

## Relatório da participação no Arena Lisbon International Meeting 2026 – Oeiras (POR)

Uma delegação portuguesa de 15 nadadores, composta por jovens promessas, participou no Arena Lisbon International Meeting 2026. A competição, que se realizou em Oeiras, contou com a participação de 770 nadadores em representação de clubes e seleções nacionais, oriundos de Portugal, Espanha, França, Grã-Bretanha, Irlanda, Dinamarca, Estados Unidos, Itália, Israel e Angola.

### 1. COMPOSIÇÃO DA SELEÇÃO NACIONAL

A comitiva portuguesa, foi liderada pelo DTN Ricardo Antunes e DTN-Adj Paulo Franco, acompanhados pelos treinadores João Paulo Frois e Diogo Banza Pinto, competiu em 53 provas diferentes. Os atletas e as provas em que participaram foram as seguintes:

- AZEVEDO, Constanca Lourenco (LAGAC): 100 C, 200 E, 400 E, 50 C e 200 C
- BARROSO, Juliana Bushe (FCF): 100 C, 100 M, 50 M e 50 C
- BRITO, Rita Canas (CNS): 50 B, 200 E, 50 M e 100 B
- CARDEAL, Leonor Nunes (CAQC): 50 L, 200 L, 400 L e 100 L
- CARVALHO, Matilde Brandao (CFP): 50 L, 100 C, 50 C e 100 L
- HOLUB, Sofia Hryhorivna (VSC): 800 L, 200 L e 400 L
- KOSLOVA, Valeria (SCB) :200 B, 200 E, 400 L, 400 E e 100 B
- MOURA, Margarida Ferreira (SCP): 200 L, 200 E, 50 M e 100 L
- TAVEIRA, Carolina Ratola (CGA): 100 C, 50 C e 200 C
- VIEIRA, Frederica Vinhas (CDCA): 50 L, 100 C e 50 C
- ALECRIM, Rodolfo Júnior (CNL): 100 L, 50 L e 200 L
- ALMEIDA, David Xavier (ADBA): 100 B, 50 B e 200 B
- MIMOSO, Renato Ferreira (SLB): 400 L, 100 L e 200 L
- MONTEIRO, Afonso Carvalho (GDNFAMA): 400 E, 1500 L e 200 E
- PAULO, Bernardo Goncalves (SFUAP):400 L e 1500 L



PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





## 2. OBJETIVOS GERAIS E ESPECÍFICOS

### OBJETIVOS GERAIS

#### C1\_AS\_JOV:

- Enquadramento na seleção nacional, com vista a participação nas diversas competições da seleção nacional jovem, através da obtenção de índices B e A para as seguintes atividades.
- Promover a convivência em grupo, fortalecendo o espírito de equipa e a identificação com os valores da seleção.
- Monitorizar a progressão dos nadadores, identificando áreas de melhoria e preparando-os para os desafios de competições internacionais futuras.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS PARA A COMPETIÇÃO:

- Finais B – 20 – 38%
- Finais A – 4 – 8%
- Finais – 46%
- Provas > 100% RP
- N.º RP = 26 provas (50%)
- Obtenção de 2 recordes nacionais de categoria.

## 3. RESULTADOS OBTIDOS

Nome do praticante/ Equipa	Prova	Nº de Atletas Participantes	Classificação	Resultado	Eliminatória/Final	Recorde Pessoal	% em relação RP
Rodolfo Júnior Alecrim	100 Livres	134	15º	00:52,66	Eliminatória	00:52,43	99,56%
David Xavier Almeida	100 Bruços	83	10º	01:05,42	Eliminatória	01:06,00	100,89%
Renato Ferreira Mimoso	400 Livres	68	15º	04:09,69	Eliminatória	04:12,92	101,29%
Renato Ferreira Mimoso	100 Livres	134	40º	00:54,13	Eliminatória	00:55,20	101,98%
Afonso Carvalho Monteiro	400 Estilos	20	11º	04:49,33	Eliminatória	04:51,78	100,85%
Bernardo Gonçalves Paulo	400 Livres	68	29º	04:18,91	Eliminatória	04:32,33	105,18%
Constança Lourenço Azevedo	100 Costas	79	25º	01:08,53	Eliminatória	01:07,94	99,14%
Constança Lourenço Azevedo	200 Estilos	64	26º	02:31,48	Eliminatória	02:28,02	97,72%
Juliana Bushe Barroso	100 Costas	79	32º	01:09,54	Eliminatória	01:06,88	96,17%
Juliana Bushe Barroso	100 Mariposa	68	30º	01:07,90	Eliminatória	01:07,80	99,85%
Rita Canas Brito	50 Bruços	57	24º	00:35,26	Eliminatória	00:33,77	95,77%
Rita Canas Brito	200 Estilos	64	36º	02:33,99	Eliminatória	02:30,80	97,93%
Leonor Nunes Cardeal	50 Livres	134	42º	00:28,16	Eliminatória	00:28,48	101,14%
Leonor Nunes Cardeal	200 Livres	83	53º	02:16,61	Eliminatória	02:09,94	95,12%
Matilde Brandão Carvalho	50 Livres	134	34º	00:27,98	Eliminatória	00:27,67	98,89%
Matilde Brandão Carvalho	100 Costas	79	40º	01:10,67	Eliminatória	01:06,17	93,63%
Sofia Hryhorivna Holub	800 Livres	20	14º	09:31,27	Eliminatória	09:40,05	101,54%
Sofia Hryhorivna Holub	200 Livres	83	35º	02:13,87	Eliminatória	02:13,32	99,59%

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





Nome do praticante/ Equipa	Prova	Nº de Atletas Participantes	Classificação	Resultado	Eliminatória/Final	Recorde Pessoal	% em relação RP
Valeria Koslova	200 Bruços	31	10º	02:46,13	Eliminatória	02:40,32	96,50%
Valeria Koslova	200 Estilos	64	22º	02:30,66	Eliminatória	02:28,81	98,77%
Margarida Ferreira Moura	200 Livres	83	37º	02:14,08	Eliminatória	02:10,68	97,46%
Margarida Ferreira Moura	200 Estilos	64	32º	02:32,88	Eliminatória	02:29,67	97,90%
Carolina Ratola Taveira	100 Costas	79	7º	01:05,50	Eliminatória	01:04,93	99,13%
Frederica Vinhas Vieira	50 Livres	134	67º	00:28,93	Eliminatória	00:28,07	97,03%
Frederica Vinhas Vieira	100 Costas	79	34º	01:09,57	Eliminatória	01:10,51	101,35%
Rodolfo Júnior Alecrim	50 Livres	133	8º	00:23,72	Eliminatória	00:23,42	98,74%
Rodolfo Júnior Alecrim	200 Livres	87	58º	02:03,55	Eliminatória	01:59,75	96,92%
David Xavier Almeida	50 Bruços	65	22º	00:30,77	Eliminatória	00:31,10	101,07%
David Xavier Almeida	200 Bruços	47	4º	02:26,96	Eliminatória	02:25,14	98,76%
Renato Ferreira Mimoso	200 Livres	87	23º	01:57,46	Eliminatória	01:57,56	100,09%
Afonso Carvalho Monteiro	1500 Livres	20	7º	16:51,53	Eliminatória	17:06,65	101,49%
Afonso Carvalho Monteiro	200 Estilos	61	20º	02:15,82	Eliminatória	02:17,30	101,09%
Bernardo Gonçalves Paulo	1500 Livres	20	8º	16:55,85	Eliminatória	16:59,43	100,35%
Constança Lourenço Azevedo	400 Estilos	20	14º	05:22,10	Eliminatória	05:15,43	97,93%
Constança Lourenço Azevedo	50 Costas	72	24º	00:32,17	Eliminatória	00:31,59	98,20%
Constança Lourenço Azevedo	200 Costas	53	31º	02:30,66	Eliminatória	02:24,53	95,93%
Juliana Bushe Barroso	50 Mariposa	94	27º	00:29,81	Eliminatória	00:29,20	97,95%
Juliana Bushe Barroso	50 Costas	72	23º	00:32,07	Eliminatória	00:31,49	98,19%
Rita Canas Brito	50 Mariposa	94	33º	00:29,94	Eliminatória	00:30,03	100,30%
Rita Canas Brito	100 Bruços	66	18º	01:16,40	Eliminatória	01:14,41	97,40%
Leonor Nunes Cardeal	400 Livres	52	25º	04:46,51	Eliminatória	04:32,03	94,95%
Leonor Nunes Cardeal	100 Livres	115	52º	01:02,40	Eliminatória	01:01,43	98,45%
Matilde Brandão Carvalho	50 Costas	72	16º	00:31,07	Eliminatória	00:30,77	99,03%
Matilde Brandão Carvalho	100 Livres	115	42º	01:01,82	Eliminatória	01:04,01	103,54%
Sofia Hryhorivna Holub	400 Livres	52	13º	04:36,04	Eliminatória	04:35,69	99,87%
Valeria Koslova	400 Livres	52	38º	04:56,81	Eliminatória	04:57,56	100,25%
Valeria Koslova	100 Bruços	66	32º	01:19,71	Eliminatória	01:16,95	96,54%
Margarida Ferreira Moura	50 Mariposa	94	41º	00:30,28	Eliminatória	00:31,24	103,17%
Margarida Ferreira Moura	100 Livres	115	23º	01:00,48	Eliminatória	01:00,94	100,76%
Carolina Ratola Taveira	50 Costas	72	9º	00:30,64	Eliminatória	00:30,97	101,08%
Carolina Ratola Taveira	200 Costas	53	10º	02:21,79	Eliminatória	02:22,82	100,73%
Frederica Vinhas Vieira	50 Costas	72	7º	00:30,35	Eliminatória	00:30,50	100,49%
Valeria Koslova	400 Estilos	20	13º	05:20,63	Eliminatória	05:19,67	99,70%
Rodolfo Júnior Alecrim	100 Livres	20	14º	00:52,61	Final B	00:52,43	99,66%
David Xavier Almeida	100 Bruços	10	10º	01:06,12	Final A	01:05,42	98,94%

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS



Moradia Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

☎ +351 21 415 81 90/91

✉ +351 21 419 17 39

✉ secretaria@fpnatacao.pt



Nome do praticante/ Equipa	Prova	Nº de Atletas Participantes	Classificação	Resultado	Eliminatória/Final	Recorde Pessoal	% em relação RP
Renato Ferreira Mimoso	400 Livres	20	12º	04:06,67	Final B	04:09,69	101,22%
Valeria Koslova	200 Bruços	10	8º	02:44,11	Final A	02:40,32	97,69%
Valeria Koslova	200 Estilos	20	20º	02:31,39	Final B	02:28,81	98,30%
Carolina Ratola Taveira	100 Costas	10	7º	01:04,90	Final A	01:04,93	100,05%
Rodolfo Júnior Alecrim	50 Livres	10	10º	00:23,82	Final A	00:23,42	98,32%
David Xavier Almeida	200 Bruços	10	3º	02:23,63	Final A	02:25,14	101,05%
Rita Canas Brito	100 Bruços	20	20º	01:17,68	Final B	01:14,41	95,79%
Matilde Brandão Carvalho	50 Costas	20	13º	00:30,95	Final B	00:30,77	99,42%
Sofia Hryhorivna Holub	400 Livres	10	9º	04:36,09	Final A	04:35,69	99,86%
Carolina Ratola Taveira	50 Costas	10	10º	00:30,82	Final A	00:30,64	99,42%
Carolina Ratola Taveira	200 Costas	10	10º	02:22,94	Final A	02:21,79	99,20%
Frederica Vinhas Vieira	50 Costas	10	9º	00:30,76	Final A	00:30,35	98,67%
Afonso Carvalho Monteiro	200 Estilos	20	16º	02:15,72	Final B	02:15,82	100,07%

## Resumo:

### Mínimos PAR – JOV B (3):

- Renato Mimoso – 200 Livres
- David Almeida – 100 Bruços
- Matilde Carvalho – 50 Costas

### Mínimos PAR – JOV A (7):

- Rodolfo Alecrim – 50 e 100 Livres
- Renato Mimoso – 400 Livres
- Frederica Vieira – 50 Costas
- Carolina Taveira – 50, 100 e 200 Costas

### Recorde Nacionais:

- JUV 16 – Rodolfo Júnior Alecrim – 50 Livres

### Pódios (1-0/0/1):

- 3º David Xavier Almeida – 200 Bruços

### Finais:

- 6 resultados nos 8 primeiros
- 13 resultados nos 16 primeiros

25 Recordes Pessoais e 99,19% de rendimento médio relativamente ao recorde pessoal.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





#### 4. CONCLUSÕES

A participação da Seleção Nacional Jovem no Arena Lisbon International Meeting 2026, realizado em Oeiras, permitiu uma avaliação objetiva do cumprimento dos objetivos gerais e específicos definidos para esta ação, num contexto competitivo de elevada participação internacional e forte densidade competitiva.

##### a) Cumprimento dos objetivos gerais

Os objetivos definidos para esta ação foram globalmente cumpridos. A participação no Arena Lisbon International Meeting 2026 permitiu:

- Integrar os nadadores na dinâmica da Seleção Nacional Jovem, reforçando o sentido de pertença e a identificação com os valores institucionais;
- Promover a convivência em grupo e consolidar o espírito de equipa num contexto competitivo exigente;
- Expor os atletas a uma competição de elevada densidade internacional (770 nadadores de múltiplos países), potenciando experiências relevantes para o seu percurso formativo;
- Monitorizar de forma objetiva a progressão individual, através da comparação direta com recordes pessoais e indicadores de rendimento.

A competição revelou-se adequada para aferir o estado de preparação nesta fase da época e para identificar prioridades técnicas e estratégicas para o ciclo competitivo seguinte.

##### b) Cumprimento dos objetivos competitivos e quantitativos

Os indicadores competitivos demonstram um desempenho consistente e alinhado com as metas traçadas, com algumas exceções de resultados abaixo do esperado.

Resultados globais obtidos:

- 6 classificações nos 8 primeiros lugares;
- 13 classificações nos 16 primeiros lugares;
- 1 pódio (3.º lugar – 200 Bruços – David Xavier Almeida);
- 25 recordes pessoais;
- Rendimento médio global de 99,19% face ao recorde pessoal.

Embora o número total de finais tenha ficado abaixo da projeção máxima inicialmente estabelecida, a taxa média de rendimento próxima dos 100% evidencia estabilidade competitiva e adequação do planeamento à fase da época. A obtenção de 25 recordes pessoais (37% das provas realizadas) confirma capacidade de evolução individual, ainda que subsistam situações pontuais onde o rendimento ficou abaixo do potencial expectável, justificando intervenção específica.

##### c) Recordes nacionais e objetivos de qualificação

No domínio estratégico do desenvolvimento e qualificação:

- Foi alcançado 1 Recorde Nacional de categoria: JUV 16 – Rodolfo Júnior Alecrim – 50 Livres
- Foram obtidos 10 mínimos para o Plano de Alto Rendimento Jovem (PAR – JOV):

###### PAR – JOV B (3):

- Renato Mimoso – 200 Livres
- David Almeida – 100 Bruços
- Matilde Carvalho – 50 Costas

###### PAR – JOV A (7):

- Renato Mimoso – 400 Livres

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





- Rodolfo Alecrim – 50 e 100 Livres
- Frederica Vieira – 50 Costas
- Carolina Taveira – 50, 100 e 200 Costas

A obtenção destes mínimos confirma a progressão sustentada de vários atletas e valida o processo de preparação desenvolvido em articulação com os clubes.

#### d) Síntese final

A participação da Seleção Nacional Jovem no Arena Lisbon International Meeting 2026 pode ser considerada globalmente positiva, com a necessidade de analisar individualmente algumas prestações desportivas.

Em síntese:

- Verificou-se integração adequada dos atletas na dinâmica da Seleção;
- Registou-se consistência competitiva, expressa num rendimento médio de 99,19% face ao recorde pessoal;
- Foram alcançados 25 recordes pessoais;
- Conquistou-se 1 pódio e 1 recorde nacional de categoria;
- Obtiveram-se 10 mínimos estratégicos para o PAR Jovem.

Os resultados obtidos confirmam a relevância desta competição como etapa intermédia de avaliação e consolidação competitiva, reforçando a importância da exposição regular a contextos internacionais exigentes no processo de desenvolvimento da natação jovem portuguesa.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS

