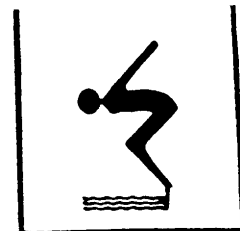


FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO



(Filiada nas F. I. N. A., L. E. N. e U. P. M.)
INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA



COMUNICADO Nº 8/89
Lisboa, 5 de Maio de 1989

1- CAMPEONATO DE CLUBES DA CEE - Hamburgo 29 e 30 Abril

Foram os seguintes os resultados dos nadadores do FCP (femininos) e SLB (masculinos):

100M	4ª	Diogo Madeira	00.57,89 (El.)			
	5ª	" "	00.57,64 (Fin.)			
50M	11ª	Luisa Rosa	00.33,15			
100L	9ª	Henrique Villaret	00.55,40			
50L	10ª	Carla Ortigão	✓00.28,80			
100C	9ª	Gonçalo Francisco	01.03,75			
50C	7ª	Natacha Sousa	00.32,98 (el.)			
	4ª	" "	00.32,30 (Fin.)			
100B	8ª	Alexandre Yokochi	01.07,96 (el.)			
	5ª	" "	01.07,21 (Fin.)			
50B	10ª	Elsa Leirós	00.39,26			
400L	7ª	João Santos	01.01,85	02.05,92	04.13,42 (el.)	
	7ª	" "	01.00,96	02.05,69	04.15,33 (Fin.)	
200E	10ª	Natacha Sousa	02.31,36			
4x50L	12ª	Henrique Villaret, Nuno Castro	00.25,53	01.43,46		
		Nuno Resende, João Santos				
4x50E	11ª	Natacha Sousa, Filipa Costa		02.16,04		
		Luisa Rosa, Carla Ortigão				
800L	9ª	Rita Fernandes	01.07,92	02.19,28	04.44,21	09.32,03
100M	11ª	Luisa Rosa	01.11,45			
50M	8ª	Diogo Madeira	00.27,04 (el.)			
	8ª	" "	00.27,12 (fin.)			
100L	8ª	Carla Ortigão	01.03,36 (el.)			
	7ª	Carla Ortigão	01.02,81 (fin.)			
50L	8ª	Henrique Villaret	00.25,25 (el.)			
	8ª	Henrique Villaret	00.25,46 (fin.)			
100C	6ª	Natacha Sousa	01.10,91 (el.)			
	6ª	Natacha Sousa	01.09,74 (fin.)			
50C	10ª	Gonçalo Francisco	00.29,51			
100B	11ª	Patricia Lobo	01.24,31			
50B	4ª	Alexandre Yokochi	00.31,05 (el.)			
	6ª	" "	00.31,18 (fin.)			
400L	7ª	Luisa Costa	01.07,37	02.17,05	04.38,03 (El.)	
	8ª	" "	01.06,74	02.17,87	04.42,76 (fin.)	
200E	7ª	Diogo Madeira	02.12,41 (el.)			
	6ª	" "	02.10,70 (fin.)			
4x50L	7ª	Natacha Sousa, Rita Fernandes	00.28,36	01.55,23 (el.)		
		Virgilia Gomes, Carla Ortigão				
	7ª	" " " " " " " "	00.28,00	01.54,71 (fin.)		
4x100E	6ª	Gonçalo Francisco, Yokochi	00.29,31	01.51,38		
		Diogo Madeira, Henrique Villaret				
	7ª	" " " " " " " "	00.29,00	01.50,57		
1500L	6ª	Joao Santos	01.04,04	02.10,31	04.24,67	16.54,16

Femininos

Masculinos

9ª FCP 54 p.

8ª SLB 71p.



2- REGRA DO ESTILO DE COSTAS - ESCLARECIMENTO

Baseada na recente informação da FINA a interpretação do Estilo de Costas passará a ser como se segue:

O nadador deve romper a superfície da água durante toda a distância excepto na partida e a seguir a cada viragem, situação em que uma parte do corpo deve romper a superfície da água antes que o corpo tenha passado completamente a marca dos 10m da parede acabada de deixar.

Daqui decorre que a superfície da água poderá ser cortada para além dos 10m, desde que parte do corpo esteja ainda dentro da zona dos 10m.

Nota: Sugere-se que as marcações dos 10m sejam assinaladas por marca contrastante nas pistas e nas paredes laterais.

3- RECTIFICAÇÃO AO PONTO 1. N/CIRCULAR Nº 10/89

Onde se lê "..... os tempos requeridos para a categoria, e sob proposta.....", deve ler-se "..... os tempos requeridos para a Categoria Europeia, e sob proposta.....".

4- CAMPEONATOS DA EUROPA DE BONA

Informam-se os interessados nos bilhetes para ingresso nas várias piscinas dos Campeonatos acima referidos, que poderão solicitar os devidos esclarecimentos na Secretaria da FPN.

5- RECORDE HOMOLOGADO Piscina de 50m

30/04/89	50L	JUN/ABS	00.28,36	Natacha Sousa	FCP	Hamburgo
"	"	"	00.28,00	"	"	"

6- ACÇÃO DE INFORMAÇÃO TÉCNICA

Aproveitando a realização do seu "2º Meeting Internacional" o Clube TAP com a colaboração da FPN - Departamento Técnico, leva a efeito a acção acima referida, objectivada à questão do "Treino de Alto Rendimento".

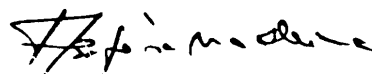
Esta acção terá lugar no próximo dias 12 de Maio no Hotel D.Afonso Henriques pelas 21H00, com o seguinte programa:

- 21H15 - "Alta Competição. Conceitos e problemas que coloca"
por Paulo Frischknecht
- 22H15 - "Consequências práticas dos resultados dos lactatos"
por José Gomes Pereira
- 23H15 - "Características específicas do Planeamento em Treino de Rendimento"
por António Vasconcelos Raposo

7- DIA OLIMPICO - RECTIFICAÇÃO AO PONTO 7 - CLASSIFICAÇÕES

As classificações serão separadas por categoria e sexo, em função do somatório de pontos, segundo a Tabela Portuguesa, obtido por cada nadador no conjunto das provas do respectivo programa.

Pela Direcção da FPN
O Secretário Geral


F. A. Sajara Madeira