

j) Campeonatos Nacionais de JUN e ABS – OPEN de PORTUGAL.

Introdução	A competição será organizada com eliminatórias pela manhã e finais à tarde.																																																																																																													
Local	ANC – Centro Olímpico de Piscinas Municipais de Coimbra																																																																																																													
Informações locais	https://www.cm-coimbra.pt/																																																																																																													
Data	28 a 31 de março de 2026																																																																																																													
Participação	<p>Participantes: Nadadores nacionais ou estrangeiros (apenas no Open) que cumpram os critérios de admissão entre 1 de janeiro de 2025 e 17 de março de 2026.</p> <p>Provas de 800m e 1500m livres:</p> <ul style="list-style-type: none"> Série rápida à tarde, restantes provas pela manhã. <p>Provas Individuais:</p> <ul style="list-style-type: none"> Sistema de eliminatórias e Final Absoluta A (10 melhores absolutos – juniores e seniores), B (10 seguintes tempos só de seniores) e C (10 seguintes tempos só de juniores) <p>Provas de Estafetas:</p> <ul style="list-style-type: none"> Juniores: Disputadas pela manhã no sistema de séries. Provas Absolutas: Disputadas à tarde no sistema de séries. 																																																																																																													
Programa	<table border="1"> <thead> <tr> <th>28 Mar – 9h30m 1ª Sessão</th> <th>29 Mar – 9h30m 3ª Sessão</th> <th>30 Mar – 9h30m 5ª Sessão</th> <th>31 Mar – 9h30m 7ª Sessão</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1500 Liv Fem</td><td>1500 Liv Mas</td><td>800 Liv Fem</td><td>800 Liv Mas</td></tr> <tr><td>400 Liv Mas</td><td>400 Liv Fem</td><td>400 Est Mas</td><td>400 Est Fem</td></tr> <tr><td>100 Cos Fem</td><td>50 Bru Mas</td><td>50 Mar Fem</td><td>200 Bru Mas</td></tr> <tr><td>100 Cos Mas</td><td>50 Bru Fem</td><td>50 Mar Mas</td><td>200 Bru Fem</td></tr> <tr><td>200 Mar Fem</td><td>100 Mar Mas</td><td>100 Bru Fem</td><td>100 Liv Mas</td></tr> <tr><td>200 Mar Mas</td><td>100 Mar Fem</td><td>100 Bru Mas</td><td>100 Liv Fem</td></tr> <tr><td>50 Liv Fem</td><td>50 Cos Mas</td><td>200 Liv Fem</td><td>200 Cos Mas</td></tr> <tr><td>50 Liv Mas</td><td>50 Cos Fem</td><td>200 Liv Mas</td><td>200 Cos Fem</td></tr> <tr><td>4x200 Liv Fem</td><td>200 Est Mas</td><td>4X100 Liv Fem</td><td>4X100 Est Mas</td></tr> <tr><td>4x200 Liv Mas</td><td>200 Est Fem</td><td>4X100 Liv Mas</td><td>4X100 Est Fem</td></tr> <tr><td></td><td>4x100 Est Misto</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>	28 Mar – 9h30m 1ª Sessão	29 Mar – 9h30m 3ª Sessão	30 Mar – 9h30m 5ª Sessão	31 Mar – 9h30m 7ª Sessão	1500 Liv Fem	1500 Liv Mas	800 Liv Fem	800 Liv Mas	400 Liv Mas	400 Liv Fem	400 Est Mas	400 Est Fem	100 Cos Fem	50 Bru Mas	50 Mar Fem	200 Bru Mas	100 Cos Mas	50 Bru Fem	50 Mar Mas	200 Bru Fem	200 Mar Fem	100 Mar Mas	100 Bru Fem	100 Liv Mas	200 Mar Mas	100 Mar Fem	100 Bru Mas	100 Liv Fem	50 Liv Fem	50 Cos Mas	200 Liv Fem	200 Cos Mas	50 Liv Mas	50 Cos Fem	200 Liv Mas	200 Cos Fem	4x200 Liv Fem	200 Est Mas	4X100 Liv Fem	4X100 Est Mas	4x200 Liv Mas	200 Est Fem	4X100 Liv Mas	4X100 Est Fem		4x100 Est Misto			<table border="1"> <thead> <tr> <th>28 Mar – 17h00m 2ª Sessão</th> <th>29 Mar – 17h00m 4ª Sessão</th> <th>30 Mar – 17h00m 6ª Sessão</th> <th>31 Mar – 16h30m 8ª Sessão</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>100 Cos Fem</td><td>50 Bru Mas</td><td>50 Mar Fem</td><td>200 Bru Mas</td></tr> <tr><td>100 Cos Mas</td><td>50 Bru Fem</td><td>50 Mar Mas</td><td>200 Bru Fem</td></tr> <tr><td>200 Mar Fem</td><td>100 Mar Mas</td><td>100 Bru Fem</td><td>100 Liv Mas</td></tr> <tr><td>200 Mar Mas</td><td>100 Mar Fem</td><td>100 Bru Mas</td><td>100 Liv Fem</td></tr> <tr><td>1500 Liv Fem</td><td>1500 Liv Mas</td><td>800 Liv Fem</td><td>800 Liv Mas</td></tr> <tr><td>Medalhas</td><td>Medalhas</td><td>Medalhas</td><td>Medalhas</td></tr> <tr><td>400 Liv Mas</td><td>400 Liv Fem</td><td>400 Est Mas</td><td>400 Est Fem</td></tr> <tr><td>50 Liv Fem</td><td>50 Cos Mas</td><td>200 Liv Fem</td><td>200 Cos Mas</td></tr> <tr><td>50 Liv Mas</td><td>50 Cos Fem</td><td>200 Liv Mas</td><td>200 Cos Fem</td></tr> <tr><td>Medalhas</td><td>200 Est Mas</td><td>Medalhas</td><td>Medalhas</td></tr> <tr><td>4x200 Liv Fem</td><td>200 Est Fem</td><td>4X100 Liv Fem</td><td>4X100 Est Mas</td></tr> <tr><td>4x200 Liv Mas</td><td>Medalhas</td><td>4X100 Liv Mas</td><td>4X100 Est Fem</td></tr> <tr><td>Medalhas</td><td>4x100 Est Misto</td><td>Medalhas</td><td>Medalhas</td></tr> <tr><td></td><td>Medalhas</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>	28 Mar – 17h00m 2ª Sessão	29 Mar – 17h00m 4ª Sessão	30 Mar – 17h00m 6ª Sessão	31 Mar – 16h30m 8ª Sessão	100 Cos Fem	50 Bru Mas	50 Mar Fem	200 Bru Mas	100 Cos Mas	50 Bru Fem	50 Mar Mas	200 Bru Fem	200 Mar Fem	100 Mar Mas	100 Bru Fem	100 Liv Mas	200 Mar Mas	100 Mar Fem	100 Bru Mas	100 Liv Fem	1500 Liv Fem	1500 Liv Mas	800 Liv Fem	800 Liv Mas	Medalhas	Medalhas	Medalhas	Medalhas	400 Liv Mas	400 Liv Fem	400 Est Mas	400 Est Fem	50 Liv Fem	50 Cos Mas	200 Liv Fem	200 Cos Mas	50 Liv Mas	50 Cos Fem	200 Liv Mas	200 Cos Fem	Medalhas	200 Est Mas	Medalhas	Medalhas	4x200 Liv Fem	200 Est Fem	4X100 Liv Fem	4X100 Est Mas	4x200 Liv Mas	Medalhas	4X100 Liv Mas	4X100 Est Fem	Medalhas	4x100 Est Misto	Medalhas	Medalhas		Medalhas		
28 Mar – 9h30m 1ª Sessão	29 Mar – 9h30m 3ª Sessão	30 Mar – 9h30m 5ª Sessão	31 Mar – 9h30m 7ª Sessão																																																																																																											
1500 Liv Fem	1500 Liv Mas	800 Liv Fem	800 Liv Mas																																																																																																											
400 Liv Mas	400 Liv Fem	400 Est Mas	400 Est Fem																																																																																																											
100 Cos Fem	50 Bru Mas	50 Mar Fem	200 Bru Mas																																																																																																											
100 Cos Mas	50 Bru Fem	50 Mar Mas	200 Bru Fem																																																																																																											
200 Mar Fem	100 Mar Mas	100 Bru Fem	100 Liv Mas																																																																																																											
200 Mar Mas	100 Mar Fem	100 Bru Mas	100 Liv Fem																																																																																																											
50 Liv Fem	50 Cos Mas	200 Liv Fem	200 Cos Mas																																																																																																											
50 Liv Mas	50 Cos Fem	200 Liv Mas	200 Cos Fem																																																																																																											
4x200 Liv Fem	200 Est Mas	4X100 Liv Fem	4X100 Est Mas																																																																																																											
4x200 Liv Mas	200 Est Fem	4X100 Liv Mas	4X100 Est Fem																																																																																																											
	4x100 Est Misto																																																																																																													
28 Mar – 17h00m 2ª Sessão	29 Mar – 17h00m 4ª Sessão	30 Mar – 17h00m 6ª Sessão	31 Mar – 16h30m 8ª Sessão																																																																																																											
100 Cos Fem	50 Bru Mas	50 Mar Fem	200 Bru Mas																																																																																																											
100 Cos Mas	50 Bru Fem	50 Mar Mas	200 Bru Fem																																																																																																											
200 Mar Fem	100 Mar Mas	100 Bru Fem	100 Liv Mas																																																																																																											
200 Mar Mas	100 Mar Fem	100 Bru Mas	100 Liv Fem																																																																																																											
1500 Liv Fem	1500 Liv Mas	800 Liv Fem	800 Liv Mas																																																																																																											
Medalhas	Medalhas	Medalhas	Medalhas																																																																																																											
400 Liv Mas	400 Liv Fem	400 Est Mas	400 Est Fem																																																																																																											
50 Liv Fem	50 Cos Mas	200 Liv Fem	200 Cos Mas																																																																																																											
50 Liv Mas	50 Cos Fem	200 Liv Mas	200 Cos Fem																																																																																																											
Medalhas	200 Est Mas	Medalhas	Medalhas																																																																																																											
4x200 Liv Fem	200 Est Fem	4X100 Liv Fem	4X100 Est Mas																																																																																																											
4x200 Liv Mas	Medalhas	4X100 Liv Mas	4X100 Est Fem																																																																																																											
Medalhas	4x100 Est Misto	Medalhas	Medalhas																																																																																																											
	Medalhas																																																																																																													
Critérios de Admissão	<p>Participação: Podem participar nadadores e equipas de estafeta, 1 por clube, escalão etário e sexo, que tenham obtido o TAC, apresentado em anexo a), nas respetivas distâncias e técnicas.</p> <p>Júnior e Sénior: Máximo de 7 provas individuais nas 4 jornadas.</p>																																																																																																													

	<p>Finais: Participação de até 2 nadadores estrangeiros na Final A e 2 na Final B.</p> <p>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.</p>
Inscrições	<p>As inscrições devem ser enviadas por e-mail para inscricoes@fpnatacao.pt até 17 de março de 2026.</p>
Regras Específicas	<p>Nas provas individuais, os nadadores serão agrupados por séries conforme os tempos de inscrição, independentemente da categoria.</p> <p>Caso haja mais de um nadador com o mesmo tempo, a atribuição de pistas será aleatória.</p> <p>Nas provas de estafetas, as equipas serão agrupadas por séries conforme os tempos de inscrição.</p> <p>Caso haja mais de um nadador ou clube com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será aleatória.</p>
Classificações e Prémios	<p>Haverá classificações separadas por prova e escalão:</p> <ul style="list-style-type: none">• Juniores, Seniores SUB 21, Absolutos e Open. <p>Nas provas individuais:</p> <ul style="list-style-type: none">• A classificação Júnior será nas finais A e C.• A classificação Open, Seniores SUB 21 e absoluta será nas finais A e B. <p>Nas provas de estafetas:</p> <ul style="list-style-type: none">• A classificação Júnior será definida nas séries da parte da manhã.• A classificação Open e Absoluta será definida nas séries da parte da tarde. <p>Haverá prémios para os três primeiros classificados em:</p> <ul style="list-style-type: none">• Juniores, Seniores SUB 21 e absolutos.• O primeiro da classificação Open. <p>Nota: Classificação Sub21 (Seniores) e juniores:</p> <ul style="list-style-type: none">• 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.

4. ANEXOS

a) Tempos de Admissão aos Campeonatos

Piscina Longa

TABELA PISCINA LONGA		2%	3%	4%	7%	9%	11%	14%	16%	23%	29%	14%	18%	24%	32%	
RANK.	Masculinos	ABS	Sénior	Sub21	Júnior	1ºJúnior	Juv A-Jul	Juv A-Mar	Juv B-Jul	Juv B-Mar	Inf A	Inf B	Juv A	Juv B	Inf A	Inf B
24º	50 L	00:24,26	00:24,75	00:24,99	00:25,23	00:25,96	00:26,44	00:26,93	00:27,66	00:28,14	00:29,84	00:31,30	00:27,66	00:28,63	00:30,08	00:32,02
20º	100 L	00:52,80	00:53,86	00:54,38	00:54,91	00:56,50	00:57,55	00:58,61	01:00,19	01:01,25	01:04,94	01:08,11	01:00,19	01:02,30	01:05,47	01:09,70
16º	200 L	01:56,36	01:58,69	01:59,85	02:01,01	02:04,51	02:06,83	02:09,16	02:12,65	02:14,98	02:23,12	02:30,10	02:12,65	02:17,30	02:24,29	02:33,60
12º	400 L	04:06,04	04:10,96	04:13,42	04:15,88	04:23,26	04:28,18	04:33,10	04:40,49	04:45,41	05:02,63	05:17,39	04:40,49	04:50,33	05:05,09	05:24,77
8º	800 L	08:32,14	08:42,38	08:47,50	08:52,63	09:07,99	09:18,23	09:28,48	09:43,84	09:54,08	10:29,93	11:00,66	09:43,84	10:04,33	10:35,05	11:16,02
8º	1500 L	16:21,19	16:40,81	16:50,63	17:00,44	17:29,87	17:49,50	18:09,12	18:38,56	18:58,18	20:06,86	21:05,74	18:38,56	19:17,80	20:16,68	21:35,17
24º	50 C	00:27,87	00:28,43	00:28,71	00:28,98	00:29,82	00:30,38	00:30,94	00:31,77	00:32,33	00:34,28	00:35,95	00:31,77	00:32,89	00:34,56	00:36,79
20º	100 C	00:59,87	01:01,07	01:01,67	01:02,26	01:04,06	01:05,26	01:06,46	01:08,25	01:09,45	01:13,64	01:17,23	01:08,25	01:10,65	01:14,24	01:19,03
16º	200 C	02:12,75	02:15,41	02:16,73	02:18,06	02:22,04	02:24,70	02:27,35	02:31,33	02:33,99	02:43,28	02:51,25	02:31,33	02:36,64	02:44,61	02:55,23
24º	50 B	00:30,72	00:31,33	00:31,64	00:31,95	00:32,87	00:33,48	00:34,10	00:35,02	00:35,64	00:37,79	00:39,63	00:35,02	00:36,25	00:38,09	00:40,55
20º	100 B	01:07,76	01:09,12	01:09,79	01:10,47	01:12,50	01:13,86	01:15,21	01:17,25	01:18,60	01:23,34	01:27,41	01:17,25	01:19,96	01:24,02	01:29,44
16º	200 B	02:28,12	02:31,08	02:32,56	02:34,04	02:38,49	02:41,45	02:44,41	02:48,86	02:51,82	03:02,19	03:11,07	02:48,86	02:54,78	03:03,67	03:15,52
24º	50 M	00:25,59	00:26,10	00:26,36	00:26,61	00:27,38	00:27,89	00:28,40	00:29,17	00:29,68	00:31,48	00:33,01	00:29,17	00:30,20	00:31,73	00:33,78
20º	100 M	00:57,00	00:58,14	00:58,71	00:59,28	01:00,99	01:02,13	01:03,27	01:04,98	01:06,12	01:10,11	01:13,53	01:04,98	01:07,26	01:10,68	01:15,24
16º	200 M	02:09,36	02:11,95	02:13,24	02:14,53	02:18,42	02:21,00	02:23,59	02:27,47	02:30,06	02:39,11	02:46,87	02:27,47	02:32,64	02:40,41	02:50,76
16º	200 E	02:12,78	02:15,44	02:16,76	02:18,09	02:22,07	02:24,73	02:27,39	02:31,37	02:34,02	02:43,32	02:51,29	02:31,37	02:36,68	02:44,65	02:55,27
12º	400 E	04:43,91	04:49,59	04:52,43	04:55,27	05:03,78	05:09,46	05:15,14	05:23,66	05:29,34	05:49,21	06:06,24	05:23,66	05:35,01	05:52,05	06:14,76
8º	4X100 L	03:37,49	03:41,84	03:44,01	03:46,19	03:52,71	03:57,06	04:01,41	04:07,94	04:12,29	04:27,51	04:40,56	04:07,94	04:16,64	04:29,69	04:47,09
8º	4X200 L	08:11,93	08:21,77	08:26,69	08:31,61	08:46,37	08:56,20	09:06,04	09:20,80	09:30,64	10:05,07	10:34,59	09:20,80	09:40,48	10:09,99	10:49,35
8º	4X100 E	04:01,64	04:06,47	04:08,89	04:11,31	04:18,55	04:23,39	04:28,22	04:35,47	04:40,30	04:57,22	05:11,72	04:35,47	04:45,14	04:59,63	05:18,96
8º	4X50 E	01:50,40	01:52,61	01:53,71	01:54,82	01:58,13	02:00,34	02:02,54	02:05,86	02:08,06	02:15,79	02:22,42	02:05,86	02:10,27	02:16,90	02:25,73
8º	4X50 L	01:39,21	01:41,19	01:42,19	01:43,18	01:46,15	01:48,14	01:50,12	01:53,10	01:55,08	02:02,03	02:07,98	01:53,10	01:57,07	02:03,02	02:10,96
TABELA PISCINA LONGA		2%	3%	4%	6%	8%	10%	12%	14%	18%	21%	13%	16%	21%	26%	
RANK.	Femininos	ABS	Sénior	Sub21	Júnior	1ºJúnior	Juv A-Jul	Juv A-Mar	Juv B-Jul	Juv B-Mar	Inf A	Inf B	Juv A	Juv B	Inf A	Inf B
24º	50 L	00:27,63	00:28,18	00:28,46	00:28,74	00:29,29	00:29,84	00:30,39	00:30,95	00:31,50	00:32,60	00:33,43	00:31,22	00:32,05	00:33,43	00:34,81
20º	100 L	00:59,64	01:00,83	01:01,43	01:02,03	01:03,22	01:04,41	01:05,60	01:06,80	01:07,99	01:10,38	01:12,16	01:07,99	01:09,18	01:12,16	01:15,15
16º	200 L	02:08,20	02:10,76	02:12,05	02:13,33	02:15,89	02:18,46	02:21,02	02:23,58	02:26,15	02:31,28	02:35,12	02:24,87	02:28,71	02:35,12	02:41,53
12º	400 L	04:28,98	04:34,36	04:37,05	04:39,74	04:45,12	04:50,50	04:55,88	05:01,26	05:06,64	05:17,40	05:25,47	05:03,95	05:12,02	05:25,47	05:38,91
8º	800 L	09:04,25	09:15,14	09:20,58	09:26,02	09:36,91	09:47,79	09:58,68	10:09,56	10:20,44	10:42,22	10:58,54	10:15,00	10:31,33	10:58,54	11:25,76
8º	1500 L	17:44,97	18:06,27	18:16,92	18:27,57	18:48,87	19:10,17	19:31,47	19:52,77	20:14,07	20:56,66	21:28,61	20:03,42	20:35,37	21:28,61	22:21,86
24º	50 C	00:31,74	00:32,37	00:32,69	00:33,01	00:33,64	00:34,28	00:34,91	00:35,55	00:36,18	00:37,45	00:38,41	00:35,87	00:36,82	00:38,41	00:39,99
20º	100 C	01:07,62	01:08,97	01:09,65	01:10,32	01:11,68	01:13,03	01:14,38	01:15,73	01:17,09	01:19,79	01:21,82	01:16,41	01:18,44	01:21,82	01:25,20
16º	200 C	02:25,92	02:28,84	02:30,30	02:31,76	02:34,68	02:37,59	02:40,51	02:43,43	02:46,35	02:52,19	02:56,56	02:44,89	02:49,27	02:56,56	03:03,86
24º	50 B	00:34,68	00:35,37	00:35,72	00:36,07	00:36,76	00:37,45	00:38,15	00:38,84	00:39,54	00:40,92	00:41,96	00:39,19	00:40,23	00:41,96	00:43,70
20º	100 B	01:16,29	01:17,82	01:18,58	01:19,34	01:20,87	01:22,39	01:23,92	01:25,44	01:26,97	01:30,02	01:32,31	01:26,21	01:28,50	01:32,31	01:36,13
16º	200 B	02:45,23	02:48,53	02:50,19	02:51,84	02:55,14	02:58,45	03:01,75	03:05,06	03:08,36	03:14,97	03:19,93	03:06,71	03:11,67	03:19,93	03:28,19
24º	50 M	00:29,34	00:29,93	00:30,22	00:30,51	00:31,10	00:31,69	00:32,27	00:32,86	00:33,45	00:34,62	00:35,50	00:33,15	00:34,03	00:35,50	00:36,97
20º	100 M	01:05,51	01:06,82	01:07,48	01:08,13	01:09,44	01:10,75	01:12,06	01:13,37	01:14,68	01:17,30	01:19,27	01:14,03	01:15,99	01:19,27	01:22,54
16º	200 M	02:26,25	02:29,17	02:30,64	02:32,10	02:35,02	02:37,95	02:40,88	02:43,80	02:46,73	02:52,57	02:56,96	02:45,26	02:49,65	02:56,96	03:04,28
16º	200 E	02:27,71	02:30,66	02:32,14	02:33,62	02:36,57	02:39,53	02:42,48	02:45,44	02:48,39	02:54,30	02:58,73	02:46,91	02:51,34	02:58,73	03:06,11
12º	400 E	05:08,82	05:15,00	05:18,08	05:21,17	05:27,35	05:33,53	05:39,70	05:45,88	05:52,05	06:04,41	06:13,67	05:48,97	05:58,23	06:13,67	06:29,11
8º	4X100 L	04:07,14	04:12,08	04:14,55	04:17,03	04:21,97	04:26,91	04:31,85	04:36,80	04:41,74	04:51,63	04:59,04	04:39,27	04:46,68	04:59,04	05:11,40
8º	4X200 L	09:03,25	09:14,11	09:19,55	09:24,98	09:35,85	09:46,71	09:57,58	10:08,44	10:19,30	10:41,03	10:57,33	10:13,87	10:30,17	10:57,33	11:24,50
8º	4X100 E	04:34,00	04:39,48	04:42,22	04:44,96	04:50,44	04:55,92	05:01,40	05:06,88	05:12,36	05:23,32	05:31,54	05:09,62	05:17,84	05:31,54	05:45,24
8º	4X50 E	02:04,50	02:06,99	02:08,23	02:09,48	02:11,97	02:14,46	02:16,95	02:19,44	02:21,93	02:26,91	02:30,64	02:20,68	02:24,42	02:30,64	02:36,87
8º	4X50 L	01:53,24	01:55,50	01:56,64	01:57,77	02:00,03	02:02,30	02:04,56	02:06,83	02:09,09	02:13,62	02:17,02	02:07,96	02:11,36	02:17,02	02:22,68
Média	Misto	ABS	Sénior	Sub21	Júnior	1ºJúnior	Juv A-Jul	Juv A-Mar	Juv B-Jul	Juv B-Mar	Inf A	Inf B	Juv A	Juv B	Inf A	Inf B
Média	4X100 LM	03:52,31	03:56,96	03:59,28	04:01,61	04:08,58	04:13,22	04:17,87	04:22,52	04:27,16	04:41,10	04:50,39	04:24,84	04:31,81	04:45,75	04:59,69
Média	4X100 EM	04:17,82	04:22,98	04:25,55	04:28,13	04:35,87	04:41,02	04:46,18	04:51,34	04:56,49	05:11,96	05:22,27	04:53,91	05:01,65	05:17,12	05:32,59
Média	4x50 LM	01:46,22	01:48,35	01:49,41	01:50,47	01:53,66	01:55,79	01:57,91	02:00,03	02:02,16	02:08,53	02:12,78	02:01,10	02:04,28	02:10,66	02:17,03
Média	4x50 EM	01:57,45	01:59,80	02:00,97	02:02,15	02:05,67	02:08,02	02:10,37	02:12,72	02:15,07	02:22,11	02:26,81	02:13,89	02:17,42	02:24,46	02:31,51

Nota:

Escalões a Azul Claro – TACs Competições Nacionais

Escalões a Azul – TACs Torneios Zonais

Piscina Curta

TABELA PISCINA CURTA		2%	3%	4%	7%	9%	11%	14%	16%	23%	29%	14%	18%	24%	32%	
RANK.	Masculinos	ABS	Sênior	Sub21	Júnior	1ºJúnior	Juv A-Jul	Juv A-Mar	Juv B-Jul	Juv B-Mar	Inf A	Inf B	Juv A	Juv B	Inf A	Inf B
24º	50 L	00:23,51	00:23,98	00:24,22	00:24,45	00:25,16	00:25,63	00:26,10	00:26,80	00:27,27	00:28,92	00:30,33	00:26,80	00:27,74	00:29,15	00:31,03
20º	100 L	00:50,95	00:51,97	00:52,48	00:52,99	00:54,52	00:55,54	00:56,55	00:58,08	00:59,10	01:02,67	01:05,73	00:58,08	01:00,12	01:03,18	01:07,25
16º	200 L	01:52,18	01:54,42	01:55,55	01:56,67	02:00,03	02:02,28	02:04,52	02:07,89	02:10,13	02:17,98	02:24,71	02:07,89	02:12,37	02:19,10	02:28,08
12º	400 L	03:57,72	04:02,47	04:04,85	04:07,23	04:14,36	04:19,11	04:23,87	04:31,00	04:35,76	04:52,40	05:06,66	04:31,00	04:40,51	04:54,77	05:13,79
8º	800 L	08:18,21	08:28,17	08:33,16	08:38,14	08:53,08	09:03,05	09:13,01	09:27,96	09:37,92	10:12,80	10:42,69	09:27,96	09:47,89	10:17,78	10:57,64
8º	1500 L	15:41,66	16:00,49	16:09,91	16:19,33	16:47,58	17:06,41	17:25,24	17:53,49	18:12,33	19:18,24	20:14,74	17:53,49	18:31,16	19:27,66	20:42,99
24º	50 C	00:26,46	00:26,99	00:27,25	00:27,52	00:28,31	00:28,84	00:29,37	00:30,16	00:30,69	00:32,55	00:34,13	00:30,16	00:31,22	00:32,81	00:34,93
20º	100 C	00:57,00	00:58,14	00:58,71	00:59,28	01:00,99	01:02,13	01:03,27	01:04,98	01:06,12	01:10,11	01:13,53	01:04,98	01:07,26	01:10,68	01:15,24
16º	200 C	02:04,67	02:07,16	02:08,41	02:09,66	02:13,40	02:15,89	02:18,38	02:22,12	02:24,62	02:33,34	02:40,82	02:22,12	02:27,11	02:34,59	02:44,66
24º	50 B	00:29,83	00:30,43	00:30,72	00:31,02	00:31,92	00:32,51	00:33,11	00:34,01	00:34,60	00:36,69	00:38,48	00:34,01	00:35,20	00:36,99	00:39,38
20º	100 B	01:04,54	01:05,83	01:06,48	01:07,12	01:09,06	01:10,35	01:11,64	01:13,58	01:14,87	01:19,38	01:23,26	01:13,58	01:16,16	01:20,03	01:25,19
16º	200 B	02:21,85	02:24,69	02:26,11	02:27,52	02:31,78	02:34,62	02:37,45	02:41,71	02:44,55	02:54,48	03:02,99	02:41,71	02:47,38	02:55,89	03:07,24
24º	50 M	00:25,25	00:25,76	00:26,01	00:26,26	00:27,02	00:27,52	00:28,03	00:28,78	00:29,29	00:31,06	00:32,57	00:28,78	00:29,80	00:31,31	00:33,33
20º	100 M	00:55,82	00:56,94	00:57,49	00:58,05	00:59,73	01:00,84	01:01,96	01:03,63	01:04,75	01:08,66	01:12,01	01:03,63	01:05,87	01:09,22	01:13,68
16º	200 M	02:05,98	02:08,50	02:09,76	02:11,02	02:14,80	02:17,32	02:19,84	02:23,62	02:26,14	02:34,96	02:42,51	02:23,62	02:28,66	02:36,22	02:46,29
20º	100 E	00:58,80	00:59,98	01:00,56	01:01,15	01:02,92	01:04,09	01:05,27	01:07,03	01:08,21	01:12,32	01:15,85	01:07,03	01:09,38	01:12,91	01:17,62
16º	200 E	02:06,27	02:08,80	02:10,06	02:11,32	02:15,11	02:17,63	02:20,16	02:23,95	02:26,47	02:35,31	02:42,89	02:23,95	02:29,00	02:36,57	02:46,68
12º	400 E	04:30,16	04:35,56	04:38,26	04:40,97	04:49,07	04:54,47	04:59,88	05:07,98	05:13,39	05:32,30	05:48,51	05:07,98	05:18,79	05:35,00	05:56,61
8º	4X100 L	03:26,28	03:30,41	03:32,47	03:34,53	03:40,72	03:44,85	03:48,97	03:55,16	03:59,28	04:13,72	04:26,10	03:55,16	04:03,41	04:15,79	04:32,29
8º	4X200 L	07:39,90	07:49,10	07:53,70	07:58,30	08:12,09	08:21,29	08:30,49	08:44,29	08:53,48	09:25,68	09:53,27	08:44,29	09:02,68	09:30,28	10:07,07
8º	4X100 E	03:43,98	03:48,46	03:50,70	03:52,94	03:59,66	04:04,14	04:08,62	04:15,34	04:19,82	04:35,50	04:48,93	04:15,34	04:24,30	04:37,74	04:55,65
8º	4X50 E	01:44,91	01:47,01	01:48,06	01:49,11	01:52,25	01:54,35	01:56,45	01:59,60	02:01,70	02:09,04	02:15,33	01:59,60	02:03,79	02:10,09	02:18,48
8º	4X50 L	01:36,08	01:38,00	01:38,96	01:39,92	01:42,81	01:44,73	01:46,65	01:49,53	01:51,45	01:58,18	02:03,94	01:49,53	01:53,37	01:59,14	02:06,83
TABELA PISCINA CURTA		2%	3%	4%	6%	8%	10%	12%	14%	18%	21%	13%	16%	21%	26%	
RANK.	Femininos	ABS	Sênior	Sub21	Júnior	1ºJúnior	Juv A-Jul	Juv A-Mar	Juv B-Jul	Juv B-Mar	Inf A	Inf B	Juv A	Juv B	Inf A	Inf B
24º	50 L	00:27,05	00:27,59	00:27,86	00:28,13	00:28,67	00:29,21	00:29,75	00:30,30	00:30,84	00:31,92	00:32,73	00:30,57	00:31,38	00:32,73	00:34,08
20º	100 L	00:57,95	00:59,11	00:59,69	01:00,27	01:01,43	01:02,59	01:03,75	01:04,90	01:06,06	01:08,38	01:10,12	01:05,48	01:07,22	01:10,12	01:13,02
16º	200 L	02:04,47	02:06,96	02:08,20	02:09,45	02:11,94	02:14,43	02:16,92	02:19,41	02:21,90	02:26,87	02:30,61	02:20,65	02:24,39	02:30,61	02:36,83
12º	400 L	04:19,58	04:24,77	04:27,37	04:29,96	04:35,15	04:40,35	04:45,54	04:50,73	04:55,92	05:06,30	05:14,09	04:53,33	05:01,11	05:14,09	05:27,07
8º	800 L	08:46,75	08:57,28	09:02,55	09:07,82	09:18,36	09:28,89	09:39,43	09:49,96	10:00,50	10:21,57	10:37,37	09:55,23	10:11,03	10:37,37	11:03,71
8º	1500 L	17:18,56	17:39,33	17:49,72	18:00,10	18:20,87	18:41,64	19:02,42	19:23,19	19:43,96	20:25,50	20:56,66	19:33,57	20:04,73	20:56,66	21:48,59
24º	50 C	00:30,45	00:31,06	00:31,36	00:31,67	00:32,28	00:32,89	00:33,49	00:34,10	00:34,71	00:35,93	00:36,84	00:34,41	00:35,32	00:36,84	00:38,37
20º	100 C	01:04,97	01:06,27	01:06,92	01:07,57	01:08,87	01:10,17	01:11,47	01:12,77	01:14,07	01:16,66	01:18,61	01:13,42	01:15,37	01:18,61	01:21,86
16º	200 C	02:20,72	02:23,53	02:24,94	02:26,35	02:29,16	02:31,98	02:34,79	02:37,61	02:40,42	02:46,05	02:50,27	02:39,01	02:43,24	02:50,27	02:57,31
24º	50 B	00:34,28	00:34,97	00:35,31	00:35,65	00:36,34	00:37,02	00:37,71	00:38,39	00:39,08	00:40,45	00:41,48	00:38,74	00:39,76	00:41,48	00:43,19
20º	100 B	01:13,91	01:15,39	01:16,13	01:16,87	01:18,34	01:19,82	01:21,30	01:22,78	01:24,26	01:27,21	01:29,43	01:23,52	01:25,74	01:29,43	01:33,13
16º	200 B	02:37,74	02:40,89	02:42,47	02:44,05	02:47,20	02:50,36	02:53,51	02:56,67	02:59,82	03:06,13	03:10,87	02:58,25	03:02,98	03:10,87	03:18,75
24º	50 M	00:29,04	00:29,62	00:29,91	00:30,20	00:30,78	00:31,36	00:31,94	00:32,52	00:33,11	00:34,27	00:35,14	00:32,82	00:33,69	00:35,14	00:36,59
20º	100 M	01:04,65	01:05,94	01:06,59	01:07,24	01:08,53	01:09,82	01:11,12	01:12,41	01:13,70	01:16,29	01:18,23	01:13,05	01:14,99	01:18,23	01:21,46
16º	200 M	02:21,94	02:24,78	02:26,20	02:27,62	02:30,46	02:33,30	02:36,13	02:38,97	02:41,81	02:47,49	02:51,75	02:40,39	02:44,65	02:51,75	02:58,84
20º	100 E	01:06,89	01:08,23	01:08,90	01:09,57	01:10,90	01:12,24	01:13,58	01:14,92	01:16,25	01:18,93	01:20,94	01:15,59	01:17,59	01:20,94	01:24,28
16º	200 E	02:22,41	02:25,26	02:26,68	02:28,11	02:30,95	02:33,80	02:36,65	02:39,50	02:42,35	02:48,04	02:52,32	02:40,92	02:45,20	02:52,32	02:59,44
12º	400 E	04:58,69	05:04,66	05:07,65	05:10,64	05:16,61	05:22,59	05:28,56	05:34,53	05:40,51	05:52,45	06:01,41	05:37,52	05:46,48	06:01,41	06:16,35
8º	4X100 L	03:55,67	04:00,38	04:02,74	04:05,10	04:09,81	04:14,52	04:19,24	04:23,95	04:28,66	04:38,09	04:45,16	04:26,31	04:33,38	04:45,16	04:56,94
8º	4X200 L	08:33,27	08:43,54	08:48,67	08:53,80	09:04,07	09:14,33	09:24,60	09:34,86	09:45,13	10:05,66	10:21,06	09:40,00	09:55,39	10:21,06	10:46,72
8º	4X100 E	04:19,35	04:24,54	04:27,13	04:29,72	04:34,91	04:40,10	04:45,28	04:50,47	04:55,66	05:06,03	05:13,81	04:53,07	05:00,85	05:13,81	05:26,78
8º	4X50 E	02:00,48	02:02,89	02:04,09	02:05,30	02:07,71	02:10,12	02:12,53	02:14,94	02:17,35	02:22,17	02:25,78	02:16,14	02:19,76	02:25,78	02:31,80
8º	4X50 L	01:50,35	01:52,56	01:53,66	01:54,76	01:56,97	01:59,18	02:01,39	02:03,59	02:05,80	02:10,21	02:13,52	02:04,70	02:08,01	02:13,52	02:19,04
Média	Misto	ABS	Sênior	Sub21	Júnior	1ºJúnior	Juv A-Jul	Juv A-Mar	Juv B-Jul	Juv B-Mar	Inf A	Inf B	Juv A	Juv B	Inf A	Inf B
Média	4X100 L M	03:40,98	03:45,39	03:47,60	03:49,81	03:56,44	04:00,86	04:05,28	04:09,70	04:14,12	04:27,38	04:36,22	04:11,91	04:18,54	04:31,80	04:45,06
Média	4X100 E M	03:54,77	03:59,46	04:01,81	04:04,16	04:11,20	04:15,90	04:20,59	04:25,29	04:29,98	04:44,07	04:53,46	04:27,64	04:34,68	04:48,77	05:02,85
Média	4x50 L M	01:43,21	01:45,28	01:46,31	01:47,34	01:50,44	01:52,50	01:54,57	01:56,63	01:58,70	02:04,89	02:09,02	01:57,67	02:00,76	02:06,95	02:13,15
Média	4x50 E M	01:52,69	01:54,95	01:56,08	01:57,20	02:00,58	02:02,84	02:05,09	02:07,35	02:09,60	02:16,36	02:20,87	02:08,47	02:11,85	02:18,61	02:25,38

Nota:

Escalões a Azul Claro – TACs Competições Nacionais
 Escalões a Azul – TACs Torneios Zonais

Justificação: Diferença de percentagem Masculino vs. Feminino: A diferença nos critérios percentuais entre atletas masculinos e femininos existe porque as categorias de idade (escalões até juniores) das mulheres irão manter-se no mesmo que na época anterior. Resumidamente, é aplicada uma percentagem mais baixa ao tempo de referência (ranking) e, portanto, mais exigente.