



## CIRCULAR Nº 11/14

10/02/2014

**DISTRIBUIÇÃO:** Associações Territoriais e Clubes

**ASSUNTO:** Acções de Formação

***a) Acção de Formação Natação Sincronizada “Construção de Esquemas Livres, Treino Coreográfico e Elementos de Risco” – 8 e 9 de Março***

A Federação Portuguesa de Natação no seguimento do Plano Anual de Formação 2014, vai organizar uma Acção de Formação de Natação Sincronizada no âmbito da – Construção de esquemas livres, treino coreográfico e elementos de risco.

A acção realiza-se nos próximos dias 8 e 9 de Março na Ludoteca Afonso Lopes Vieira e no Complexo de Piscinas Municipais de Leiria e será assegurada pela formadora Sylvia Hernandez.

Mais informações em [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt) e no flyer em anexo.

***b) Acção de Formação FINA Open Water Swimming School – 21 a 23 de Março***

A Federação Portuguesa de Natação (FPN), em parceria com a Federação Internacional de Natação Amadora (FINA), vai organizar a 'FINA Open Water Swimming School', de 21 a 23 de Março, no Hotel Praia-Mar\*\*\*\*, em Carcavelos. A formação será assegurada pelo Formador FINA Mr. Greetham.

Mais informações em [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt) e no flyer em Anexo.

Pela Direcção da FPN

M. Freitas  
Vice-presidente Executivo





# ACÇÃO DE FORMAÇÃO

## FINA OPEN WATER SWIMMING OFFICIAL SCHOOLS 2014



**FORMADOR**

**SAMUEL GREETHAM—FINA TOWSC MEMBER**

**HOTEL PRAIA MAR\*\*\*\* — CARCAVELOS**

21 DE MARÇO—SEXTA FEIRA

09h00—12h30

14h00—18h30

22 DE MARÇO—SÁBADO

10h30—12h30

14h00—18h30

23 DE MARÇO—DOMINGO

Esclarecimento de D vidas e Exame Escrito



**VALOR DA INSCRIÇÃO**

 rbitros Nacionais: **Gratuito**,  rbitros Regionais: **25,00 **

Faça já a sua inscrição na Federação Portuguesa de Natação  
**Www.fpnatacao.pt**



# ACÇÃO DE FORMAÇÃO

Natação Sincronizada  
**Construção de Esquemas Livres**  
**Treino Coreográfico**  
**Elementos de Risco**



**FORMADORA**

**SYLVIA HERNANDEZ — TREINADORA RFEN**

**LUDOTECA AFONSO LOPES VIEIRA (PARQUE DA CIDADE) — PARTE TEÓRICA**  
**COMPLEXO DE PISCINAS MUNICIPAIS DE LEIRIA — PARTE PRÁTICA**

**8 DE MARÇO — SÁBADO**

09h30 — 13h00

14h30 — 19h30

**9 DE MARÇO — DOMINGO**

9h00 — 12h00

14h00 — 17h00



**INSCRIÇÃO NA FORMAÇÃO:**

Participantes na Formação de 1,2 e 3 de Novembro de 2013: **35,00€**. Outros: **40,00€**

(Inclui Documento de Apoio, Certificado de Participação, 15 horas de Formação)

**Faça já a sua inscrição na Federação Portuguesa de Natação**

**[www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt)**