

	<b>Federação Portuguesa de Natação</b>					<i>Data</i>
						00/12/06
	<b>COMUNICADO</b>					Nº19/00

### ÍNDICE

- 1 - CAMPEONATO DA EUROPA DE PISCINA CURTA - VALÊNCIA (ESP) - 14-17 DEZ. 2000
- 2 - TAÇA LATINA (MADRID, 13 A 15 DE ABRIL)
- 3 - CAMPEONATO DO MUNDO (FUKUOKA, 17 A 29 DE JULHO)
- 4 - CURSO DE 3º NÍVEL - NATAÇÃO PURA
- 5 - ACÇÃO DE RECICLAAGEM DO 2º NÍVEL (EX.III GRAU) LISBOA 16/17 DEZ.
- 6 - NOVA FILIAÇÃO
- 7 - POLO AQUÁTICO
- 8 - CURSO DE 1º NÍVEL DE TREINADOR DE NATAÇÃO - AGUÉDA - MARÇO 2000
- 9 - EQUIPARAÇÕES
- 10 - RECORDES HOMOLOGADOS
- 11 - DIVERSOS

1 - CAMPEONATO DA EUROPA DE PISCINA CURTA - VALÊNCIA (ESP) - 14-17 DEZ. 2000

Nadadores Seleccionados:

MASCULINOS	PROVAS	FEMININOS	PROVAS
Bruno Freitas SFUAP	100 C, 200 C	A. Marta Resendes SCP	200 M
Nuno Laurentino SAD/ID	50 C, 50 M, 100 E	A. Rita Catarino SAD/ID	50 B, 100 B
Pedro Silva SAD/ID	50 L	Mª Carlos Santos GESL	50 C, 100 C, 100 E
Ricardo Clemente CNA	50 B, 100 B	Nádia Correia SFUAP	100 B, 200 B
Ricardo Coxo SFUAP	50 M, 100 M, 100 E	Raquel Felgueiras SCB	100 M, 200 M
Ricardo Pedroso SAD/ID	200 L, 400 L	Sara Oliveira FCP	50 M, 100 M
Ricardo Santos SFUAP	200 M		
Equipa Masculina	4x50 E		

**Treinadores:** António Vasconcelos Raposo GESL, Carlos Freitas SFUAP, Mário Madeira SAD/ID

**Coordenador Técnico:** Paulo Cunha FPN

**Fisioterapeuta:** Ferreira Pinto FCP

**Dirigente:** Carlos Oliveira FPN

**Partida:** 13 de Dezembro, Vão NI 806 (do Porto às 12.25, no aeroporto às 11.15 e de Lisboa às 13.45, no aeroporto às 12.30)

**Chegada:** 18 de Dezembro, Vão 807 (a Lisboa às 17.15 e ao Porto às 18.35)

**Alojamento:** Hotel Feria- Tel 00-34-96-364 4411 e Fax 00-34-96- 364 5483

**ADVERSÁRIO EM DESPORTO É UM PARCEIRO DA COMPETIÇÃO**

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

Moradia do Complexo do Jamor- Estrada da Costa 1495-688 Cruz Quebrada-Dafundo; Tel:21 415 81 90 ; Fax: 21 419 17 39

## **2 - TAÇA LATINA (MADRID, 13 A 15 DE ABRIL)**

A realização desta edição da Taça Latina, embora acordada entre os países membros da COLAN, em reunião havida em Setembro do corrente ano, em Sydney, carece ainda de confirmação final.

A selecção dos nadadores que irão integrar a representação nacional na Taça Latina-2001 será feita de acordo com os seguintes critérios:

Os Campeonatos Nacionais de Juniores e Seniores de Piscina Longa servirão como primeiro nível de apuramento, permitindo discriminar o grupo dos nadadores que, em termos absolutos, tenham obtido o melhor tempo em cada prova individual constante do programa da Taça Latina, bem como o melhor tempo realizado no primeiro percurso das estafetas.

A partir da distribuição dos nadadores apurados em função de cada estilo e distância de competição, será feita uma correcção visando a sua adequação ao programa das provas da Taça Latina, podendo ser necessário integrar nadadores que tenham obtido segundas melhores marcas no decorrer dos Campeonatos Nacionais.

Para as estafetas de Livres, serão escolhidos, prioritariamente, os dois primeiros classificados nas provas individuais de 100 e 200 metros livres, sendo os restantes nadadores escolhidos entre o grupo já apurado para a totalidade das provas individuais. Caso se afigure necessário, considerar-se-á a possibilidade de integrar até dois nadadores que apresentem a melhor soma de pontuação no conjunto das duas provas (100 e 200 metros livres), segundo a tabela da FINA/ISSA.

## **3 - CAMPEONATO DO MUNDO (FUKUOKA, 17 A 29 DE JULHO)**

### **1 Condições de Acesso**

- 1.1 Serão apurados para participação nesta competição os nadadores que realizem, ao longo da época desportiva de 2000/2001, em piscina de dimensões olímpicas e com cronometragem electrónica, tempo mínimo de acesso em pelo menos uma das provas individuais constantes da tabela de referência.
- 1.2 A data limite para obtenção de tempo mínimo de acesso é 17 de Junho de 2001.
- 1.3 No caso de mais de dois nadadores obterem mínimos de participação para a mesma prova, serão seleccionados os dois nadadores com melhor tempo realizado na presente época até à data limite para a realização dos mesmos.

### **2 Tabela de tempos de acesso**

- 2.1 O critério seguido consistiu a) na consideração dos tempos correspondentes ao 25º classificado nos Jogos Olímpicos de Sydney b) sujeitos a correcção a partir da pontuação atribuída pela FINA/ISSA a cada um dos tempos referidos. Esta correcção foi feita do seguinte modo: tomando as provas masculinas e as provas femininas em separado, determinou-se a pontuação média correspondente à classificação do 25º lugar, tendo-se, de seguida, seleccionado os tempos correspondentes à dita pontuação, para cada prova do programa olímpico.

2.2 A participação em provas que não constam do programa olímpico será permitida apenas a nadadores já qualificados, sendo esta decisão da responsabilidade do Director Técnico Nacional.

2.3 As provas referidas no ponto anterior são, para ambos os sexos, os 50 m Bruços, os 50 m Costas e os 50 m Mariposa; em Femininos, os 1500 m Livres e em Masculinos, os 800 m Livres.

2.4 Tabela de tempos

Tempos mínimos de acesso para o Campeonato do Mundo		
Provas	<i>Femininos</i>	<i>Masculinos</i>
50 m Livres	00:26,38	00:22,92
100 m Livres	00:57,73	00:50,74
200 m Livres	02:04,44	01:51,23
400 m Livres	04:20,77	03:54,81
800 / 1500 m Livres	08:52,63	15:30,27
100 m Costas	01:04,22	00:56,65
200 m Costas	02:16,47	02:02,60
100 m Bruços	01:11,85	01:03,66
200 m Bruços	02:33,82	02:17,34
100 Mariposa	01:01,94	00:54,71
200 Mariposa	02:15,12	02:01,02
200 m Estilos	02:19,54	02:05,01
400 m Estilos	04:53,28	04:25,18

#### 4 - CURSO DE 3º NÍVEL - NATAÇÃO PURA

Vai a FPN organizar um curso de treinadores de 3º nível, cujo início se prevê para princípios do mês de Janeiro de 2001.

##### **I - Duração e Organização do Curso**

A carga horária do curso é de 300 horas teóricas e práticas, distribuídas por módulos de orientação temática específica, período de estágio orientado e período de realização de um trabalho final de curso.

As aulas decorrerão preferencialmente ao fim-de-semana e em horário pós-laboral, estando prevista uma duração total de um ano.

##### **II - Matérias do Curso**

O curso é distribuído pelos seguintes temas com a respectiva carga horária:

- Fisiologia do Esforço Aplicada	- 20 horas
- Bases Psicológicas do Desporto	- 20 horas
- Biomecânica	- 20 horas
- Treino das Qualidades Físicas; Flexibilidade; Força; Velocidade; Resistência;	- 50 horas

- Planeamento e Periodização	- 30 horas
- Controlo e Avaliação	- 20 horas
- Prática de Laboratório e Estágio	- 40 horas - 100 horas

### **III – Condições de inscrição:**

- terem sido aprovados no curso de 2º nível (ex-3º grau);
- terem exercido a actividade de treinador durante, pelo menos, 3 anos após essa aprovação;
- possuir obrigatoriamente o processo de filiação individual de treinadores devidamente regularizado na FPN, ou seja, com a Ficha Individual devidamente preenchida e constarem da ficha de Composição do Quadro Técnico de um clube filiado na FPN.
- candidato deve, no momento da sua inscrição na FPN, fazer prova documental das suas habilitações e *curriculum vitae* resumido, referenciando todas as acções de formação relevantes para a formação no âmbito da natação.
- ao licenciado em Ciências do Desporto ou em Educação Física será permitida a entrada directa no curso de 3º nível, desde que possua uma especialização em Metodologia do Treino Desportivo, em qualquer uma das disciplinas da Natação, correspondendo a um mínimo de 80 horas de formação, não tendo de cumprir as condições consignadas na alínea a).

### **IV - Prazo de Candidatura e Inscrição**

O período de candidatura está aberto e decorrerá até **22 de Dezembro** próximo. A candidatura é feita mediante o preenchimento e envio da ficha de inscrição (em anexo) juntamente com os documentos referidos em III d), para a sede da FPN.

Seguir-se-á um período em que são analisadas as candidaturas, após o que se efectuará a formalização da inscrição.

### **5 - ACÇÃO DE RECICLAGEM DO 2ºNÍVEL (EX-III GRAU) - Lisboa 16/17 Dez**

Francisco Alves (FMH); António Silva (UTAD); José Virgílio S. Silva (FCDEF); Luís Cardoso (FPN)

1. Objectivo - conferir uma reciclagem de conhecimentos no âmbito da Hidrodinâmica Treino das Qualidades Físicas e aspectos particulares do treino de Jovens, a todos os treinadores possuidores do antigo curso de 3º grau, ou outros treinadores.
2. Destinatários - Treinadores que pretendam realizar o próximo curso de treinadores de 3º nível (ex-2º grau) da FPN, e todos os restantes interessados.
3. Local - Lisboa - Cruz Quebrada (a confirmar)
4. Horário Previsto - Sábado - 9:00/12:30 - 14:30/18:00

Domingo - 9:00/12:30

5. Inscrições - Enviar para a FPN, por fax, a ficha de inscrição, até 13 de Dezembro (almoço de Sábado incluído).

#### 6 - NOVA FILIAÇÃO

Foi aprovada em reunião de Direcção de 00/12/05 a filiação da Associação Desportiva Cultural da Juventude de Cerveira, através da ANVC

#### 7 - POLO AQUÁTICO

Na sequência da nossa Circular P.A. Nº 09 2000/01 de 00/11/23 informa-se que, por lapso, não consta o nome do Sr. Eugénio Andrade. Assim, mais informamos que este elemento está abrangido pelo período de transição tal como os restantes elementos constantes da referida circular.

#### CURSO DE 1º NÍVEL DE TREINADOR DE NATAÇÃO - AGUEDA - MARÇO 2000

##### APTOS

Ana Cláudia Macedo Araújo	Nuno Peliquito Morais Tavares
Eugénio Simões das Neves	Paulo Manuel Caria Lopes
Fernando Joaquim da Costa Gomes	Paulo Manuel Oliveira Santos
Hugo Manuel Sousa Cardoso Coutinho Almeida	Pedro Miguel Rodrigues Oliveira
Hugo Miguel Ferreira Dias	Sandra de Moura Madeira
Ivete Catarina de Almeida Ribeiro	Vasco Alexandre dos Santos Simões Jorge
Maria de Jesus Santos Cruz	Vera Lucia Sousa e Silva

#### 8 - EQUIPARAÇÕES

- Dário Miguel Fandino Amaral - Curso 1º Nível de Treinador de Natação Pura
- Pedro Miguel Ferreira da Conceição - Curso 1º Nível de Treinador de Natação Pura
- Pedro Nuno Serra Pires - Curso 1º Nível de Treinador de Natação Pura

#### 9 - RECORDES HOMOLOGADOS

Piscina de 25 m

24/11/00	50 M ABS	00.24.37	Ricardo Coxo	SFUAP	Guarda
	50 L ABS	00.22.43	Pedro Silva	SAD/ID	Guarda
	4x50 L CLU	01.31.40		SAD/ID	Guarda
			Pedro Silva, Nuno Laurentino, Tiago Laranjo, Duarte Mendonça		
25/11/00	50 L SEN/ABS	00.22.35	Pedro Silva	SAD/ID	Guarda
	100 M SEN/ABS	00.53.77	Ricardo Coxo	SFUAP	Guarda
26/11/00	4x50 E CLU	02.00.89		SAD/ID	Guarda
			Petra Chaves, Rita Catarino, Inês Águas, Ana Magalhães		
	4x50 E CLU	01.42.63		SAD/ID	Guarda
			Nuno Laurentino, Duarte Mendonça, Ricardo Pedroso, Pedro Silva		

## 10 - DIVERSOS

### a) Internet Clubes

Clube de Natação de Torres Novas - e-mail: [c.n.t.n.@clix.pt](mailto:c.n.t.n.@clix.pt)

Site: <http://www.terravista.pt/mussulo/1357>

Piscina Municipal de Felgueiras - FOCA - e-mail: [pisc.felgueiras@mail.telepac.pt](mailto:pisc.felgueiras@mail.telepac.pt)

### b) Funcionamento da Mediateca

O CEFD abriu ao público a sua Mediateca.

Este serviço reúne um importante espólio documental, único no país composto por cerca de 15.000 títulos de livros, 19.000 periódicos e produtos multimédia.

As informações de funcionamento estão disponíveis no Centro de Estudos e Formação Desportiva/Mediateca - Rua Almeida Brandão, 39 - 1200 - 602 - Lisboa ou através do Tel. 213958627, Fax. 213969873 ou de e-mail [mediateca.cefd@mail.telepac.pt](mailto:mediateca.cefd@mail.telepac.pt).

## 11 - BOAS FESTAS

O Presidente e a Direcção da Federação Portuguesa de Natação desejam a todos os seus filiados *Festas Felizes*.

Pela Direcção da FPN  
O Vice Presidente

Gabriel Santos



**FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO**

**CURSO DE TREINADORES DE 3º NÍVEL DE NATAÇÃO PURA - 2000/01**

**FICHA DE CANDIDATURA**

**NOME:** \_\_\_\_\_

**CLUBE** \_\_\_\_\_

**RESPONSÁVEL POR:** \_\_\_\_\_

**MORADA:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**TLF:** \_\_\_\_\_

**TLM:** \_\_\_\_\_