



COMUNICADO Nº10/97

Lisboa, 23 de Abril de 1997

**1 - CAMPEONATOS DO MUNDO DE PISCINA CURTA
GOTEMBURGO (SWE) - 17/20 ABRIL 97**

Resultados dos nadadores portugueses

17/04/97

200 M	20ª	Ana Francisco	02.16.26	(00.30.95 - 01.05.41)	
200 L	26º	Ricardo Pedroso	01.51.21	(00.26.17 - 00.53.86)	
	39º	Tiago Lousada	01.54.26	(00.26.06 - 00.54.71)	
400 E	16ª	Petra Chaves	04.54.34	(00.31.03 - 01.06.22)	
	8ª	Petra Chaves	04.54.99	(00.31.29 - 01.07.05)	F.B.

18/04/97

100 B	12º	José Couto	01.01.51	(00.28.84)	
200 B	21ª	Joana Soutinho	02.32.93	(00.34.87 - 01.13.57)	
400 L	24º	Ricardo Pedroso	03.57.23	(00.27.58 - 00.56.64 - 01.54.97)	
	29º	Pedro Silva	03.58.24	(00.27.09 - 00.55.72 - 01.54.92)	
200 L	16ª	Ana Alegria	02.01.54	(00.28.70 - 00.59.32)	
200 C	20º	Nuno Laurentino	02.00.72	(00.27.84 - 00.58.19)	
100 C	18ª	Mª Carlos Santos	01.02.54	(00.30.24)	
100 B	6º	José Couto	01.01.79	(00.28.87)	F.B
200 L	8ª	Ana Alegria	02.01.92	(00.28.59 - 00.59.42)	F.B

19/04/97

100 M	26ª	Ana Francisco	01.02.71	(00.29.61)	
400 L	17ª	Ana Alegria	04.17.56	(00.30.54 - 01.02.88 - 02.07.97)	
100 B	27ª	Joana Soutinho	01.11.79	(00.33.77)	
200 B	11º	José Couto	02.12.30	(00.30.05 - 01.03.75)	
	4º	José Couto	02.12.84	(00.29.87 - 01.04.29)	F.B.

20/04/97

200 E	20ª	Mª Carlos Santos	02.17.51	(00.29.24)	
	29ª	Petra Chaves	02.21.57	(00.30.60)	
100 C	23º	Nuno Laurentino	00.55.43	(00.26.69)	
4x100 E	10ª	Mª Carlos Santos, Joana Soutinho, Ana Francisco, Ana Alegria	04.14.12	(00.30.49 - 01.02.29)	

2 - ESTÁGIO DE ALTITUDE - GRANADA, 28 DE ABRIL / 20 MAIO

Sob proposta do DTN a Direcção da FPN decidiu convocar os nadadores abaixo referidos, para o Estágio em epígrafe, que se realiza no Centro de Alto Rendimento de Granada.

Mª Carlos Santos	- GESLOURES	Pedro Silva	- CFV
Ana Alegria	- SCB	Tiago Lousada	- FCP
Raquel Felgueiras	- SCB	Tiago Pestana	- FCP
		Mário Carvalho	- FCP
		Ricardo Santos	- SFUAP



Treinadores: Vasconcelos Raposo
José Manuel Borges
Alexei Karpov

Os elementos do FCP iniciam o Estágio a 1 de Maio.

Plano de Viagem

28/04/97 - Partida do Porto - Voo IB 3125 às 12.40

28/04/97 - Partida de Lisboa - Voo IB 3107 às 13.15

01/05/97 - Partida do Porto - Voo IB 3125 às 12.40

20/05/97 - Chegada do Porto - Voo IB 3122 às 11.45

20/05/97 - Chegada a Lisboa - Voo IB 3106 às 12.30

3 - ESTÁGIO DE LAS PALMAS - 18-26 MAIO 97

Para este estágio e sob proposta do DTN, a Direcção da FPN decidiu convocar os seguintes nadadores:

Simão Morgado	- CNA	Sónia Vilar	- CFV
Nuno Laurentino	- SAD	Petra Chaves	- SAD
Ricardo Pedroso	- SAD	Ana Marta Resendes	- SCP
Miguel Cabrita	- SAD		
Nuno Dias	- SAD		
Vasco Fernandes	- SAD		
André Vicente	- SCP		
José Couto	- SCP		
Pedro Ferreira	- SCP		
Ricardo Abrantes	- SCP		

Treinadores: Paulo Frischknecht (SAD)
Carlos Cruchinho (SCP)
António Paulo Vasconcelos (CFV)

Fisioterapeuta - Rui Raposo

Plano de Viagem

18/05/97 - Partida do Porto, Voo IB 3125 às 12.40

18/05/97 - Partida de Lisboa, Voo IB 3107 às 13.15

26/05/97 - Chegada a Lisboa, Voo IB 3106 às 12.30

26/05/97 - Chagada ao Porto, Voo NI 600 às 15.10

O s elementos que se desloquem aos Meetings de Barcelona e Canet, no dia 26 viajarão directamente para Barcelona.

Alojamento - Hotel Sol Ibéria (Fax. - 00-34-28-361344)

760-00-34-28-361133/44

4 - RECORDES HOMOLOGADOS

Todas as Piscinas

22/03/97	4X100 E G2	04.56.14		ANL	Rio Maior
			Liliana Fonseca, Rita Correia, Ana Rego, Ana Leal		
	4x100 E G3	04.30.24		ANL	Rio Maior
			Maurício Nunes, Rui Rodrigues, Tiago Barroso, Pedro Costa		
17/04/97	100 B SEN/ABS	01.01.51	José Couto	FPN	Gotemburgo
19/04/97	200 B SEN/ABS	02.12.30	José Couto	FPN	Gotemburgo
20/04/97	200 E SEN/ABS	02.17.51	M ^a Carlos Santos	FPN	Gotemburgo
	100 C SEN/ABS	01.02.29	M ^a Carlos Santos	FPN	Gotemburgo

5 - CAMPEONATOS DA EUROPA - SEVILHA (ESP) 13/24 AGO 97

Juntamos em anexo o programa desta competição

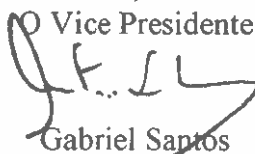
6 - WORKSHOP PSICOSPORT

Planeamento do Treino nos Desportos Colectivas

Informação em anexo.

Pela Direcção da FPN

O Vice Presidente



Gabriel Santos

European Swimming Championships

COMPETITION PROGRAMME

Sevilla 97

13-20 August



DIVING

13 AUGUST 97

14.30 Preliminaries 1m. Men
17.30 Preliminaries 10m. Women

14 AUGUST 97

09.30 Semi Finals 1m. Men
11.15 Semi Finals 10m. Women
16.00 **Final 1 m. Men** *
17.00 **Final 10 m. Women** *

15 AUGUST 97

11.00 Preliminary 1m. Women
16.15 Semi Finals 1m. Women
17.30 **Final 1m. Women** *
19.00 Preliminaries 3m. Men

16 AUGUST 97

11.00 Semi Finals 3m. Men
16.45 **Finals 3m. Men** *
19.00 Preliminaries 3m. Women

17 AUGUST 97

11.00 Semi Finals 3m. Women
17.00 **Finals 3m. Women** *
19.00 Preliminaries 10m. Women

18 AUGUST 97

09.30 Semi Finals 10m. Men
16.45 **Finals 10m. Men** *

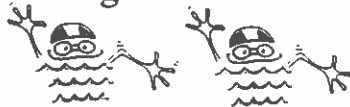
19 AUGUST 97

14.00 **Final Synchro Diving, 3m. M** *
15.00 **Final Synchro Diving, 10m. W** *

20 AUGUST 97

14.00 **Final Synchro Diving, 3m. W** *
15.00 **Final Synchro Diving, 10m. M** *

13-17 August



SYNCHRONISED SWIMMING

13 AUGUST 97

10.30 Solo Technical
19.00 Team Technical

14 AUGUST 97

18.00 Duet Technical

15 AUGUST 97

09.00 Solo Free Preliminaries
15.00 **Solo Free Final** *

16 AUGUST 97

09.00 Duet Free Preliminaries
15.00 **Duet Free Final** *

17 AUGUST 97

09.00 Team Free Preliminaries
15.00 **Team Free Final** *

13-23 August



WATERPOLO

MEN

2 Groups of 6 teams each (Group A&B)

13 AUGUST 97

18.00 4 matches (Mairena pool)
21.00 2 matches (San Pablo Outdoor)

14 AUGUST 97

18.00 4 matches (Mairena pool)
21.00 2 matches (San Pablo Outdoor)

15 AUGUST 97

18.00 4 matches (Mairena pool)
21.00 2 matches (San Pablo Outdoor)

16 AUGUST 97

18.00 4 matches (Mairena pool)
21.00 2 matches (San Pablo Outdoor)

17 AUGUST 97

18.00 4 matches (Mairena pool)
21.00 2 matches (San Pablo Outdoor)

18 AUGUST 97

Rest day

19 AUGUST 97

18.00 2 matches for place 9-12 (Mairena)
20.00 2 Quarter Final matches (San Pablo Outdoor)
20.30 2 Quarter Final matches (Mairena)

20 AUGUST 97

18.00 2 matches for place 5-8 (Mairena)

21 AUGUST 97

17.00 2 matches for place 5-8 (Mairena)
20.00 2 Semi Finals (San Pablo Outdoor)

22 AUGUST 97

Rest day

23 AUGUST 97

20.00 **Bronze medal match** *
21.30 **Gold medal match** *

WOMEN

2 Groups of 6 teams each (Group A&B)

13 AUGUST 97

09.00 3 matches: 17.00 3 matches

14 AUGUST 97

09.00 3 matches: 17.00 3 matches

)

)

The competitions of the XXIII European Swimming Championships will all take place at one main venue (the San Pablo Sports complex) with the exception of 4 matches per day of the men's Waterpolo tournament and the Long Distance Swimming competitions.



For an easier understanding the programme is presented by disciplines. Finally, with particular attention to the media, you will find a * sign next to each medal awarding event.

«mojaito» the official mascot Sevilla 1997

15 AUGUST 97

09.00 3 matches
17.00 3 matches

16 AUGUST 97

09.00 3 matches
17.00 3 matches

17 AUGUST 97

09.00 3 matches
17.00 3 matches

18 AUGUST 97

Rest day

19 AUGUST 97

09.00 2 matches for place 9-12
12.00 1 Quarter Final match
17.00 3 Quarter Final matches

20 AUGUST 97

17.00 2 matches for place 5-8
20.00 2 Semi Finals

21 AUGUST 97

17.00 2 matches for place 5-8

22 AUGUST 97

20.00 Bronze medal match *
21.30 Gold medal match *



15-17 August

LONG DISTANCE SWIMMING
(Guadalquivir River)

15 AUGUST 97

08.00 25 km., Women *
19.00 5 km, Men *

17 AUGUST 97

08.00 25 km, Men *
19.00 5 km, Women *

19-24 August



SWIMMING

19 AUGUST 97

09,00 Heats
100 m. Freestyle Women
100 m. Breaststroke Men
400 m. Ind. Medley Women
200 m. Freestyle Men
4x200 Freestyle Women
16.15 «B» Finals
16,45 «A» Finals *

20 AUGUST 97

09,00 Heats
100 m. Butterfly Men
200 m. Freestyle Women
400 m. Ind. Medley Men
200 m. Breaststroke Women
4x200 Freestyle Men
16.15 «B» Finals
16,45 «A» Finals *

21 AUGUST 97

09,00 Heats
400 m. Freestyle Women
100 m. Freestyle Men
100 m. Backstroke Women
200 m. Backstroke Men
4x100 Freestyle Women
16.15 «B» Finals
16,45 «A» Finals *

22 AUGUST 97

09,00 Heats
400 m. Freestyle Men
100 m. Butterfly Women
100 m. Breaststroke Men
200 m. Breaststroke Women
4x100 Freestyle Men
800 m. Freestyle Women •
16.15 «B» Finals
16,45 «A» Finals *

23 AUGUST 97

09,00 Heats
200 m. Butterfly Men
200 m. Ind. Medley Women
50 m. Freestyle Men
100 m. Backstroke Men
4x100 Medley Women
1500 m. Freestyle Men •
16.15 «B» Finals
16,45 «A» Finals *

24 AUGUST 97

09,00 Heats
200 m. Butterfly Women
200 m. Ind. Medley Men
50 m. Freestyle Women
200 m. Backstroke Women
4x100 Medley Men
16.15 «B» Finals
16,45 «A» Finals *

• Note: Finals 800 m. W and 1500 m. Men will be held on the next day.

**ORGANIZING COMMITTEE
EUROPEAN SWIMMING
CHAMPIONSHIPS 1997**

Mailing address:

Oficina de la Organización y Gestión
de los Campeonatos
Instituto de Deportes
Ayuntamiento de Sevilla
Avda. de la Soleá
41007-Sevilla

Telf. +34.5.4596814 or 4596813
Fax: +34.5.4596874

OFFICE HOURS
MON.-FRI 09.00 TO 17.00 HOURS

General Coordinator: Mr. Javier Díaz
Media Manager: Mr. Juan Gil Sabio

100

100



FICHA DE INSCRIÇÃO

Nome: _____

Morada: _____

Local _____ Cod. Postal _____

Telefone: _____ Fax: _____

Inst. onde trabalha: _____

Cargo: _____

Inscrição em:

1 Workshop 2 Workshop 3 Workshop

Forma de pagamento:

Vale de Correio Cheque Numerário

Cheque Nº _____ Banco _____
(A ordem de Psicosport)

Valor: _____ \$ _____

Data _____ / _____ / _____

Notas Curriculares:

Assinatura _____



**WORKSHOP PSICOSPORT
TREINO DA VELOCIDADE**
Prof. Jorge Vieira

27 e 28 de Setembro 1997- Local a Confirmar

**WORKSHOP PSICOSPORT
TREINO DA FORÇA
TRABALHO COM CARGAS**
Lic. Daniel Nuñez

25 e 26 de Outubro 1997 - Local a Confirmar

Inscrições

Preço de inscrição em:

1 Workshop - 40.000\$00

2 Workshops - 75.000\$00

3 Workshops -- 100.000\$00

A inscrição inclui:

Sessões científicas; Volume com resumos das comunicações; Pasta e Caneta; Diploma de assistência; Café.

Nº máximo de participantes por Workshop: 25

Nº mínimo de participantes por Workshop : 15

Seleção por currículo.



FORMAÇÃO E CONSULTORIA NA ÁREA DO DESPORTO

**WORKSHOP PSICOSPORT
FORMAÇÃO ESPECIALIZADA
ALTO RENDIMENTO EM DESPORTO**

**“PLANEAMENTO DO TREINO
NOS DESPORTOS
COLECTIVOS”**

Dr. José Curado

12, 19, 26 de Maio e 2 de Junho 1997

Centro de Estágio de Desportistas

Cruz Quebrada

)

)

Dentro das Actividades de Formação da Psicospport e no seguimento da realização do "I Seminário Psicospport - Metodologia do Treino", os Workshops Psicospport são momentos de formação com o objectivo de possibilitar uma abordagem mais aprofundada de temas apresentados no Seminário.

Objectivos

- Promover formação especializada nas diferentes Dimensões do Treino Desportivo
- Optimizar a capacidade de intervenção dos Técnicos Desportivos de Alto Rendimento.

Destinatários

Treinadores de Alta Competição.

Coordenação Técnica e Científica

Departamento de Formação da PSICOSPORT

Informações

PSICOSPORT - César Costa, João Galileu Dias
Rua Luciano Cordeiro, 116 - 1.º andar
1050 Lisboa
Tel.: 315 4380/1
Fax: 31436 33

Estadia e Alimentação: Centro de Estágio de Desportistas - Marcações pelo 419 71 24 - 419 71 71

Orador

Licenciado em E.F. e Desporto pelo Instituto de Educação Física e Desporto de Bucareste (Roménia);

Docente Universitário desde 1984, actualmente no curso de Educação Física e Desporto do ISMAG/ Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias;

Treinador de Basquetebol durante 31 anos, 16 dos quais na 1.ª Divisão Nacional;

Tricampeão Nacional de Basquetebol sénior masculino ao serviço do Sport Lisboa e Benfica (1986/7/8);

Seleccionador nacional de cadetes masculinos (1974-75) e de séniores masculinos (1984-86);

Membro do Conselho Nacional de Formadores da F.P.Basquetebol;

Presidente da Direcção da Associação Nacional de Treinadores de Basquetebol (desde 1992);

Experiencia em empresas ligadas à área das actividades físicas e desportivas;

Comentador de Basquetebol da TSF-Rádio Jornal.

Programa

Duração: 14 Horas

Dia- 12 de Maio de 1997 - Das 20.00 h. as 23.30 h.

Temas:

- 1 - Metodologia para análise da situação de partida. Caso particular de um treinador novo num clube;
- 2 - Metodologia para estabelecer objectivos de preparação e de competição - exemplos;
- 3 - Mesociclos e microciclos de treino: o que são. Tipos de;
- 4 - Aspectos particulares da forma desportiva nos desportos colectivos;

Programa (cont.)

Dia- 19 de Maio de 1997 - Das 20.00 h. as 23.30 h.

Temas:

5 - Metodologia para o estudo do calendário competitivo;

6 - Início da abordagem do plano anual de preparação: conteúdos dos períodos preparatório, competitivo;

Dia- 26 de Maio de 1997 - Das 20.00 h. as 23.30 h.

Temas:

6 - Conclusão da abordagem do plano anual de preparação: conteúdos dos períodos preparatório, competitivo e de transição, dos mesociclos e microciclos e das unidades de treino. Orientações para a elaboração de fichas para cada um dos segmentos temporais. Como escolher e decidir quais os jogos de preparação a realizar. O planeamento da utilização dos meios auxiliares de recuperação;

Dia- 02 de Junho de 1997 - Das 20.00 h. as 23.30 h.

Temas:

- 7 - A preparação teórica dos jogadores: meios e momentos para a promover;
- 8 - Indicações para o esboço do planeamento plurianual;
- 9 - Orientações metodológicas para o planeamento do treino de jogadores e equipas jovens.



)

)