiva resulta do somatório das pontuações obtidas em todos os escalões e géneros de cada categoria. • Será elaborado um ranking nacional coletivo de clubes.
PRÉMIOS	• Individuais: Top 3 de cada escalão e sexo recebe um prémio e Top 10 recebe diploma. • Coletivos: Top 3 clubes por categoria (Infantis e Juvenis) recebem prémio e Top 10 clubes recebem diploma.

	• Entrega: Infantis no Campeonato Nacional de Infantis e Juvenis no Campeonato Nacional de Juvenis, Juniores e Seniores.
OBSERVAÇÕES	**As ATs devem enviar os resultados para validação e homologação até 48 horas, após a data limite definida para realização desta competição. Importante para que possam sair com brevidade os rankings nacionais individuais e coletivos.**

D — Campeonato Nacional de Clubes da 3.ª Divisão — 27 nov 2026

LOCAL	ANCNP – Mealhada
PARTICIPAÇÃO	A competição realizar-se-á com os clubes apurados da fase de qualificação e na época anterior. Participam 32 clubes apurados. Têm vaga garantida, se fizerem a pré-inscrição: • 21º ao 24º lugar da 2ª Divisão (2025/2026). • 5º ao 28º lugar da 3ª Divisão (2025/2026). • 1º ao 4º lugar da Fase de Qualificação da 3ª Divisão (2026/2027).
CRITÉRIOS ADMISSÃO	Apenas podem competir nadadores filiados até 17 de novembro de 2026 na Federação Portuguesa de Natação. Nadadores estrangeiros devem ter participado em 2 competições, independentemente do clube, em Portugal, até 17 de novembro de 2026, desde sempre.
INSCRIÇÕES	Pré-inscrição obrigatória até 7 out 2026. Não realizar a pré-inscrição impede a participação no campeonato. Caso um ou mais clubes não se inscrevam, a repescagem será feita pelos clubes com melhores classificações na Fase de Qualificação. Se um clube fizer a pré-inscrição e não se inscrever ou não participar, será multado em 500€, salvo motivo excecionalmente grave, comprovado pela FPN Devem ser enviadas por e-mail para inscricoes@fpnatacao.pt, até 17 de novembro de 2026. Máx. 12 nadadores. Equipas de estafetas devem ser formadas no ficheiro convite ao enviar a inscrição. Alterações nas estafetas podem ser feitas até 1 hora antes da sessão no secretariado. Os nadadores da estafeta devem constar da lista oficial do clube. Tempos válidos: 1 out 2025 – 17 nov 2026.

1.ª Sessão — 9h00	2.ª Sessão — 16h00
800m Livres Femininos	800m Livres Masculinos
100m Mariposa Masculinos	100m Mariposa Femininos
200m Mariposa Femininos	200m Mariposa Masculinos
100m Bruços Masculinos	100m Bruços Femininos
200m Bruços Femininos	200m Bruços Masculinos
50m Livres Masculinos	50m Livres Femininos
100m Livres Femininos	100m Livres Masculinos
100m Costas Masculinos	100m Costas Femininos
200m Costas Femininos	200m Costas Masculinos
400m Livres Masculinos	400m Livres Femininos
200m Estilos Femininos	200m Estilos Masculinos
—— ***INTERVALO*** ——	—— ***INTERVALO*** ——
4x100m Livres Masculinos	4x100m Livres Femininos
4x100m Estilos Femininos	4x100m Estilos Masculinos

REGRAS ESPECÍFICAS	**Representação:** Cada clube deve ter 1 nadador e 1 equipa de estafetas por prova. **Inscrição de Provas:** Nadadores Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores podem competir no máximo em 3 provas individuais + estafetas. **Continuidade na Competição:** Um clube é eliminado se deixar de se representar numa prova. Exceção: Se um nadador não puder competir (por acidente ou motivo grave), o clube pode: substituir o nadador por outro da equipa, com autorização do júri; ou não participar na prova, sem pontuar, mas continuar em competição. **Substituições:** Máximo de 2 por sessão. Devem ser comunicadas por escrito, até 1 hora antes da sessão. O substituto deve estar na lista oficial do clube. **Organização por Séries:** Os clubes serão agrupados por séries, com base nos tempos de inscrição dos nadadores. Se não houver tempo ou for igual para mais de um clube, as pistas serão atribuídas aleatoriamente pelo programa de provas.
PONTUAÇÃO	Classificação e Pontuação Os clubes serão ordenados pelo somatório de pontos das provas individuais e estafetas. Desempate: • Número de 1º lugares obtidos pelo clube. • Se necessário, recorrer a 2ºs, 3ºs lugares e assim por diante. • Se ainda houver empate, resolve-se pelo melhor tempo, de acordo com a tabela de pontos da WA. Sistema de Pontuação: • 1º lugar: Nº de clubes + 1 • 2º lugar: Nº de clubes – 1 • 3º lugar: Nº de clubes – 2 • Continuar até o último classificado, que recebe 1 ponto. • Desclassificado ou Desistência: 0 pontos. • Empates: A pontuação da classificação é atribuída a empates entre nadadores ou estafetas, com os restantes a seguir o sistema normal.
PROMOÇÃO / DESPROMOÇÃO	Promoção: 1.º-4.º → 2.ª Divisão. Despromoção: 4 últimos → Fase de Qualificação. Não comparência: desce para Fase de Qualificação.
PRÉMIOS	Vencedores (M e F): Taça FPN + medalhas (até 12 nadadores). Restantes: troféus.

E — Campeonato Nacional de Clubes da 2.ª Divisão — 28-29 nov 2026

LOCAL	ANCNP – Mealhada
PARTICIPAÇÃO	Participam os 24 clubes apurados. Garantem participação (com pré-inscrição): • Clubes classificados entre o 14º e 16º lugar da 1ª Divisão (2025/2026). • Clubes classificados entre o 4º e 20º lugar da 2ª Divisão (2025/2026). • Clubes classificados entre o 1º e 4º lugar da 3ª Divisão (2025/2026).
CRITÉRIOS ADMISSÃO	Apenas podem competir nadadores filiados até 17 de novembro de 2026 na Federação Portuguesa de Natação. Nadadores estrangeiros devem ter participado em 2 competições, independentemente do clube, em Portugal, até 17 de novembro de 2026, desde sempre.
INSCRIÇÕES	Pré-inscrição obrigatória até 7 out 2026. Não realizar a pré-inscrição impede a participação no campeonato. Caso um ou mais clubes não se inscrevam, a repescagem será feita pelos clubes com classificação seguinte relativamente ao Campeonato Nacional de Clubes da 3ª Divisão da época anterior, sendo a sua vaga ocupada na 3ª Divisão, tendo em consideração as classificações na Fase de Qualificação.

	Se um clube fizer a pré-inscrição e não se inscrever ou não participar, será multado em 500€, salvo motivo excecionalmente grave, comprovado pela FPN Devem ser enviadas por e-mail para inscricoes@fpnatacao.pt, até 17 de novembro de 2026. Máx. 12 nadadores. Equipas de estafetas devem ser formadas no ficheiro convite ao enviar a inscrição. Alterações nas estafetas podem ser feitas até 1 hora antes da sessão no secretariado. Os nadadores da estafeta devem constar da lista oficial do clube. Tempos válidos: 1 out 2025 – 17 nov 2026.

28 Nov 1.ª — 9h30	28 Nov 2.ª — 16h30	29 Nov 3.ª — 9h30	29 Nov 4.ª — 16h30
400m Livres Fem	200m Mariposa Fem	800m Livres Fem	400m Estilos Fem
400m Livres Mas	200m Mariposa Mas	1500m Livres Mas	400m Estilos Mas
50m Mariposa Fem	100m Bruços Fem	50m Livres Fem	100m Livres Fem
50m Mariposa Mas	100m Bruços Mas	50m Livres Mas	100m Livres Mas
100m Costas Fem	200m Livres Fem	200m Bruços Fem	200m Costas Fem
100m Costas Mas	200m Livres Mas	200m Bruços Mas	200m Costas Mas
200m Estilos Fem	—— ***INTERVALO*** ——	50m Costas Fem	50m Bruços Fem
200m Estilos Mas	4×100m Estilos Fem	50m Costas Mas	50m Bruços Mas
—— ***INTERVALO*** ——	4×100m Estilos Mas	100m Mariposa Fem	—— ***INTERVALO*** ——
4×100m Livres Fem		100m Mariposa Mas	4×200m Livres Fem
4×100m Livres Mas			4×200m Livres Mas

REGRAS ESPECÍFICAS	**Representação:** Cada clube deve ter 1 nadador e 1 equipa de estafetas por prova. Inscrição de Provas: Nadadores Infantis, Juvenis, Juniores e Seniores podem competir no máximo em 3 provas individuais + estafetas. **Continuidade na Competição:** Um clube é eliminado se deixar de se representar numa prova. Exceção: Se um nadador não puder competir, o clube pode: substituir o nadador por outro da equipa, com autorização do júri; ou não participar na prova, sem pontuar, mas continuar em competição. **Substituições:** Máximo de 2 por sessão. Devem ser comunicadas por escrito, até 1 hora antes da sessão. O substituto deve estar na lista oficial do clube. **Organização por Séries:** Os clubes serão agrupados por séries, com base nos tempos de inscrição. Se não houver tempo ou for igual para mais de um clube, as pistas serão atribuídas aleatoriamente pelo programa de provas.
PONTUAÇÃO	Classificação e Pontuação Os clubes serão ordenados pelo somatório de pontos das provas individuais e estafetas. Desempate: • Número de 1º lugares obtidos pelo clube. • Se necessário, recorrer a 2ºs, 3ºs lugares e assim por diante. • Se ainda houver empate, resolve-se pelo melhor tempo, de acordo com a tabela de pontos da WA. Sistema de Pontuação: • 1º lugar: Nº de clubes + 1 • 2º lugar: Nº de clubes – 1 • 3º lugar: Nº de clubes – 2 • Continuar até o último classificado, que recebe 1 ponto. • Desclassificado ou Desistência: 0 pontos. • Empates: A pontuação da classificação é atribuída a empates entre nadadores ou estafetas, com os restantes a seguir o sistema normal.
PROMOÇÃO / DESPROMOÇÃO	Promoção: 1.º-3.º → 1.ª Divisão. Despromoção: 4 últimos → 3.ª Divisão. Não comparência: desce para Fase de Qualificação.

PRÉMIOS	Vencedores (M e F): Taça FPN + medalhas (até 12 nadadores). Restantes: troféus.

F	Torneio Zonal de Juvenis	4-6 dez 2026

LOCAL	Norte: ARNN – Bragança Sul: ANDL – Leiria
ORGANIZAÇÃO	A organização dos Torneios será responsabilidade de duas Associações Territoriais, que acolherão as restantes, divididas em duas zonas: Norte e Sul.
ZONAS	Norte: ANCNP, ANC, ANMIN, ANNP, ARNN Sul: ANALG, ANARA, ANDL, ANDS, ANIC, ANL, ANM, ANALEN
PARTICIPAÇÃO	**Zonas de Competição:** Os nadadores competirão nas zonas definidas para cada Associação Territorial. Juvenis com TAC (1 out 2025 – 22 nov 2026). Até 5 provas individuais + estafetas nas 3 jornadas/5 sessões. Exceção aos TACs: O nadador Juvenil que tenha obtido o Mínimo de acesso na prova de 200m de uma técnica poderá participar na prova de 100m da mesma técnica (sem ter obtido o Mínimo para esta prova), sendo obrigatória a participação no 200m dessa técnica. Participação nos 50m mariposa, 50m costas, 50m bruços e 100m estilos • O nadador Juvenil apenas pode participar nas provas de 50m mariposa, 50m costas e 50m bruços, desde que tenha mínimo de acesso, com participação obrigatória, na prova de 100m da mesma técnica. • O nadador Juvenil apenas pode participar nas provas de 100m estilos, desde que tenha mínimo de acesso, com participação obrigatória, na prova de 200m estilos.
INSCRIÇÕES	**Inscrições:** Devem ser entregues na Associação Territorial responsável, em data e local a definir por esta. **Equipas de Estafeta:** A constituição das equipas de estafeta deve ser feita no ficheiro convite ao enviar as inscrições, com o respetivo tempo de inscrição. Estafetas que não tenham 4 elementos de cada escalão etário (Juvenil A ou Juvenil B) podem participar como extracompetição, desde que tenham o TAC de Juvenil A, exceção para situações que cumpram as regras definidas nas disposições gerais do presente regulamento. **Alterações:** É permitido alterar a equipa de estafeta até 1 hora antes do início da sessão, no secretariado da Competição. **Lista Onomástica:** Os nadadores da estafeta devem constar da lista de participantes do clube na competição.

4 Dez 16h	5 Dez 9h	5 Dez 16h	6 Dez 9h	6 Dez 16h
50m Livres Fem/Mas	4×50m Estilos Misto	200m Livres Mas	4×50m Livres Misto	200m Livres Fem
400m Estilos Fem/Mas	800m Livres Fem	100m Livres Fem	1500m Livres Mas	100m Livres Mas
100m Costas Fem/Mas	400m Livres Mas	100m Bruços Mas	400m Livres Fem	100m Bruços Fem
50m Bruços Fem/Mas	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**
Medalhas	200m Bruços Fem	200m Mariposa Fem	200m Bruços Mas	200m Mariposa Mas
4×200m Livres Fem/Mas	200m Costas Mas	100m Mariposa Mas	200m Costas Fem	100m Mariposa Fem
Medalhas	200m Estilos Fem	50m Costas Mas	200m Estilos Mas	50m Costas Fem
	50m Mariposa Mas	4×100m Estilos Fem	50m Mariposa Fem	4×100m Estilos Mas
	Medalhas	4×100m Livres Mas	**Medalhas**	4×100m Livres Fem
		Medalhas		**Medalhas**

REGRAS ESPECÍFICAS	**Agrupamento por Séries:** Os nadadores serão agrupados por séries com base nos tempos de inscrição, independentemente do escalão etário. **Atribuição de Pistas:** Se houver mais de 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será aleatória pelo programa de provas.
CLASSIFICAÇÃO E PRÉMIOS	**Classificações:** Haverá classificações separadas por prova e escalão etário (Juvenil A e B). **Prémios por Prova:** Serão premiados os 3 primeiros classificados de cada prova, grupo de idade (Juvenil A e B) e sexo. **Prémios no Somatório:** Serão premiados os 3 primeiros classificados no somatório da pontuação da WA de 5 provas individuais, por grupo de idade (Juvenil A e B) e sexo.

G — CN Juniores e Seniores — Piscina Curta — 10-13 dez 2026

LOCAL	ANDS – Tomar
PARTICIPAÇÃO	A competição será organizada com eliminatórias pela manhã e finais à tarde. Juniores e Seniores com TAC entre 1 out 2025 – 1 dez 2026. Inscrição em n.º livre de provas (desde que com TAC). Se um nadador ou equipa de estafetas não comparecer à final e não comunicar à organização até 30 minutos após a última série da eliminatória, ou durante a sessão das eliminatórias no caso das estafetas, o Clube será penalizado em 50€, e o nadador individual também será penalizado.
INSCRIÇÕES	Até 1 dez 2026 para inscricoes@fpnatacao.pt. A constituição das equipas de estafeta deve ser feita no ficheiro convite ao enviar as inscrições, incluindo o tempo de inscrição. Aplicam-se as regras definidas nas disposições gerais do presente regulamento. Alterações à equipa de estafeta podem ser feitas até 1 hora antes da sessão, no secretariado. Os nadadores da estafeta devem constar da lista de participantes do clube.

10 Dez (Elm.) – 9h30m	11 Dez (Elm.) – 9h30m	12 Dez (Elm.) – 9h30m	13 Dez (Elm.) – 9h30m
4x50 Estilos Misto	1500 Livres Mas	4x50 Livres Misto	400 Livres Fem
400 Livres Mas	200 Livres Fem	1500 Livres Fem	100 Mariposa Mas
50 Bruços Fem	100 Livres Mas	200 Livres Mas	100 Mariposa Fem
50 Bruços Mas	100 Bruços Fem	100 Livres Fem	50 Costas Mas
200 Mariposa Fem	100 Bruços Mas	200 Bruços Mas	50 Costas Fem
200 Mariposa Mas	50 Mariposa Fem	200 Bruços Fem	200 Estilos Mas
50 Livres Fem	50 Mariposa Mas	100 Costas Mas	200 Estilos Fem
50 Livres Mas	400 Estilos Fem	100 Costas Fem	800 Livres Mas
200 Costas Fem	100 Estilos Mas	400 Estilos Mas	4x50 Estilos Fem
200 Costas Mas	4x50 Livres Fem	100 Estilos Fem	4x50 Estilos Mas
800 Livres Fem	4x50 Livres Mas		

10 Dez (Final) – 17h00m	11 Dez (Final) – 17h00m	12 Dez (Final) – 17h00m	13 Dez (Final) – 16h30m
50 Bruços Fem	200 Livres Fem	200 Livres Mas	100 Mariposa Mas
50 Bruços Mas	100 Livres Mas	100 Livres Fem	100 Mariposa Fem
200 Mariposa Fem	100 Bruços Fem	200 Bruços Mas	50 Costas Mas
200 Mariposa Mas	100 Bruços Mas	200 Bruços Fem	50 Costas Fem

10 Dez (Final) – 17h00m	11 Dez (Final) – 17h00m	12 Dez (Final) – 17h00m	13 Dez (Final) – 16h30m
800 Livres Fem	1500 Livres Mas	1500 Livres Fem	800 Livres Mas
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**
400 Livres Mas	50 Mariposa Fem	100 Costas Mas	400 Livres Fem
50 Livres Fem	50 Mariposa Mas	100 Costas Fem	200 Estilos Mas
50 Livres Mas	400 Estilos Fem	400 Estilos Mas	200 Estilos Fem
200 Costas Fem	100 Estilos Mas	100 Estilos Fem	**Medalhas**
200 Costas Mas	**Medalhas**	**Medalhas**	4x50 Estilos Mas
Medalhas	4x50 Livres Fem	4x50 Livres Misto	4x50 Estilos Fem
4x50 Estilos Misto	4x50 Livres Mas	**Medalhas**	**Medalhas**
Medalhas	**Medalhas**		

REGRAS ESPECÍFICAS	**Provas individuais:**
	• Uma final por categoria (Júnior e Sénior), exceto para as provas de 400m Estilos, 400m, 800m e 1500m Livres.
	• As provas de 400m Estilos, 400m, 800m e 1500m Livres serão disputadas em séries:
	  ○ Séries mais lentas nas eliminatórias.
	  ○ Séries mais rápidas nas finais (1 Júnior e 1 Sénior).
	  ○ Se houver empate no 8º tempo, o nadador mais velho será colocado na série rápida.
	Estafetas:
	• Seguem o sistema de séries:
	  ○ Séries mais lentas nas eliminatórias.
	  ○ Séries mais rápidas nas finais.
	Acesso à final:
	• Os 8 primeiros classificados das eliminatórias garantem a final.
	• Os 9º e 10º classificados serão suplentes.
	Número de pistas:
	• Eliminatórias, finais e séries rápidas serão disputadas em 8 pistas.
	Ordem das finais:
	• 1ª Final: Júnior.
	• 2ª Final: Sénior.

PRÉMIOS	**Classificação nas Finais:** Os nadadores serão classificados do 1º ao 8º lugar. **Provas por sistema de séries:** A classificação será determinada pelos tempos das séries. **Classificações:** Haverá classificações por prova, categoria e sexo. **Prémios:** • Prémios aos 3 primeiros classificados de cada prova nas categorias Júnior e Sénior. • Na final Sénior, também serão premiados os 3 primeiros Seniores Sub21. Apenas nas provas individuais. • Se algum dos pódios Sénior, mencionados no ponto anterior, não estiver completo, os prémios seguintes serão atribuídos pela ordem das eliminatórias.

H Campeonato Nacional de Clubes da 1.ª Divisão — 19-20 dez 2026

LOCAL	ANALGARVE – Albufeira
PARTICIPAÇÃO	Participam os 16 clubes apurados. • 1º e 13º lugar do Campeonato Nacional de Clubes da 1ª Divisão (2025/2026). • 1º e 3º lugar do Campeonato Nacional de Clubes da 2ª Divisão (2025/2026).

CRITÉRIOS ADMISSÃO	Apenas podem competir nadadores filiados até 17 de novembro de 2026 na Federação Portuguesa de Natação. Nadadores estrangeiros devem ter participado em 2 competições, independentemente do clube, em Portugal, até 8 de dezembro de 2026, desde sempre.
INSCRIÇÕES	Pré-inscrição obrigatória até 7 out 2026. Não realizar a pré-inscrição impede a participação no campeonato. Caso um ou mais clubes não se inscrevam, a repescagem será feita pelos clubes com classificação seguinte relativamente ao Campeonato Nacional de Clubes da 3ª Divisão da época anterior, sendo a sua vaga ocupada na 2ª Divisão, tendo em consideração as classificações na divisão inferior. Se um clube fizer a pré-inscrição e não se inscrever ou não participar, será multado em 500€, salvo motivo excecionalmente grave, comprovado pela FPN Devem ser enviadas por e-mail para inscricoes@fpnatacao.pt, até 8 de dezembro de 2026. Máx. 12 nadadores. Equipas de estafetas devem ser formadas no ficheiro convite ao enviar a inscrição. Alterações nas estafetas podem ser feitas até 1 hora antes da sessão no secretariado. Os nadadores da estafeta devem constar da lista oficial do clube. Tempos válidos: 1 out 2025 – 8 dez 2026.

19 Dez 1.ª — 9h30	19 Dez 2.ª — 17h00	20 Dez 3.ª — 9h30	20 Dez 4.ª — 16h30
400 Livres Fem	200 Mariposa Fem	800 Livres Fem	400 Estilos Fem
400 Livres Mas	200 Mariposa Mas	1500 Livres Mas	400 Estilos Mas
50 Mariposa Fem	100 Bruços Fem	50 Livres Fem	100 Livres Fem
50 Mariposa Mas	100 Bruços Mas	50 Livres Mas	100 Livres Mas
100 Costas Fem	200 Livres Fem	200 Bruços Fem	200 Costas Fem
100 Costas Mas	200 Livres Mas	200 Bruços Mas	200 Costas Mas
200 Estilos Fem	—— ***INTERVALO*** ——	50 Costas Fem	50 Bruços Fem
200 Estilos Mas	4x100 Estilos Fem	50 Costas Mas	50 Bruços Mas
—— ***INTERVALO*** ——	4x100 Estilos Mas	100 Mariposa Fem	—— ***INTERVALO*** ——
4x100 Livres Fem		100 Mariposa Mas	4x200 Livres Fem
4x100 Livres Mas			4x200 Livres Mas

REGRAS ESPECÍFICAS	**Representação:** Cada clube deve ter um nadador(a) e uma equipa de estafetas por prova. Nadadores das categorias Infantil, Juvenil, Júnior e Sénior podem ser inscritos em até 3 provas individuais e estafetas. **Não Comparência:** Se um clube não se representar devidamente em uma prova, será considerado como não comparência. Situação excecional (acidente): substituição do nadador por outro da equipa, com autorização do Juiz Árbitro; ou o clube pode não participar, sem pontuar, mas permanece na competição. **Substituições:** Máximo de 2 por sessão. Substituições devem ser feitas por nadadores da lista onomástica. Comunicação das alterações à organização até 1 hora antes do início da sessão, por escrito. **Atribuição de Pistas:** Clubes agrupados por ordem de classificação em cada sessão. Para a sessão seguinte: 2ª Série: Pista 4 → clube classificado em 1º lugar; Pista 5 → clube classificado em 2º lugar; assim sucessivamente até 1ª Série: Pista 8 → clube classificado em 16º lugar.
CLASSIFICAÇÃO E PRÉMIOS	**Classificação e Pontuação:** Os clubes serão ordenados pelo somatório de pontos das provas individuais e estafetas. **Sistema de Pontuação:** • 1º lugar: Nº de clubes + 1 • 2º lugar: Nº de clubes – 1 • 3º lugar: Nº de clubes – 2 • Continuar até o último classificado, que recebe 1 ponto.

	• Desclassificado ou Desistência: 0 pontos. • Empates: A pontuação da classificação é atribuída a empates entre nadadores ou estafetas, com os restantes a seguir o sistema normal. **Transição entre Divisões:** • 14º, 15º e 16º lugares nos Campeonatos da 1ª Divisão masculina e feminina transitarão para a 2ª Divisão na época seguinte. • Se um clube não comparecer, desce para a Fase de Qualificação. **Prémios:** • Clubes vencedores (masculino e feminino) da 1ª Divisão recebem a Taça FPN. • Nadadores dos clubes vencedores (máximo de 12) recebem medalhas. • Os restantes clubes recebem troféus conforme a classificação.

I Torneios Zonais de Infantis — 26-28 fev 2027

LOCAL	Norte: ANC – Cantanhede Sul: ANALEN – Sines
ORGANIZAÇÃO	A organização dos Torneios será responsabilidade de duas Associações Territoriais (AT), que irão acolher as restantes, divididas em duas zonas: Norte e Sul.
ZONAS	Norte: ANCNP, ANC, ANMIN, ANNP, ARNN Sul: ANALG, ANARA, ANDL, ANDS, ANIC, ANL, ANM, ANALEN
PARTICIPAÇÃO	**Zonas de Competição:** Os nadadores competirão nas zonas definidas para cada AT. Infantis com TAC (1 jan 2026 – 16 fev 2027). Até 5 provas individuais + estafetas nas 3 jornadas/5 sessões. Exceção aos TACs: O nadador Infantil que tenha obtido o Mínimo de acesso na prova de 200m de uma técnica poderá participar na prova de 100m da mesma técnica (sem ter obtido o Mínimo para esta prova), sendo obrigatória a participação no 200m dessa técnica. O nadador Infantil apenas pode participar nos 50m Livres desde que tenha o mínimo de acesso e participe na prova de 100m Livres.
INSCRIÇÕES	**Inscrições:** Devem ser entregues na Associação Territorial responsável, em data e local a definir por esta. **Equipas de Estafeta:** A constituição das equipas de estafeta deve ser feita no ficheiro convite ao enviar as inscrições, com o respetivo tempo de inscrição. Estafetas que não tenham 4 elementos de cada escalão etário (Infantil A ou Infantil B) podem participar como extracompetição, desde que tenham o TAC de Infantil A, exceção para situações que cumpram as regras definidas nas disposições gerais do presente regulamento. **Alterações:** É permitido alterar a equipa de estafeta até 1 hora antes do início da sessão, no secretariado da Competição. **Lista Onomástica:** Os nadadores da estafeta devem constar da lista de participantes do clube na competição.

26 Fev 16h	27 Fev 9h	27 Fev 16h	28 Fev 9h	28 Fev 16h
400 Estilos Fem	800 Livres Fem	200 Livres Mas	1500 Livres Mas	200 Livres Fem
400 Estilos Mas	400 Livres Mas	100 Livres Fem	400 Livres Fem	100 Livres Mas
100 Costas Fem	200 Bruços Fem	100 Bruços Mas	200 Bruços Mas	100 Bruços Fem
100 Costas Mas	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**
50 Livres Fem	200 Costas Mas	200 Mariposa Fem	200 Costas Fem	200 Mariposa Mas
50 Livres Mas	200 Estilos Fem	100 Mariposa Mas	200 Estilos Mas	100 Mariposa Fem
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**

4x200 Livres Fem		4x100 Estilos Fem		4x100 Estilos Mas
4x200 Livres Mas		4x100 Livres Mas		4x100 Livres Fem
Medalhas		**Medalhas**		**Medalhas**

REGRAS ESPECÍFICAS	**Agrupamento por Séries**: Os nadadores serão agrupados por séries com base nos tempos de inscrição, independentemente do escalão etário. **Atribuição de Pistas**: Se houver mais de 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será aleatória pelo programa de provas.
CLASSIFICAÇÃO E PRÉMIOS	**Classificações**: Haverá classificações separadas por prova e escalão etário. **Prémios por Prova**: Serão premiados os 3 primeiros classificados de cada prova, grupo de idade e sexo. **Prémios no Somatório**: Serão premiados os 3 primeiros classificados no somatório da pontuação da WA das 5 provas individuais, por grupo de idade e sexo.

J — Campeonato Nacional de Juvenis — 2-4 abr 2027

LOCAL	ANL – Oeiras (Jamor)
PARTICIPAÇÃO	Têm direito a participar os nadadores e as equipas de estafeta da categoria Juvenil A e B (Masculinos e Femininos) que tenham obtido o TAC nas distâncias e técnicas dos respetivos escalões, entre 1 de janeiro de 2026 e 23 de março de 2027.
CRITÉRIOS ADMISSÃO	**Participação:** Podem participar nadadores e equipas de estafeta, 1 por clube, escalão etário e sexo, da categoria de Juvenis, que tenham obtido o TAC (Anexo a), nas respetivas distâncias e técnicas. **Inscrição:** Cada nadador pode ser inscrito em 5 provas individuais mais as estafetas ao longo das 3 jornadas/5 sessões, sem limite por sessão. **Exceção aos TACs:** O nadador Juvenil que tenha obtido o Mínimo de acesso na prova de 200m de uma técnica poderá participar na prova de 100m da mesma técnica (sem ter obtido o Mínimo para esta prova), sendo obrigatória a participação nos 200m dessa técnica. Participação nos 50m mariposa, 50m costas, 50m bruços: O nadador Juvenil apenas pode participar nestas provas desde que tenha mínimo de acesso, com participação obrigatória, na prova de 100m da mesma técnica.
INSCRIÇÕES	Inscrições devem ser realizadas por e-mail para inscricoes@fpnatacao.pt até 23 de março de 2027. A constituição das equipas de estafeta deve ser feita no ficheiro convite, com o tempo de inscrição indicado. A alteração da equipa de estafetas pode ser feita até 1 hora antes do início da sessão, no secretariado da competição. Os nadadores da estafeta devem constar da lista de participantes do clube. Estafetas que não tenham 4 elementos de cada escalão etário (Juvenil A ou Juvenil B) podem participar como extracompetição, desde que tenham o TAC de Juvenil A, exceção para situações que cumpram as regras definidas nas disposições gerais do presente regulamento.

2 Abr–16h00m / 1ª	3 Abr–9h00m / 2ª Sessão	3 Abr–16h00m / 3ª	4 Abr–9h00m / 4ª Sessão	4 Abr–16h00m / 5ª
400 Estilos Fem	800 Livres Fem	200 Livres Mas	1500 Livres Mas	200 Livres Fem
400 Estilos Mas	400 Livres Mas	100 Livres Fem	400 Livres Fem	100 Livres Mas
50 Bruços Fem	200 Bruços Fem	100 Bruços Mas	200 Bruços Mas	100 Bruços Fem
50 Bruços Mas	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**
100 Costas Fem	200 Costas Mas	200 Mariposa Fem	200 Costas Fem	200 Mariposa Mas
100 Costas Mas	200 Estilos Fem	100 Mariposa Mas	200 Estilos Mas	100 Mariposa Fem
50 Livres Fem	50 Mariposa Mas	50 Costas Fem	**Medalhas**	**Medalhas**
50 Livres Mas	50 Mariposa Fem	50 Costas Mas	4x100 Livres Misto	4x100 Estilos Mas
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**	4x100 Livres Fem

2 Abr–16h00m / 1ª	3 Abr–9h00m / 2ª Sessão	3 Abr–16h00m / 3ª	4 Abr–9h00m / 4ª Sessão	4 Abr–16h00m / 5ª
4x200 Livres Fem	4x100 Estilos Misto	4x100 Estilos Fem		**Medalhas**
4x200 Livres Mas	**Medalhas**	4x100 Livres Mas		
Medalhas		**Medalhas**		

REGRAS ESPECÍFICAS	**Agrupamento por Séries:** Os nadadores serão agrupados por séries com base nos tempos de inscrição, independentemente do escalão etário. **Atribuição de Pistas:** Se houver mais de 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será aleatória pelo programa de provas.
CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS	**Classificações:** Haverá classificações separadas por prova e escalão etário. **Prémios por Prova:** Serão premiados os 3 primeiros classificados de cada prova, grupo de idade e sexo. **Prémios no Somatório:** Serão premiados os 3 primeiros classificados no somatório da pontuação da WA das 5 provas individuais, por grupo de idade e sexo.

K — CN JUN, Sub21 e ABS — Open de Portugal / Astralpool — 8-11 abr 2027

LOCAL	ANC – Coimbra
PARTICIPAÇÃO	**Participantes:** Nadadores nacionais ou estrangeiros (apenas no Open) que cumpram os critérios de admissão entre 1 de janeiro de 2026 e 30 de março de 2027. **Provas de 800m e 1500m livres:** Série rápida à tarde, restantes provas pela manhã. **Provas Individuais:** Sistema de eliminatórias e Final Absoluta A (10 melhores absolutos), B (10 seguintes tempos só de seniores e juvenis) e C (10 seguintes tempos só de juniores). **Provas de Estafetas — Juniores:** Disputadas pela manhã no sistema de séries. **Provas de Estafetas** — Absolutas: Disputadas à tarde no sistema de séries.
CRITÉRIOS DE ADMISSÃO	**Participação:** Podem participar nadadores e equipas de estafeta, 1 por clube, escalão etário e sexo, que tenham obtido o TAC (Anexo a), nas respetivas distâncias e técnicas. Aplicam-se igualmente as regras definidas nas disposições gerais do presente regulamento. **Júnior e Sénior:** Máximo de 7 provas individuais nas 4 jornadas. **Finais:** Participação de até 2 nadadores estrangeiros na Final A e 2 na Final B. **Ordem das Finais:** Final A – Final B – Final C **Nota:** Podem ainda participar nadadores juvenis, com inscrição no máximo em 5 provas individuais, desde que cumpram o TAC dos juniores de 1º ano, nos prazos definidos, cumprindo igual prazo de inscrição e participando na categoria Absoluta e Open.
INSCRIÇÕES	As inscrições devem ser enviadas por e-mail para inscricoes@fpnatacao.pt até 30 de março de 2027.

Sessões de Manhã (Eliminatórias)

8 Abr–9h30m / 1ª Sessão	9 Abr–9h30m / 3ª Sessão	10 Abr–9h30m / 5ª Sessão	11 Abr–9h30m / 7ª Sessão
1500 Livres Fem	1500 Livres Mas	200 Livres Mas	800 Livres Mas
400 Livres Mas	400 Livres Fem	200 Livres Fem	50 Livres Fem
100 Bruços Fem	50 Mariposa Mas	200 Costas Mas	50 Livres Mas
100 Bruços Mas	50 Mariposa Fem	200 Costas Fem	200 Mariposa Fem
100 Livres Fem	100 Costas Mas	100 Mariposa Mas	200 Mariposa Mas
100 Livres Mas	100 Costas Fem	100 Mariposa Fem	50 Costas Fem
200 Estilos Fem	200 Estilos Mas	50 Bruços Mas	50 Costas Mas
400 Estilos Mas	400 Estilos Fem	50 Bruços Fem	200 Bruços Fem
4x200 Livres Fem	4x100 Livres Mas	4x100 Estilos Mas	200 Bruços Mas

4x200 Livres Mas	4x100 Livres Fem	4x100 Estilos Fem	800 Livres Fem
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	4x100 Estilos Misto
			Medalhas

Sessões de Tarde (Finais)

8 Abr–17h00m / 2ª Sessão	9 Abr–17h00m / 4ª Sessão	10 Abr–17h00m / 6ª Sessão	11 Abr–16h30m / 8ª Sessão
400 Livres Mas	400 Livres Fem	200 Livres Mas	200 Mariposa Fem
100 Bruços Fem	50 Mariposa Mas	200 Livres Fem	200 Mariposa Mas
100 Bruços Mas	50 Mariposa Fem	200 Costas Mas	50 Livres Fem
1500 Livres Fem	1500 Livres Mas	200 Costas Fem	50 Livres Mas
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	800 Livres Fem
100 Livres Mas	100 Costas Fem	100 Mariposa Mas	**Medalhas**
100 Livres Fem	100 Costas Mas	100 Mariposa Fem	50 Costas Mas
400 Estilos Mas	400 Estilos Fem	50 Bruços Mas	50 Costas Fem
200 Estilos Fem	200 Estilos Mas	50 Bruços Fem	200 Bruços Mas
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	200 Bruços Fem
4x200 Livres Mas	4x100 Livres Fem	4x100 Estilos Mas	800 Livres Mas
4x200 Livres Fem	4x100 Livres Mas	4x100 Estilos Fem	Medalhas
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	4x100 Estilos Misto
			Medalhas

REGRAS ESPECÍFICAS	Nas provas individuais, os nadadores serão agrupados por séries conforme os tempos de inscrição, independentemente da categoria. Caso haja mais de um nadador com o mesmo tempo, a atribuição de pistas será aleatória. Nas provas de estafetas, as equipas serão agrupadas por séries conforme os tempos de inscrição. Caso haja mais de um clube com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será aleatória.
CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS	Haverá classificações separadas por prova e escalão: Juniores, Seniores SUB 21, Absolutos e Open. Nas provas individuais: A classificação Júnior será nas finais A e C. A classificação Open, Seniores SUB 21 e absoluta será nas finais A e B. Nas provas de estafetas: A classificação Júnior será definida nas séries da parte da manhã. A classificação Open e Absoluta será definida nas séries da parte da tarde. Haverá prémios para os três primeiros classificados em: Juniores, Seniores SUB 21 e absolutos. O primeiro da classificação Open. Nota – Classificação Sub21 (Seniores) e juniores: Será definida nas finais A. Se não for suficiente, a classificação será definida nas finais B para seniores Sub21. Se não for suficiente, a classificação será definida nas finais C para juniores.

L — Campeonato Nacional de Infantis — 23-25 jul 2027

LOCAL	ANALEN – Reguengos de Monsaraz
PARTICIPAÇÃO	Nadadores: Infantis A e B, Masculinos e Femininos. Nadadores não portugueses: Só podem competir como extracompetição.
CRITÉRIOS DE ADMISSÃO	**Participação:** Nadadores e equipas de estafeta da categoria Infantis, com o TAC (Anexo a), nas distâncias e técnicas entre 1 de outubro de 2026 e 13 de julho de 2027. **Limite de Provas:** Cada nadador pode ser inscrito em até 5 provas individuais e nas estafetas durante as 3 jornadas/5 sessões dos Campeonatos, sem limite por sessão.

	Estafetas que não tenham 4 elementos de cada escalão etário (Infantil A ou Infantil B) podem participar como extracompetição, desde que tenham o TAC de Infantil A, exceção para situações que cumpram as regras definidas nas disposições gerais do presente regulamento. **Participação nas Provas:** O nadador Infantil que tenha o Mínimo de acesso na prova de 200m de uma técnica pode participar também na prova de 100m da mesma técnica, mesmo sem o Mínimo para esta prova. A participação na prova de 200m dessa técnica é obrigatória. O nadador Infantil apenas pode participar nos 50m Livres caso tenha o mínimo de acesso e participe na prova de 100m Livres.
INSCRIÇÕES	As inscrições devem ser enviadas por e-mail para inscricoes@fpnatacao.pt até 13 de julho de 2027.

Programa

23 Jul–16h00m / 1ª Sessão	24 Jul–9h00m / 2ª Sessão	24 Jul–16h00m / 3ª Sessão	25 Jul–9h00m / 4ª Sessão	25 Jul–16h00m / 5ª Sessão
400 Estilos Fem	800 Livres Fem	200 Livres Mas	1500 Livres Mas	200 Livres Fem
400 Estilos Mas	400 Livres Mas	100 Livres Fem	400 Livres Fem	100 Livres Mas
100 Costas Fem	200 Bruços Fem	100 Bruços Mas	200 Bruços Mas	100 Bruços Fem
100 Costas Mas	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**
50 Livres Fem	200 Costas Mas	200 Mariposa Fem	200 Costas Fem	200 Mariposa Mas
50 Livres Mas	200 Estilos Fem	100 Mariposa Mas	200 Estilos Mas	100 Mariposa Fem
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**	**Medalhas**
4x200 Livres Fem	4x100 Estilos Misto	4x100 Estilos Fem	4x100 Livres Misto	4x100 Estilos Mas
4x200 Livres Mas	**Medalhas**	4x100 Livres Mas	**Medalhas**	4x100 Livres Fem
Medalhas		**Medalhas**		**Medalhas**

REGRAS ESPECÍFICAS	**Agrupamento por Séries:** Os nadadores serão agrupados por séries com base nos tempos de inscrição, independentemente do escalão etário. **Atribuição de Pistas:** Se houver mais de 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será aleatória pelo programa de provas.
CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS	**Classificações:** Haverá classificações separadas por prova e escalão etário. **Prémios por Prova:** Serão premiados os 3 primeiros classificados de cada prova, grupo de idade e sexo. **Prémios no Somatório:** Serão premiados os 3 primeiros classificados no somatório da pontuação da WA das 5 provas individuais, por grupo de idade e sexo.

M — CN Juvenis, Juniores e Seniores (Piscina Longa) — 29 jul – 1 ago 2027

LOCAL	ANC – Coimbra
PARTICIPAÇÃO	A competição será organizada com eliminatórias pela manhã e finais à tarde. Participação: Nadadores Juvenis, Juniores e Seniores (Masculino e Feminino). Nadadores não Portugueses: Só podem competir como extracompetição e nas eliminatórias.
CRITÉRIOS DE ADMISSÃO	**Participação:** Nadadores que cumpram o TAC (Anexo a), nas distâncias e técnicas da respetiva categoria, entre 1 de janeiro de 2026 e 20 de julho de 2027. **TAC:** Nas provas individuais respeitam os respetivos escalões etários. Nas provas de estafetas serão considerados apenas os TACs de Seniores, Juniores e Juvenis A, exceção para situações que cumpram as regras definidas nas disposições gerais do presente regulamento. **Exceção aos TACs:** O nadador Juvenil que tenha obtido o Mínimo de acesso na prova de 200m de uma técnica poderá participar na prova de 100m da mesma técnica (sem ter obtido o Mínimo para esta prova), sendo obrigatória a participação nos 200m dessa técnica.

	Participação nos 50m mariposa, 50m costas, 50m bruços: O nadador Juvenil apenas pode participar nestas provas desde que tenha mínimo de acesso, com participação obrigatória, na prova de 100m da mesma técnica. **Provas Individuais:** Sistema de eliminatórias e Final (Final Juvenil, Final Júnior, Final Sénior: 10 melhores tempos por categoria). Exceção: Provas de 400m, 800m, 1500m Livres e 400m Estilos, disputadas em sistema de séries (série rápida à tarde). **Provas de Estafetas:** Juvenis, disputadas de manhã no sistema de séries. Juniores e Seniores, disputadas à tarde no sistema de séries. **Limite de Inscrição:** Nadador Juvenil: até 5 provas individuais ao longo das 4 jornadas. Nadador Júnior e Sénior: até 7 provas individuais ao longo das 4 jornadas.
INSCRIÇÕES	As inscrições devem ser enviadas por e-mail para inscricoes@fpnatacao.pt até 20 de julho de 2027.

Programa – Sessões de Manhã (Eliminatórias)

29 Jul–9h00m / 1ª Sessão	30 Jul–9h00m / 3ª Sessão	31 Jul–9h00m / 5ª Sessão	1 Ago–9h00m / 7ª Sessão
1500 Livres Fem	1500 Livres Mas	200 Livres Mas	800 Livres Mas
400 Livres Mas	400 Livres Fem	200 Livres Fem	50 Livres Fem
100 Bruços Fem	50 Mariposa Mas	200 Costas Mas	50 Livres Mas
100 Bruços Mas	50 Mariposa Fem	200 Costas Fem	200 Mariposa Fem
100 Livres Fem	100 Costas Mas	100 Mariposa Mas	200 Mariposa Mas
100 Livres Mas	100 Costas Fem	100 Mariposa Fem	50 Costas Fem
200 Estilos Fem	200 Estilos Mas	50 Bruços Mas	50 Costas Mas
400 Estilos Mas	400 Estilos Fem	50 Bruços Fem	200 Bruços Fem
4x200 Livres Fem	4x100 Livres Mas	4x100 Estilos Mas	200 Bruços Mas
4x200 Livres Mas	4x100 Livres Fem	4x100 Estilos Fem	800 Livres Fem
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	4x100 Estilos Misto
			Medalhas

Programa – Sessões de Tarde (Finais)

29 Jul–17h00m / 2ª Sessão	30 Jul–17h00m / 4ª Sessão	31 Jul–17h00m / 6ª Sessão	1 Ago–16h30m / 8ª Sessão
400 Livres Mas	400 Livres Fem	200 Livres Mas	200 Mariposa Fem
100 Bruços Fem	50 Mariposa Mas	200 Livres Fem	200 Mariposa Mas
100 Bruços Mas	50 Mariposa Fem	200 Costas Mas	50 Livres Fem
1500 Livres Fem	1500 Livres Mas	200 Costas Fem	50 Livres Mas
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	800 Livres Fem
100 Livres Mas	100 Costas Fem	100 Mariposa Mas	**Medalhas**
100 Livres Fem	100 Costas Mas	100 Mariposa Fem	50 Costas Mas
400 Estilos Mas	400 Estilos Fem	50 Bruços Mas	50 Costas Fem
200 Estilos Fem	200 Estilos Mas	50 Bruços Fem	200 Bruços Mas
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	200 Bruços Fem
4x200 Livres Mas	4x100 Livres Fem	4x100 Estilos Mas	800 Livres Mas
4x200 Livres Fem	4x100 Livres Mas	4x100 Estilos Fem	Medalhas
Medalhas	**Medalhas**	**Medalhas**	4x100 Estilos Misto
			Medalhas

REGRAS ESPECÍFICAS	**Provas Individuais:** Nadadores agrupados por séries de eliminatórias, com base nos tempos de inscrição, independentemente da categoria. **Provas de Estafetas:** Sistema de séries, realizadas de manhã para os Juvenis, e à tarde para Juniores e Seniores.

	Provas de 400m, 800m, 1500m Livres e 400m Estilos: Série rápida à tarde independentemente do escalão. **Ordem das Finais:** Final Sénior – Final Júnior – Final Juvenil **Atribuição de Pistas:** Se houver nadadores com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição das pistas será aleatória, feita pelo programa de provas.
CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS	**Classificação:** Separada por prova e categoria (Juvenil, Júnior, Sénior). **Provas Individuais:** Classificação nas finais para Juvenil, Júnior e Sénior. Exceção: 400m, 800m e 1500m Livres e 400m Estilos serão em sistema de séries. **Provas de Estafetas:** Classificação para Juvenil de manhã, Júnior e Sénior será à tarde. **Prémios:** Prémios para os 3 primeiros classificados de cada categoria (Juvenil, Júnior, Sénior).

4. Anexos — Tempos de Admissão (TAC)

Tempos mínimos de qualificação para as várias competições nacionais, separados por Piscina Longa (50m) e Piscina Curta (25m).

Piscina Longa | masculino e feminino | estafetas mistas

	CAMPEONATOS NACIONAIS JUN/SEN				CN JUV - JULHO		CN JUV - MAR/ABR		CN INF - JULHO		TORNEIOS ZONAIS			
	+2%	*+3%*	*+4%*	*+7%*	*R.J.-1-2%*	*R.J.-1-2%*	*REF*	*REF*	*CONV.*	*CONV.*	*R.J.+1%*	*R.J.+1%*	*CONV.*	*CONV.*
PROVA	Sénior	Sub21	Júnior	1ºJúnior	Juv A-Jul	Juv B-Jul	Juv A-Mar	Juv B-Mar	Inf A	Inf B	Juv A (Zon)	Juv B (Zon)	Inf A (Zon)	Inf B (Zon)
▶ MASCULINOS														
50 L	24.51	24.75	24.99	25.71	26.40	27.59	26.92	28.14			27.19	28.42		
100 L	53.49	54.02	54.54	56.12	57.45	1:00.04	58.60	1:01.24	1:04.45	1:08.63	59.19	1:01.86	1:06.45	1:10.74
200 L	1:57.74	1:58.90	2:00.05	2:03.52	2:06.62	2:12.33	2:09.16	2:14.97	2:22.07	2:31.36	2:10.45	2:16.32	2:26.45	2:35.89
400 L	4:09.11	4:11.55	4:13.99	4:21.32	4:27.74	4:39.81	4:33.10	4:45.40	5:00.29	5:19.59	4:35.83	4:48.26	5:09.66	5:29.64
800 L	8:40.90	8:46.01	8:51.11	9:06.43	9:17.32	9:42.43								
1500 L	16:36.17	16:45.93	16:55.70	17:25.00	17:47.76	18:35.86	18:09.12	18:58.18	19:25.23	19:48.91	18:20.01	19:09.56	20:11.84	20:36.47
50 C	28.28	28.56	28.83	29.67										
100 C	1:00.69	1:01.28	1:01.88	1:03.66	1:05.47	1:08.42	1:06.45	1:09.44	1:12.87	1:17.60	1:07.12	1:10.14	1:15.35	1:20.21
200 C	2:14.46	2:15.78	2:17.10	2:21.05	2:25.17	2:31.71	2:27.35	2:33.99	2:41.30	2:51.69	2:28.82	2:35.53	2:47.07	2:57.85
50 B	31.14	31.44	31.75	32.66										
100 B	1:08.75	1:09.43	1:10.10	1:12.12	1:14.10	1:17.44	1:15.21	1:18.60	1:22.73	1:28.11	1:15.96	1:19.38	1:25.28	1:30.78
200 B	2:30.83	2:32.31	2:33.79	2:38.23	2:41.98	2:49.28	2:44.41	2:51.81	2:59.95	3:11.57	2:46.05	2:53.53	3:06.42	3:18.45
50 M	26.15	26.40	26.66	27.43										
100 M	57.50	58.07	58.63	1:00.32	1:02.33	1:05.14	1:03.27	1:06.12	1:09.57	1:14.03	1:03.90	1:06.78	1:11.74	1:16.36
200 M	2:11.94	2:13.24	2:14.53	2:18.41	2:21.46	2:27.84	2:23.59	2:30.05	2:37.93	2:48.26	2:25.02	2:31.55	2:42.81	2:53.31
200 E	2:15.22	2:16.54	2:17.87	2:21.85	2:25.20	2:31.74	2:27.38	2:34.02	2:42.25	2:52.66	2:28.86	2:35.56	2:47.11	2:57.89
400 E	4:47.15	4:49.96	4:52.78	5:01.22	5:10.48	5:24.46	5:15.14	5:29.33	5:46.76	6:09.35	5:18.29	5:32.62	5:57.32	6:20.38
4X100 L	3:38.32	3:40.46	3:42.60	3:49.02	3:56.73	4:07.39	4:01.46	4:12.34	4:25.66	4:43.02	4:03.88	4:14.86	4:33.79	4:51.45
4X200 L	8:19.78	8:24.67	8:29.57	8:44.27	8:41.70	9:05.20	8:52.13	9:16.10	9:45.71	10:23.64	8:57.45	9:21.66	10:03.37	10:42.30
4X100 E	4:03.85	4:06.24	4:08.63	4:15.80	4:27.15	4:39.18	4:31.45	4:43.68	4:58.42	5:17.71	4:34.16	4:46.51	5:07.79	5:27.65
4X50 E	1:51.82	1:52.91	1:54.01	1:57.30	2:12.24	2:18.19	2:14.37	2:20.42	2:28.92	2:38.48	2:15.71	2:21.82	2:32.35	2:42.18
4X50 L	1:40.15	1:41.13	1:42.11	1:45.06	1:48.77	1:53.67	1:50.94	1:55.94	2:02.02	2:10.05	1:52.05	1:57.10	2:05.79	2:13.91
▶ FEMININOS														
50 L	28.20	28.47	28.75	29.30	29.79	30.88	30.39	31.49			30.69	31.81		
100 L	1:00.69	1:01.28	1:01.88	1:03.07	1:04.31	1:06.65	1:05.60	1:07.99	1:08.88	1:11.70	1:06.26	1:08.66	1:11.45	1:14.40
200 L	2:11.30	2:12.59	2:13.87	2:16.45	2:18.25	2:23.28	2:21.02	2:26.14	2:27.78	2:33.87	2:22.43	2:27.60	2:33.58	2:39.93
400 L	4:32.33	4:35.00	4:37.67	4:43.00	4:50.07	5:00.62	4:55.87	5:06.63	5:12.70	5:25.61	4:58.83	5:09.70	5:22.24	5:35.55
800 L	9:20.24	9:25.73	9:31.23	9:42.21	9:46.93	10:08.27	9:58.67	10:20.44	10:26.56	10:53.43	10:04.66	10:26.64	10:52.02	11:18.96
1500 L	18:01.16	18:11.76	18:22.36	18:43.56	19:08.49	19:50.26								
50 C	32.19	32.50	32.82	33.45										
100 C	1:08.85	1:09.52	1:10.20	1:11.55	1:13.28	1:15.94	1:14.38	1:17.08	1:18.59	1:21.85	1:15.12	1:17.85	1:21.01	1:24.35
200 C	2:29.50	2:30.96	2:32.43	2:35.36	2:38.14	2:43.89	2:40.51	2:46.34	2:48.54	2:55.57	2:42.11	2:48.01	2:54.81	3:02.03
50 B	35.56	35.91	36.26	36.96										
100 B	1:17.48	1:18.24	1:19.00	1:20.52	1:22.67	1:25.68	1:23.91	1:26.97	1:28.69	1:32.33	1:24.75	1:27.84	1:31.39	1:35.17
200 B	2:48.13	2:49.78	2:51.43	2:54.73	2:59.06	3:05.57	3:01.75	3:08.36	3:12.11	3:20.06	3:03.57	3:10.24	3:17.94	3:26.12
50 M	29.80	30.09	30.38	30.97										
100 M	1:06.96	1:07.62	1:08.27	1:09.58	1:10.99	1:13.57	1:12.06	1:14.68	1:16.19	1:19.33	1:12.78	1:15.42	1:18.48	1:21.72
200 M	2:29.49	2:30.95	2:32.42	2:35.35	2:38.49	2:44.26	2:40.87	2:46.72	2:49.98	2:56.98	2:42.48	2:48.39	2:55.21	3:02.45
200 E	2:29.14	2:30.60	2:32.06	2:34.99	2:40.08	2:45.90	2:42.48	2:48.38	2:51.75	2:58.87	2:44.10	2:50.07	2:56.96	3:04.27
400 E	5:17.62	5:20.74	5:23.85	5:30.08	5:34.68	5:46.85	5:39.70	5:52.05	5:59.02	6:13.75	5:43.09	5:55.57	6:09.97	6:25.26
4X100 L	4:11.26	4:13.73	4:16.19	4:21.12	4:24.98	4:34.62	4:30.28	4:40.11	4:48.60	5:00.52	4:32.99	4:42.91	4:54.37	5:06.53
4X200 L	9:17.30	9:22.77	9:28.23	9:39.16	9:29.61	9:50.32	9:41.00	10:02.13	10:20.36	10:46.00	9:46.81	10:08.15	10:32.77	10:58.92
4X100 E	4:37.89	4:40.62	4:43.34	4:48.79	5:00.01	5:10.92	5:04.84	5:15.93	5:25.49	5:38.95	5:07.89	5:19.09	5:32.00	5:45.72
4X50 E	2:07.42	2:08.67	2:09.92	2:12.42	2:28.50	2:33.90	2:30.89	2:36.38	2:41.12	2:47.78	2:32.40	2:37.94	2:44.34	2:51.13
4X50 L	1:55.19	1:56.32	1:57.45	1:59.71	2:02.76	2:07.22	2:05.21	2:09.77	2:13.70	2:19.22	2:06.47	2:11.07	2:16.37	2:22.01
▶ MISTO														
4X100 L M	3:54.79	3:57.09	3:59.39	4:06.30	4:10.86	4:21.00	4:15.87	4:26.22	4:38.51	4:53.13	4:18.43	4:28.89	4:44.08	4:58.99
4X100 E M	4:20.87	4:23.43	4:25.99	4:33.66	4:43.58	4:55.05	4:48.14	4:59.80	5:13.62	5:30.08	4:51.03	5:02.80	5:19.90	5:36.69
4x50 L M	1:47.67	1:48.73	1:49.78	1:52.95	1:55.76	2:00.44	1:58.08	2:02.85	2:08.51	2:15.25	1:59.26	2:04.08	2:11.08	2:17.96
4x50 E M	1:59.62	2:00.79	2:01.97	2:05.49	2:20.37	2:26.05	2:22.63	2:28.40	2:35.24	2:43.39	2:24.06	2:29.88	2:38.35	2:46.66

Piscina Curta | masculino e feminino | estafetas mistas

	CAMPEONATOS NACIONAIS JUN/SEN				CN JUV - JULHO		CN JUV - MAR/ABR		CN INF - JULHO		TORNEIOS ZONAIS			
	+2%	+3%	+4%	+7%	CONV.	CONV.	CONV.	CONV.	R.I.-3%	R.I.-3%	CONV.	CONV.	REF	REF
PROVA	Sénior	Sub21	Júnior	1ºJúnior	Juv A-Jul	Juv B-Jul	Juv A-Mar	Juv B-Mar	Inf A	Inf B	Juv A (Zon)	Juv B (Zon)	Inf A (Zon)	Inf B (Zon)
▶ MASCULINOS														
50 L	23.65	23.88	24.11	24.81	25.12	26.25	25.62	26.78			25.88	27.05		
100 L	51.57	52.07	52.58	54.09	55.52	58.02	56.63	59.18	1:02.29	1:06.31	57.20	59.78	1:04.22	1:08.36
200 L	1:53.54	1:54.66	1:55.77	1:59.11	2:02.41	2:07.93	2:04.86	2:10.49	2:17.33	2:26.19	2:06.11	2:11.79	2:21.58	2:30.71
400 L	4:01.62	4:03.99	4:06.36	4:13.47	4:18.23	4:29.86	4:23.40	4:35.26	4:49.70	5:08.39	4:26.03	4:38.01	4:58.66	5:17.93
800 L	8:23.10	8:28.03	8:32.97	8:47.76	9:02.95	9:27.41								
1500 L	15:57.77	16:07.16	16:16.55	16:44.71	17:18.59	18:05.37	17:39.36	18:27.08	18:53.43	19:38.59	17:49.95	18:38.15	19:12.28	20:02.85
50 C	26.69	26.95	27.21	28.00										
100 C	57.73	58.29	58.86	1:00.56	1:01.10	1:03.86	1:02.02	1:04.81	1:08.21	1:12.61	1:02.64	1:05.46	1:10.32	1:14.86
200 C	2:06.02	2:07.25	2:08.49	2:12.19	2:16.35	2:22.49	2:18.40	2:24.63	2:32.21	2:42.04	2:19.78	2:26.08	2:36.92	2:47.05
50 B	29.94	30.24	30.53	31.41										
100 B	1:04.94	1:05.58	1:06.21	1:08.12	1:12.01	1:15.26	1:13.09	1:16.39	1:20.39	1:25.58	1:13.82	1:17.15	1:22.88	1:28.23
200 B	2:22.89	2:24.29	2:25.69	2:29.89	2:34.29	2:41.24	2:36.60	2:43.65	2:52.23	3:03.35	2:38.17	2:45.29	2:57.56	3:09.02
50 M	25.45	25.70	25.95	26.70										
100 M	56.77	57.33	57.88	59.55	1:00.10	1:02.81	1:01.00	1:03.75	1:07.09	1:11.42	1:01.61	1:04.39	1:09.17	1:13.63
200 M	2:08.47	2:09.73	2:10.99	2:14.77	2:16.99	2:23.16	2:19.04	2:25.31	2:32.93	2:42.80	2:20.43	2:26.76	2:37.66	2:47.83
100 E	59.30	59.88	1:00.46	1:02.21										
200 E	2:09.65	2:10.92	2:12.19	2:16.00	2:20.29	2:26.61	2:22.40	2:28.81	2:36.62	2:46.72	2:23.82	2:30.30	2:41.46	2:51.88
400 E	4:35.54	4:38.24	4:40.94	4:49.05	5:00.63	5:14.17	5:05.14	5:18.89	5:35.61	5:57.27	5:08.19	5:22.08	5:45.99	6:08.32
4X100 L	3:28.70	3:30.74	3:32.79	3:38.93	3:48.77	3:59.07	3:53.34	4:03.85	4:16.64	4:33.20	3:55.68	4:06.29	4:24.58	4:41.65
4X200 L	7:49.37	7:53.97	7:58.57	8:12.38	8:24.36	8:47.08	8:34.45	8:57.62	9:25.82	10:02.32	8:39.59	9:03.00	9:43.32	10:20.95
4X100 E	3:48.46	3:50.69	3:52.93	3:59.65	4:16.22	4:27.76	4:20.34	4:32.07	4:46.34	5:04.81	4:22.95	4:34.79	4:55.20	5:14.24
4X50 E	1:45.87	1:46.91	1:47.95	1:51.06	2:06.82	2:12.54	2:08.87	2:14.67	2:21.74	2:30.88	2:10.16	2:16.02	2:26.12	2:35.55
4X50 L	1:35.55	1:36.49	1:37.42	1:40.23	1:43.51	1:48.17	1:45.58	1:50.34	1:56.13	2:03.62	1:46.64	1:51.44	1:59.72	2:07.44
▶ FEMININOS														
50 L	27.63	27.90	28.17	28.71	28.81	29.86	29.38	30.45			29.68	30.76		
100 L	59.30	59.88	1:00.46	1:01.62	1:02.10	1:04.36	1:03.34	1:05.64	1:06.92	1:09.68	1:03.97	1:06.30	1:08.99	1:11.84
200 L	2:07.91	2:09.17	2:10.42	2:12.93	2:14.71	2:19.61	2:17.41	2:22.41	2:25.16	2:31.16	2:18.78	2:23.83	2:29.65	2:35.84
400 L	4:26.28	4:28.89	4:31.50	4:36.72	4:45.20	4:55.58	4:50.91	5:01.49	5:07.33	5:20.02	4:53.82	5:04.50	5:16.83	5:29.92
800 L	8:57.54	9:02.81	9:08.08	9:18.62	9:34.66	9:55.56	9:46.16	10:07.47	10:26.56	10:52.02	9:52.02	10:13.55	10:53.43	11:18.96
1500 L	17:46.91	17:57.37	18:07.83	18:28.74	18:53.22	19:34.43								
50 C	31.21	31.51	31.82	32.43										
100 C	1:05.87	1:06.51	1:07.16	1:08.45	1:09.29	1:11.81	1:10.33	1:12.89	1:14.30	1:17.37	1:11.03	1:13.61	1:16.60	1:19.76
200 C	2:24.05	2:25.46	2:26.87	2:29.70	2:30.67	2:36.15	2:32.93	2:38.50	2:41.56	2:48.25	2:34.46	2:40.08	2:46.56	2:53.45
50 B	34.86	35.20	35.54	36.23										
100 B	1:14.78	1:15.52	1:16.25	1:17.71	1:20.39	1:23.32	1:21.60	1:24.57	1:26.20	1:29.76	1:22.41	1:25.41	1:28.87	1:32.54
200 B	2:42.25	2:43.84	2:45.43	2:48.61	2:52.49	2:58.76	2:55.08	3:01.44	3:04.96	3:12.60	2:56.83	3:03.26	3:10.68	3:18.56
50 M	29.46	29.75	30.04	30.62										
100 M	1:04.95	1:05.59	1:06.22	1:07.50	1:08.53	1:11.03	1:09.56	1:12.09	1:13.49	1:16.52	1:10.26	1:12.81	1:15.76	1:18.89
200 M	2:25.29	2:26.72	2:28.14	2:30.99	2:35.25	2:40.90	2:37.58	2:43.31	2:46.47	2:53.36	2:39.16	2:44.95	2:51.62	2:58.72
100 E	1:07.98	1:08.65	1:09.31	1:10.64										
200 E	2:24.42	2:25.83	2:27.25	2:30.08	2:34.89	2:40.52	2:37.22	2:42.93	2:46.09	2:52.95	2:38.79	2:44.56	2:51.23	2:58.30
400 E	5:05.29	5:08.28	5:11.28	5:17.26	5:24.31	5:36.10	5:29.17	5:41.14	5:47.75	6:02.12	5:32.46	5:44.55	5:58.50	6:13.32
4X100 L	4:00.46	4:02.82	4:05.18	4:09.89	4:15.86	4:25.17	4:20.98	4:30.47	4:35.71	4:47.10	4:23.59	4:33.17	4:44.24	4:55.98
4X200 L	8:42.82	8:47.94	8:53.07	9:03.32	9:15.04	9:35.22	9:26.14	9:46.73	9:58.09	10:22.81	9:31.80	9:52.59	10:16.59	10:42.07
4X100 E	4:24.10	4:26.69	4:29.28	4:34.46	4:48.74	4:59.24	4:53.39	5:04.06	5:09.94	5:22.76	4:56.32	5:07.10	5:19.53	5:32.74
4X50 E	2:03.38	2:04.59	2:05.80	2:08.22	2:22.92	2:28.12	2:25.23	2:30.51	2:33.42	2:39.76	2:26.68	2:32.01	2:38.17	2:44.70
4X50 L	1:52.46	1:53.56	1:54.67	1:56.87	1:58.70	2:03.02	2:01.08	2:05.48	2:07.91	2:13.20	2:02.29	2:06.74	2:11.87	2:17.32
▶ MISTO														
4X100 L M	3:44.58	3:46.78	3:48.98	3:55.59	4:02.31	4:12.12	4:07.16	4:17.16	4:26.18	4:40.16	4:09.63	4:19.73	4:34.41	4:48.82
4X100 E M	3:59.05	4:01.39	4:03.73	4:10.76	4:32.48	4:43.50	4:36.87	4:48.06	4:58.15	5:13.79	4:39.64	4:50.95	5:07.37	5:23.49
4x50 L M	1:44.00	1:45.02	1:46.04	1:49.10	1:51.11	1:55.60	1:53.33	1:57.91	2:02.02	2:08.41	1:54.46	1:59.09	2:05.79	2:12.38
4x50 E M	1:54.63	1:55.75	1:56.88	2:00.25	2:14.87	2:20.33	2:17.05	2:22.59	2:27.58	2:35.33	2:18.42	2:24.02	2:32.14	2:40.13

LEGENDA
REF = Tempo de referência base | R.J. = Referência de Juvenis | R.I. = Referência de Infantis | CONV. = convertido |