



Associação Brasileira de Masters de Natação

FUNDADA EM 8 DE DEZEMBRO DE 1984

Av. Treze de Maio, 23 - sala 740 | Centro | Rio de Janeiro | RJ | Brasil | CEP 20031-007

Telefone: +55 (21) 2240-8591 | Telefax: +55 (21) 2532-5948

Site Oficial: www.abmn.org.br | E-mail: abmn@abmn.org.br

CNPJ 29.411.683/0001-51 | Inscrição Estadual: Isento | Inscrição Municipal: 300.260-8

TABELA DE TEMPOS-BASE PARA CÁLCULO DO ÍNDICE TÉCNICO UTILIZANDO A FÓRMULA DE PONTOS DA WORLD AQUATICS TEMPORADA 2026

EXPLICAÇÃO:

A tabela de tempos-base utilizada pela Associação Brasileira de Masters de Natação – ABMN – é baseado no recorde mundial absoluto estabelecido até a data de 31 de Dezembro da temporada anterior – inclusive para piscina de 25 metros. Esta mesma tabela é utilizada pela World Aquatics, entidade máxima do esporte.

Para cálculo dos pontos que serão utilizados como índice técnico, pega-se o tempo-base e divide-se ele pelo tempo obtido. Esse resultado é elevado à 3ª. potência e multiplicado por 1000. O número resultando deve ser um número inteiro positivo, e o número deve ser truncado (por exemplo, 567,21 corresponde a 567 pontos e 463,98 corresponde a 463 pontos). O número inteiro final é considerado a pontuação obtida. Os tempos-base (que correspondem ao número 1000 na pontuação) são atualizados anualmente.

Quanto maior a pontuação (mais próximo ou superior aos 1000 pontos), melhor a performance.

É decisão da ABMN e de suas Associações e Federações filiadas a utilização dessa tabela e a aplicação da fórmula. A ABMN oferece em seu sistema outra forma de cálculo de índice técnico, usando como base o recorde mundial master de cada faixa etária e gênero, dividindo o resultado alcançado pelo recorde mundial. O número é então convertido em percentagem, com até duas casas decimais.

Por exemplo, o atleta nadou para 1:33.00 nos 100 livre e o recorde mundial master de sua mesma faixa etária é 1:24.50. Converte-se ambos os tempos para segundos (93,00 e 84,50), divide-se o resultado pelo recorde mundial master (93,00 / 84,50) e multiplica-se por 100 (1,10059172 x 100), e arredondamos simples (0,017 vira 0,02, enquanto que 0,014 ou 0,015 vira 0,01) o resultado em até duas casas decimais, resultando em 110,06.

Neste caso, quanto menor a pontuação (mais próximo ou inferior ao recorde mundial da faixa etária), melhor a performance.

A tabela de recordes mundiais masters alterou seu processo de atualização e é agora atualizada sem especificar período, podendo ser várias vezes por ano pela World Aquatics. A ABMN esforça-se continuamente em manter essa tabela atualizada em seu próprio sistema.

Documento revisado em 28/Janeiro/2026.



Entidade Oficial dos Esportes Aquáticos Masters no Brasil
pela Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos
Filiada à World Aquatics, PanAm Aquatics e Consada



Associação Brasileira de Masters de Natação

FUNDADA EM 8 DE DEZEMBRO DE 1984

Av. Treze de Maio, 23 - sala 740 | Centro | Rio de Janeiro | RJ | Brasil | CEP 20031-007

Telefone: +55 (21) 2240-8591 | Telefax: +55 (21) 2532-5948

Site Oficial: www.abmn.org.br | E-mail: abmn@abmn.org.br

CNPJ 29.411.683/0001-51 | Inscrição Estadual: Isento | Inscrição Municipal: 300.260-8

TABELA DE TEMPOS-BASE PARA CÁLCULO DO ÍNDICE TÉCNICO UTILIZANDO A FÓRMULA DE PONTOS DA WORLD AQUATICS

TEMPORADA 2026

prova	piscina	base
50 LIVRE FEM	25	2283
100 LIVRE FEM	25	4993
200 LIVRE FEM	25	14936
400 LIVRE FEM	25	35025
800 LIVRE FEM	25	75400
1500 LIVRE FEM	25	150824
50 COSTAS FEM	25	2523
100 COSTAS FEM	25	5402
200 COSTAS FEM	25	15733
50 PEITO FEM	25	2837
100 PEITO FEM	25	10236
200 PEITO FEM	25	21250
50 BORBOLETA FEM	25	2394
100 BORBOLETA FEM	25	5271
200 BORBOLETA FEM	25	15932
100 MEDLEY FEM	25	5511
200 MEDLEY FEM	25	20163
400 MEDLEY FEM	25	41548
50 LIVRE MASC	25	1990
100 LIVRE MASC	25	4484
200 LIVRE MASC	25	13861
400 LIVRE MASC	25	33225
800 LIVRE MASC	25	72046
1500 LIVRE MASC	25	140688
50 COSTAS MASC	25	2211
100 COSTAS MASC	25	4816
200 COSTAS MASC	25	14512
50 PEITO MASC	25	2495
100 PEITO MASC	25	5528
200 PEITO MASC	25	15952
50 BORBOLETA MASC	25	2132
100 BORBOLETA MASC	25	4768
200 BORBOLETA MASC	25	14685
100 MEDLEY MASC	25	4928
200 MEDLEY MASC	25	14888
400 MEDLEY MASC	25	35481



Associação Brasileira de Masters de Natação

FUNDADA EM 8 DE DEZEMBRO DE 1984

Av. Treze de Maio, 23 - sala 740 | Centro | Rio de Janeiro | RJ | Brasil | CEP 20031-007

Telefone: +55 (21) 2240-8591 | Telefax: +55 (21) 2532-5948

Site Oficial: www.abmn.org.br | E-mail: abmn@abmn.org.br

CNPJ 29.411.683/0001-51 | Inscrição Estadual: Isento | Inscrição Municipal: 300.260-8

TABELA DE TEMPOS-BASE PARA CÁLCULO DO ÍNDICE TÉCNICO UTILIZANDO A FÓRMULA DE PONTOS DA WORLD AQUATICS TEMPORADA 2026

prova	piscina	base
50 LIVRE FEM	50	2361
100 LIVRE FEM	50	5171
200 LIVRE FEM	50	15223
400 LIVRE FEM	50	35418
800 LIVRE FEM	50	80412
1500 LIVRE FEM	50	152048
50 COSTAS FEM	50	2686
100 COSTAS FEM	50	5713
200 COSTAS FEM	50	20314
50 PEITO FEM	50	2916
100 PEITO FEM	50	10413
200 PEITO FEM	50	21755
50 BORBOLETA FEM	50	2443
100 BORBOLETA FEM	50	5460
200 BORBOLETA FEM	50	20181
200 MEDLEY FEM	50	20570
400 MEDLEY FEM	50	42365
50 LIVRE MASC	50	2091
100 LIVRE MASC	50	4640
200 LIVRE MASC	50	14200
400 LIVRE MASC	50	33996
800 LIVRE MASC	50	73212
1500 LIVRE MASC	50	143067
50 COSTAS MASC	50	2355
100 COSTAS MASC	50	5160
200 COSTAS MASC	50	15192
50 PEITO MASC	50	2595
100 PEITO MASC	50	5688
200 PEITO MASC	50	20548
50 BORBOLETA MASC	50	2227
100 BORBOLETA MASC	50	4945
200 BORBOLETA MASC	50	15034
200 MEDLEY MASC	50	15269
400 MEDLEY MASC	50	40250