



COMUNICADO Nº08/96
Lisboa, 27 de Maio de 1996

1 - COMEN CUP 96 - ATENAS (GRE) - 21/23 JUNHO 96

Para esta competição e sob proposta do DTN, a Direcção da FPN, decidiu convocar os seguintes atletas:

Masc.			Fem.
Miguel Carvalho	FCP	Ana Vale	FCP
Silvio Neves	FCP	Brenda Domingues	CFP
João Costa	FCP	Sónia Carneiro	GDS
Miguel Ferreira	FCP	Mariana Cunha	AAC
Hugo Amorim	CFP	Andreia Martins	SCP
Filipe Carvalho	LSC	Joana Silva	SCP
José Cavaleiro	AAC	Vera Pereira	SLB
Rodolfo Almeida	CTAP	Ana Martins	SAD
Henrique Silva	CNA	Inês Águas	SAD
Ricardo Macedo	SAD	Ana Catarino	ABVE
Rui Cortes	ABVE	Joana Guerra	SFUAP
Tiago Taborda	SFUAP	Mariana Santos	PORTINADO

Treinadores: José A. Silva (FCP), Paulo Santos (AAC), e Pedro Pinto (SCP)

Fisioterapeuta: ~~Ercilia Pinto (FCP)~~ José Balço (LSCB)

Dirigentes: Gabriel Santos e Clara Simões

Partida do Porto - 18/06/96, Vão NI 103 às 08.45

Partida de Lisboa - 18/06/96, Vão AZ 021 às 12.15

Chegada a Lisboa - 25/06/96, Vão AZ 020 às 11.15

Chegada ao Porto - 25/06/96, Vão NI 118 às 15.10



2 - LISTA DE PRATICANTES EM REGIME ALTA COMPETIÇÃO ÉPOCA 1995/96

A. Categoria de “Esperanças Internacionais”

- | | | |
|-----|---------------|-----|
| 1 - | Tiago Lousada | FCP |
| 2 - | Diana Chaves | SAD |

B. Categoria de “Junior Internacional”

- | | | |
|-----|----------------|-------|
| 1 - | Daniel Mendes | SFUAP |
| 2 - | Daniela Alves | CNA |
| 3 - | Ana Tsukagoshi | CNAc |

C. Categoria de “Junior Europeu”

- | | | |
|-----|-------------------|-------|
| 1 - | Ricardo Santos | SFUAP |
| 2 - | Tiago Pestana | FCP |
| 3 - | Mário Carvalho | FCP |
| 4 - | Raquel Felgueiras | SCB |

D. Categoria “EUROPEIA ABSOLUTA”

- | | | |
|------|---------------------|-----------|
| 1 - | Paulo Trindade | FCP |
| 2 - | Joana Arantes | SLB |
| 3 - | Miguel Cabrita | SAD |
| 4 - | Ana Alegria | SCB |
| 5 - | Petra Chaves | SAD |
| 6 - | Maria Carlos Santos | GESLOURES |
| 7 - | Ana Francisco | SFUAP |
| 8 - | José Couto | SCP |
| 9 - | Ricardo Pedroso | SAD |
| 10 - | Pedro Ferreira | SCP |

E. Categoria “MUNDIAL”

- | | | |
|-----|-----------------|-----|
| 1 - | Joana Soutinho | FCP |
| 2 - | Nuno Laurentino | SAD |
| 3 - | Diogo Madeira | SLB |

F. Categoria “Nacional”

1 -	Rita Alegria	SCB
2 -	Miguel Machado	FCP
3 -	Duarte Mendonça	SAD
4 -	José Couteiro	EDV
5 -	David Lopes	SLB
6 -	Nuno Tavares	SLB
7 -	André Vicente	SCP
8 -	Nuno Dias	FCP
9 -	Ricardo Abrantes	SCP
10 -	João Coias	SAD
11 -	André Dias	FCP
12 -	Gustavo Reis	SCP
13 -	Hugo Neves	FCP
14 -	Miguel Vaz	SCB
15 -	Rita Fernandes	FCP
16 -	Joana Freitas	FCP
17 -	Ana Marta Resendes	SCP

3 - FÉRIAS DESPORTIVAS / 96

A apresentação dos projectos deve ocorrer através das Comissões Regionais - INDESP ou centros de Juventude do IPJ, onde as actividades irão ser realizadas.

Inscrições abertas até ao dia 31 de Maio.

Em anexo ficha de inscrição.

4 - 1º ENCONTRO DE MASTERS

No próximo dia 29 de Junho, em período do XIV Meeting Internacional do Porto, a Associação de Natação do Norte de Portugal leva a efeito o “1ª Encontro de Masters”, que pretende proporcionar uma óptima jornada de confraternização entre todos quantos praticaram a natação federada, e não só, ao mesmo tempo que constituirá um precioso arranque num nível de prática natatória que conhece nos dias de hoje grande incremento a nível da LEN e da FINA.

Daí que se faça um grande apelo a todos na divulgação desta iniciativa.

Programa de Provas

1ª	50 Livres	Masc/Fem
2ª	50 Bruços	Masc/Fem
3ª	50 Costas	Masc/Fem
4ª	50 Mariposa	Masc/Fem

Regulamento: Participação

- G I - 30 a 35 anos
- G II - 35 a 40 anos
- G III - 40 e mais velhos

Cada atleta só poderá participar em 2 provas.

Inscrições

Até 14 Junho 96

Prémios

Medalha de presença a todos os participantes.

5 - CALENDÁRIO DA LEN PARA 1996/97

Realizada que foi a reunião da LEN para a elaboração oficial do seu Calendário de Provas, são as seguintes as datas das competições mais importantes para a nataçãõ nacional.

13 - 16 Dez.96	1º Campeonatos da Europa P.C.	Rostok (Alemanha)
11 - 12 Jan 97	II Meeting Int. do Estoril	ANL (Lisboa)
29 - 30 Mar. 97	Multinations Youth and Junior Meet (M -79-80) - (F - 81-82) (M -81-82) - (F - 83-84)	Atenas (Grécia) Istambul (Turquia)
17 - 20 Abr.97	III Campeonatos do Mundo P.C.	Gotemburgo (Suecia) - FINA
17 - 18 Mai. 97	XVI Meeting Int. Cidade Lisboa CTAP	Lisboa
16, 17, 18 Mai 97	III COMEN CUP (M-81-82) - (F-83-84)	Chipre
28 - 29 Junho 97	XV Meeting Internacional do Porto	ANNP
31 Jul- 3 Ago. 97	Campeonatos da Europa de Juniores (M-79-80) (F-81-82)	Glasgow (Escócia)
13 - 24 Ago 97	Campeonatos da Europa Absolutos	Sevilha (Espanha)
03 - 07 Set. 97	Campeonatos da Europa de Masters	Praga (Chec.)

**6 - CURSO SATÉLITE DO ISBS'96 E DO LORD DA FMH
"O TREINO DA FORÇA E DA POTÊNCIA" EM ATLETAS DE
ALTO RENDIMENTO**

O 14º Simposium Internacional de Biomecânica no Desporto e o laboratório de Optimização do Rendimento Desportivo da Faculdade de Motricidade Humana, levam a cabo uma importante acção de formação para os treinadores portugueses, nomeadamente aos que se encontram na área da alta competição dedicada, ao treino da força e potência musculares.

Esta acção de formação será conduzida por um dos melhores especialistas europeus o Prof. Dr. Dietmar Schmidtbleicher, docente e investigador na Universidade de Frankfurt.

O ISBS'96, o L.O.R.D. e a FPN, uma das patrocinadoras da iniciativa, convidam todos os treinadores a não perder esta oportunidade de valorização profissional, numa área onde a nossa modalidade é, visivelmente, carente.

Pela Direcção da FPN

O Director Executivo


Prof. José A. Saadura

4.5. Descrição sucinta das actividades desportivas a realizar pelos jovens:

a) _____

b) O cumprimento do Programa exige:

Preparação física especial Sim Não

Especifique _____

Prática Anterior Sim Não

Especifique _____

4.6. Duração do Projecto

De ___/___/___ a ___/___/___

Nº de dias completos _____

4.7. Horários

Nº de horas por participante _____

Horário de Funcionamento:

Das ___h___m às ___h___m

Total de horas do Projecto _____

4.8. Localização do Projecto

Morada _____

Código postal Telefone _____ Fax _____

Freguesia _____ Concelho _____ Distrito _____

4.9. Perfil dos Participantes

Nº mínimo de jovens necessários _____ Nº máximo de jovens necessários _____

Escalaão Etário _____

Justificação _____

4.10. Condições da Participação oferecidas pela Entidade Promotora.

Alimentação: Sim Não

Especifique: _____

Transporte: Sim Não

Especifique _____

Outras Condições: _____

4.11 - Estrutura de Acompanhamento Técnico - Pedagógico do Projecto

Nome dos Responsáveis/Monitores	Formação específica	Função no projecto
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

4.12 - Orçamento *

Valor total do projecto _____ Valor do auto-financiamento _____ Valor do apoio-solicitado _____

* Juntar em anexo o programa de actividades detalhado e respectivo orçamento discriminado, incluindo o método de cálculo de custos utilizado.

Declaração:

Declaro que me comprometo a cumprir e a executar na íntegra o presente projecto, tal como se encontra definido no quadro do regulamento do Programa Férias Desportivas e em particular no que se refere ao seguro desportivo.

_____ de _____

Assinatura e Carimbo da Entidade Promotora



FICHA ORÇAMENTAL - PREVISÃO



RECEITAS		DESPESAS	
1 - Contribuição da Entidade Promotora	_____ \$	1 - Preparação	_____ \$
2 - Outras fontes de financiamento	_____ \$	2 - Projecto	
3 - Financiamento solicitado no âmbito do Programa	_____ \$. Seguro	_____ \$
		. Enq Técnico	_____ \$
		. Instalações	_____ \$
		. Outras	_____ \$
		_____	_____ \$
		_____	_____ \$
		_____	_____ \$
		_____	_____ \$
TOTAL	_____ \$	TOTAL	_____ \$

NOTA: O valor total das despesas deve ser igual ao das receitas
Indicar o valor referente à eventual taxa de inscrição dos participantes

Assinatura e carimbo da Entidade Promotora

Centros de Juventude:

Centro de Juventude de Aveiro
Rua das Pombas Apart. 182
3810 AVEIRO
Telf. (034) 381935
Fax: (034) 382395

Centro de Juventude do Rejo
Rua Pedro Alvares Cabral, 8
7800 BEJA
Telf. (084) 322672/322423
Fax: (084) 329766

Centro de Juventude de Braga
Rua de Santa Margarida, 6
4700 BRAGA
Telf. (053) 616698/7
Fax (053) 616629

Centro de Juventude de
Bragança
Rua Oróbio de Castro
5300 BRAGANÇA
Telf. (73) 331017/8
Fax: (073) 24929

Centro de Juventude de
Castelo Branco
Rua Francisco José Palmeiro
6000 CASTELO BRANCO
Telf. (072)
326910/326920/326930
Fax: (072) 326950

Centro de Juventude de Coimbra
Rua Pedro Monteiro, 73
3000 COIMBRA
Telf. (039)
401064/401621/401474
Fax: (039) 403070

Centro de Juventude de Évora
Rua Miguel Bombarda, 43
7000 ÉVORA
Telf. (066) 22959/21445/25043
Fax: (066) 27379

Centro de Juventude de Faro
Rua da P.S.P.
8000 FARO
Telf. (089) 801556
Fax: (089) 2121413

Centro de Juventude da Guarda
Av. Alexandre Herculano
6300 GUARDA
(071) 212210/21533/212756
(071) 212756

Centro de Juventude de Leiria
Av. 25 de Abril
2400 LEIRIA
(244) 813421/2/3
Fax: (044) 813810

Centro de Juventude de Lisboa
Rua D^a. Estefânia, 14
1150 LISBOA
Telf. (01) 573345
Fax: (01) 579507

Centro de Juventude
de Portalegre
Estrada do Bonfim
7300 PORTALEGRE
Telf. (045) 22776
Fax: (045) 22665

Centro de Juventude do Porto
Rua Rodrigues Lobo, 98
4150 PORTO
Telf. (02) 6004182/6003173
Fax: (02) 6003166

Centro de Juventude de Santarém
Av. D. Afonso Henriques, 109
2000 SANTARÉM
Telf. (043)
333292/222959/333486
Fax: (043) 27855

Centro de Juventude de Setúbal
Largo José Afonso
2900 SETÚBAL
Telf. (065) 532707/532835
Fax: (065) 532963

Centro de Juventude de
Viana do Castelo
Rua do Poço, 16
4900 VIANA DO CASTELO
Telf. (058) 828882/3/4
Fax: (058) 828885

Centro de Juventude de
Vila Real
Av. Dr. Manuel Cardona
5000 VILA REAL
Telf. (059) 72203/23551
Fax: (059) 72205

Centro de Juventude de Viseu
Rua Capitão Silva Pereira, 117
3500 VISEU
(032) 422727/421998/422197

Sede
Av. da Liberdade 194
1200 LISBOA
Telefone: 3151976 - 3151955
Telefax: 3539944

Endereço electrónico

juventude@mail.telepac.pt

Endereço na WWW

<http://www.SeJuventude.pt>



Levas
as
férias
na
desportiva.



Secretaria de Estado
do Desporto



Leva as férias na desportiva

Gostas de desporto e tens amigos? Pega no teu grupo e vai ao teu clube, à tua associação, à colectividade lá do Dairro.

Diz-lhes que há Férias Desportivas no Instituto Português da Juventude e no INDESP. Eles que apresentem projectos.

Faz férias na desportiva!

Vais estar sózinho? Não sabes o que fazer nas férias? Já bocejias? Informa-te, a partir de 15 de Junho, junto das delegações distritais do IPU e das delegações regionais do INDESP e vais ficar a saber onde há férias desportivas. Há montes de projectos a que te podes juntar.

e s p o r t i v a s

t i v a s

Faz férias na desportiva!

Se tens menos de 30 anos.

Se tens férias entre 1 de Julho e 15 de Setembro.

O desporto está à tua espera. Adere e faz com que o teu clube concorra ao programa Férias Desportivas.

Tu vais ganhar!

e agora

mexe-te!

INDESP

Delegações e Subdelegações

INDESP Av. Infante Santo, 76-4º-1350 Lisboa Telefone: 3953271 Fax: 3978200	LEIRIA Subdelegação Praceta Artur Portela Lote 19, nº 2 Esqdo Apartado 587 - 2404 Leiria Codex Telefone: 044/ 814876 Fax: 044/814405
AVEIRO Subdelegação-R. Jaime Moniz Pavilhão Desportivo Apartado 232 - 3800 Aveiro Codex Telefone: 034/22320 Fax: 034/25842	PORTALEGRE Subdelegação Av. do Brasil, Pavilhão Desportivo 7300 PORTALEGRE Telefone: 045/330348 Fax: 045/330391
BEJA Subdelegação-R. S. Tomé e Príncipe, 59 - 7800 Beja Telefone: 084/326087 Fax: 084/329811	PORTO Delegação R. António Pinto Machado 60 - 3º - 4100 PORTO Telefone: 02/6096975 Fax: 02/6095424
BRAGA Subdelegação R. do Carmo, 57 2º 4700 BRAGA Telefone: 053/22066 FAX: 053/613702	SANTARÉM Subdelegação Largo Padre Francisco Nunes da Silva, 3 - 2º - 2000 SANTARÉM Telefone: 043/22776 Fax: 043/36512
BRAGANÇA Subdelegação-Av. Abade de Bacal Edifício Shopping Center do Lorelo 4º P150 5300 Bragança Telefone: 073/26931 Fax: 073/26965	SETÚBAL Subdelegação R. José Pedro da Silva, 11 r/c - 2900 Setúbal Telefone: 065/28485 Fax: 065/21230
CASTELO BRANCO Subdelegação-R. Dadrá, 24 - 3º Dtº 6000 Castelo Branco Telefone: 072/24617 Fax: 072/21401	VILA REAL Subdelegação R. Dr. Manuel Cardona 5000 Vila Real Telefone: 059/323528 Fax: 059/324300
COIMBRA Delegação-Av. Calouste Gulbenkian Piscina de Celas Apartado 2070 - 3000 Coimbra Telefone: 039/404060 Fax: 039/404072	VISEU Subdelegação R. S. João de Deus, 1 - 1º 3500 VISEU Telefone: 032/421955 Fax: 032/421843
ÉVORA Delegação-R. Bernardo Matos, 25 - 1º - 7000 Évora Telefone: 066/25553 Fax: 066/741590	VILA REAL Subdelegação R. Dr. Manuel Cardona 5000 Vila Real Telefone: 059/323528 Fax: 059/324300
FARO Delegação-R. João Dias, 17 - 3º Dtº - 8000 FARO Telefone: 089/803738 Fax: 089/803756	VISEU Subdelegação R. S. João de Deus, 1 - 1º 3500 VISEU Telefone: 032/421955 Fax: 032/421843
GUARDA Subdelegação-R. Almirante Gago Coutinho, 23 - r/c 6300 GUARDA Telefone: 071/212882 Fax: 071/222528	VISEU Subdelegação R. S. João de Deus, 1 - 1º 3500 VISEU Telefone: 032/421955 Fax: 032/421843