

## i) Campeonato Nacional de Juvenis.

<b>Introdução</b>	A competição realizar-se-á através de eliminatórias em todas as sessões.				
<b>Local</b>	ANC – Centro Olímpico de Piscinas Municipais de Coimbra				
<b>Informações locais</b>	<a href="https://www.cm-coimbra.pt/">https://www.cm-coimbra.pt/</a>				
<b>Data</b>	20 a 22 de março de 2026				
<b>Participação</b>	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 2025 e 10 de março de 2026.				
<b>Programa</b>	<b>20 Mar–16h00m 1ª Sessão</b>	<b>21 Mar – 9h00m 2ª Sessão</b>	<b>21 Mar–16h00m 3ª Sessão</b>	<b>22 Mar–9h00m 4ª Sessão</b>	<b>22 Mar–16h00m 5ª Sessão</b>
	400 Est Fem	800 Liv Fem	200 Liv Mas	1500 Liv Mas	200 Liv Fem
	400 Est Mas	400 Liv Mas	100 Liv Fem	400 Liv Fem	100 Liv Mas
	50 Bru Fem	200 Bru Fem	100 Bru Mas	200 Bru Mas	100 Bru Fem
	50 Bru Mas	Medalhas	Medalhas	Medalhas	Medalhas
	100 Cos Fem	200 Cos Mas	200 Mar Fem	200 Cos Fem	200 Mar Mas
	100 Cos Mas	200 Est Fem	100 Mar Mas	200 Est Mas	100 Mar Fem
	50 Liv Fem	50 Mar Mas	50 Cos Fem	4x100 Liv Misto	Medalhas
	50 Liv Mas	50 Mar Fem	50 Cos Mas	Medalhas	4x100 Est Mas
	Medalhas	4x100 Est Misto	Medalhas		4x100 Liv Fem
	4x200 Liv Fem	Medalhas	4x100 Est Fem		Medalhas
	4x200 Liv Mas		4x100 Liv Mas		
		Medalhas			
<b>Crítérios de Admissão</b>	<p><b>Participação:</b> Podem participar nadadores e equipas de estafeta, 1 por clube, escalão etário e sexo, da categoria de Juvenis, que tenham obtido o <b>TAC, apresentado em anexo a)</b>, nas respetivas distâncias e técnicas.</p> <p><b>Inscrição:</b> Cada nadador pode ser inscrito em 5 provas individuais mais as estafetas ao longo das 3 jornadas/5 sessões, sem limite por sessão.</p> <p><b>Exceção aos TACs:</b> 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.</p>				
<b>Inscrições</b>	<p>Inscrições devem ser realizadas por e-mail para <a href="mailto:inscricoes@fnatacao.pt">inscricoes@fnatacao.pt</a> até 10 de março de 2026.</p> <p>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.</p> <p>Os nadadores da estafeta devem constar da lista de participantes do clube.</p> <p>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.</p>				
<b>Regras Específicas</b>	<p><b>Agrupamento por Séries:</b> Os nadadores serão agrupados por séries com base nos tempos de inscrição, independentemente do escalão etário.</p> <p><b>Atribuição de Pistas:</b> Se houver mais de 1 nadador ou estafeta com o mesmo tempo de inscrição, a atribuição de pistas será aleatória pelo programa de provas.</p>				
<b>Classificações e Prémios</b>	<p><b>Classificações:</b> Haverá classificações separadas por prova e escalão etário.</p> <p><b>Prémios por Prova:</b> Serão premiados os 3 primeiros classificados de cada prova, grupo de idade e sexo.</p> <p><b>Prémios no Somatório:</b> Serão premiados os 3 primeiros classificados no somatório da pontuação da WA das 5 provas individuais, por grupo de idade e sexo.</p>				

## 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	02:12,85	02:14,98	02:23,12	02:30,10	02:12,65	02:17,30	02:24,29	02:33,80
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	00:58,64	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	01:07,39	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 L M	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 E M	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 L M	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 E M	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	02:44,56
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%	18%	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	11:07,71
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.