

	Federa�o Portuguesa de Nata�o Moradia do Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 CRUZ QUEBRADA Tel 21 4158190/91 Fax 21 4191739 E-mail: secretaria@fpnatacao.pt					Data 02/02/05
						N�04/02
	CIRCULAR					

DISTRIBUI O: Associa es e Clubes de Nata o Sincronizada

ASSUNTO: Curso de treinadoras/ Est gio de atletas das categorias A e B de Nata o Sincronizada.

Vai realizar-se de **12 a 16 de Fevereiro**, na Piscina Municipal de Felgueiras um curso para treinadoras de Nata o Sincronizada e um est gio para atletas das categorias A e B orientado pela t cnica espanhola Laura Amor s.

As datas e os hor rios s o os seguintes:

	3� FEIRA, 12 FEVEREIRO	4� FEIRA, 13 FEVEREIRO	5� FEIRA, 14 FEVEREIRO	6� FEIRA, 15 FEVEREIRO	SÁBADO, 16 FEVEREIRO
09:00-10:30	-	A	A	A	A
10:30-12:30	A e B	B	B	B	B
12:30-14:00	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
14:30-15:30	Técnicas	Técnicas	Técnicas	Técnicas	
16:00-17:30	A	A	A	A	
17:30-19:30	B	B	B	B	
19:30-20:30	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	

Como j  vem sendo costume, o alojamento e a alimenta o ser o feitos na Estalagem/Restaurante " O Cangalho" (Tel: 255313853)

Ter o direito a alojamento e alimenta o todas as treinadoras e atletas inscritas, com excep o das atletas da FOCA, que s o almo am com o grupo.

Junto anexamos a ficha de inscri o de t cnicas e atletas, agradecendo que esta chegue   FPN o mais prontamente poss vel a fim de podermos ultimar as reservas.

Pela FPN

Isidoro Morgado
Presidente

Patrocinadores

SISTERPOOL
Tratamento de  guas

SPEEDO



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

Natação Sincronizada

Curso de treinadoras e Estágio de atletas das categorias A e B

12 a 16 de Fevereiro, Piscina Municipal de Felgueiras

INSCRIÇÃO DE ATLETAS

CATEGORIA A

NOME	DATA DE NASCIMENTO
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	

CATEGORIA B

NOME	DATA DE NASCIMENTO
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	

CATEGORIA C (extra-estágio)

NOME	DATA DE NASCIMENTO
1	
2	
3	
4	
5	
6	



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

Natação Sincronizada

Curso de treinadoras e Estágio de atletas das categorias A e B

12 a 16 de Fevereiro, Piscina Municipal de Felgueiras

INSCRIÇÃO DE TREINADORAS

CLUBE: _____

NOME
1
2
3
4
5
6
7
8