

**MASCULINOS E FEMININOS - Provas** - 50m livres; 100m livres; 200m livres; 400m livres; 800m livres; 1500m Livres; 100m costas; 200m costas; 100m bruços; 200m bruços; 100m mariposa; 200m mariposa 200m estilos; 400m estilos

MEDALHADO	TOP ELITE	ELITE	APOIO À QUALIFICAÇÃO
1º a 3º em JO	4º a 8º em JO	9º a 16º em JO	15º a 16º em CM
1º a 3º em CM	4º a 7º em CM	8º a 14º em CM	9º a 12º em CE
		1º a 8º em CE	Realização de marca da tabela anexa
		Realização de marca da tabela anexa	

**MASCULINOS E FEMININOS - Provas** - 4x100L M e F; 4x200L M e F; 4x100E M e F; 4x100L misto e 4x100E misto

MEDALHADO	TOP ELITE	ELITE	APOIO À QUALIFICAÇÃO
1º a 3º em JO	4º a 8º em JO	9º a 16º em JO	13º a 14º em CM
1º a 3º em CM	4º a 6º em CM	7º a 12º em CM	9º a 10º em CE
		1º a 8º em CE	

Abreviaturas: JO - Jogos Olímpicos; CM - Campeonato do Mundo; CE - Campeonato da Europa.

### TABELA DE MARCAS

MASCULINOS				PROVAS	FEMININOS			
AQ 22	AQ 23	AQ 24	ELITE		ELITE	AQ 24	AQ 23	AQ 22
22.29	22.07	21.96	21.82	50L	24.54	24.70	24.82	25.07
49.07	48.58	48.34	48.07	100L	53.53	53.61	53.88	54.41
1:47.85	1:46.79	1:46.26	1:45.77	200L	1:56.97	1:57.26	1:57.85	1:59.02
3:50.18	3:47.91	3:46.78	3:46.17	400L	4:06.26	4:07.90	4:09.14	4:11.62
7:58.72	7:54.01	7:51.65	7:49.94	800L	8:26.61	8:26.71	8:29.24	8:34.31
15:14.50	15:05.49	15:00.99	14:57.72	1500L	16:06.67	16:09.09	16:13.94	16:23.63
54.55	54.01	53.74	53.40	100C	59.62	59.99	1:00.29	1:00.89
1:59.26	1:58.09	1:57.50	1:56.62	200C	2:09.72	2:10.39	2:11.04	2:12.35
1:00.38	59.79	59.49	59.31	100B	1:06.37	1:06.79	1:07.12	1:07.79
2:11.48	2:10.33	2:09.68	2:09.03	200B	2:23.40	2:23.91	2:24.63	2:26.07
52.45	51.93	51.67	51.40	100M	57.54	57.92	58.21	58.79
1:57.52	1:56.36	1:55.78	1:55.25	200M	2:08.11	2:08.43	2:09.07	2:10.36
1:59.71	1:58.53	1:57.94	1:57.64	200E	2:10.81	2:11.47	2:12.13	2:13.44
4:16.26	4:13.76	4:12.50	4:11.87	400E	4:37.83	4:38.53	4:39.92	4:42.71



## PROJETO PARIS 2024

### NATAÇÃO PURA GRELHA DE INTEGRAÇÃO

#### Regras Específicas

- Classificações e posições de ranking a 2 atletas por CON/FN.
- O Acesso ao nível Elite e TOP Elite por via do resultado implica sempre a obtenção de marca de qualificação A.
- As integrações das Estafetas, por via do resultado, deverão sempre implicar uma classificação dentro dos 2 primeiros terços da classificação.
- Em cada época desportiva serão consideradas como competições de referência com vista à obtenção de marcas constantes da tabela definida, os Campeonatos Nacionais de Inverno de piscina Longa e uma competição em piscina Longa a indicar previamente ao COP que terá de estar homologada pela FINA com vista à obtenção de mínimos para o Mundial ou Jogos Olímpicos, para além da competição principal que será consoante a época, o Campeonato da Europa ou o Campeonato do Mundo.
- Assim que abrir o período para obtenção de mínimos, estes poderão ser obtidos em qualquer competição que se encontre homologada pela FINA para o efeito.

#### Critério de qualidade para suplente de estafeta

Ficam estabelecidos como critérios de qualidade para o elemento suplente da estafeta:

- a) Estafetas Livres - Caso haja elementos da estafeta com mínimo A na distância da estafeta o suplente tem de ter uma marca que não ultrapasse em 1% a média dos elementos que não têm mínimo A
- b) Estafetas Livres - Caso nenhum dos elementos tenha mínimo A na distância o suplente tem de ter marca que não ultrapasse em 1% a média dos elementos que compõem a estafeta.
- c) Estafeta Estilos - Limite de 2% sobre o mínimo A da FINA na distância.