



CIRCULAR Nº 20-17

13/07/2017

DISTRIBUIÇÃO: Associações Territoriais e Clubes de Natação Sincronizada

ASSUNTO: Estágios do Centro de Formação Desportiva

a) II Estágio do CFD, Categoria Infantil, dia 15 de Julho, na Piscina Municipal da Murtosa

Para o II Estágio Infantil do Centro de Formação Desportiva da Zona Norte, a realizar no dia 15 de Julho, na Piscina Municipal da Murtosa estão selecionadas, as seguintes nadadoras:

| Praticante | Clube | Praticante | Clube |
|-------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Alexandra Reis Silva | OSCN | Inês Sofia Fonseca | OSCN |
| Ana Francisca Félix | FOCA | Jéssica Sofia Santos | CRM |
| Ana Jorge Oliveira | OSCN | Liliana Costa Soares | CFP |
| Ana José Nunes | LSXXI | Margarida Ribeiro Gomes | TLF |
| Ana Margarida Cardoso | FOCA | Margarida Viera Santos | CRM |
| Bárbara Leal Sá | FOCA | Mariia Kravckenco | FOCA |
| Benedita Granjo Lopes | OSCN | Marta Rodrigues Valente | OSCN |
| Carolina Andrade Leite | OSCN | Rafaela Pinho Pinto | CFP |
| Catarina Vieira Martins | CRM | Raquel Ali Rodrigues | FOCA |
| Helena Marques Mendonça | TLF | Sofia Correia Cunha | CFP |

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

Gestora operacional FPN: Lia Rocha

Treinadora convidada: Sílvia Pinto (CFP)





Treinadoras: Estão convidadas a participar neste estágio as treinadoras da categoria Infantil dos clubes acima mencionados

Objetivo: Elementos básicos de coreografia – propulsões e deslocamentos.

Concentração: 15 de Julho, na Piscina Municipal da Murtosa – 14h15

Final: 15 de Julho, na Piscina Municipal da Murtosa – 17h30

b) II Estágio do CFD, Categoria Juvenil, dia 15 de Julho, na Piscina Municipal da Murtosa

Para o II Estágio Juvenil do Centro de Formação Desportiva da Zona Norte, a realizar no dia 15 de Julho, na Piscina Municipal da Murtosa estão selecionadas, as seguintes nadadoras:

| Praticante | Clube | Praticante | Clube |
|-----------------------------|-------|--------------------------|-------|
| Ana Miguel Silva | CRM | Jane Silva Costa | CFP |
| Ana Beatriz Rocha | OSCN | Mariana Nunes Pinho | FBSC |
| Beatriz Sá Cunha | OSCN | Mariana Sousa Rocha | CFP |
| Beatriz Silva Prates | OSCN | Sofia Santos Tavares | OSCN |
| Carolina Correia Figueiredo | OSCN | Vitória Tavares Andrade | OSCN |
| Catarina Sousa Castro | CRM | Marina Carreira Dias | ADBA |
| Maria Eduarda Oliveira | ADBA | Iara Fidalgo Marques | CRM |
| Gabriela Machado Ribeiro | TLF | Clara Mendes Filipe | FBSC |
| Laura Franchamps Manarte | OSCN | Juliana Miranda Baptista | CRM |
| Ísis Veiros Andrade | OSCN | Matilde Pereira Faustino | ADBA |

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

Gestora operacional FPN: Lia Rocha

Treinadora convidada: Sílvia Pinto (CFP)





Treinadoras: Estão convidadas a participar neste estágio as treinadoras da categoria Juvenil dos clubes acima mencionados

Objetivo: Elementos básicos de coreografia – propulsões e deslocamentos.

Concentração: 15 de Julho, na Piscina Municipal da Murtosa – 9h00

Final: 15 de Julho, na Piscina Municipal da Murtosa – 12h30

c) II Estágio do CFD, Categoria Infantil, dia 16 de Julho, na Piscina Municipal de Santo António dos Cavaleiros

Para o II Estágio Infantil do Centro de Formação Desportiva da Zona Sul, a realizar no dia 16 de Julho, na Piscina Municipal de Santo António dos Cavaleiros estão seleccionadas, as seguintes nadadoras:

| Praticante | Clube | Praticante | Clube |
|-------------------------|---------|---------------------------|---------|
| Ana Rita Oliveira | PORTIN | Lara Santos Saramago | MO |
| Bárbara Correia Silva | MO | Leonor Machado Capucho | AMINATA |
| Carlota Guerra Mata | GESL | Madalena Caeiro | AMINATA |
| Carlota Sena Fonseca | GESL | Madalena Silva Travassos | BUZIOS |
| Catarina Alves Mendes | CNA | Margarida Kalinichenko | CNA |
| Catarina Pereira Sousa | GESL | Maria Leonor Ferreira | GESL |
| Diana Francisco Barreto | AVQA | Maria Madalena Calçada | AMINATA |
| Eleonora Shvachiy | AMINATA | Maria Madalena Lopes | PORTIN |
| Inês Delfino Barros | GESL | Marta Apolinário Martins | AVQA |
| Lara Maria Botelho | GESL | Vanessa Jesus Caravelinha | AMINATA |

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:





Gestora operacional FPN: Lia Rocha

Treinadoras Comissão Técnica Nacional: Carla Romaneiro (AMINATA) e Chilua Pegado (GESL)

Treinadoras: Estão convidadas a participar neste estágio as treinadoras da categoria Infantil dos clubes acima mencionados

Objetivo: Elementos básicos de coreografia – propulsões e deslocamentos.

Concentração: 16 de Julho, na Piscina Municipal de Santo António dos Cavaleiros – 9h00

Final: 16 de Julho, na Piscina Municipal de Santo António dos Cavaleiros – 12h30

d) II Estágio do CFD, Categoria Juvenil, dia 16 de Julho, na Piscina Municipal de Santo António dos Cavaleiros

Para o II Estágio Juvenil do Centro de Formação Desportiva da Zona Sul, a realizar no dia 16 de Julho, na Piscina Municipal de Santo António dos Cavaleiros estão seleccionadas, as seguintes nadadoras:

| Praticante | Clube | Praticante | Clube |
|------------------------|---------|-------------------------|---------|
| Ana Miguel Barreto | AVQA | Joana Filipa Saramago | MO |
| Bárbara Pires | PORTIN | Francisca Rosa | PORTIN |
| Camila Oliveira | SAD | Kexin Gao | GESL |
| Carolina Ribeiro Lopes | GESL | Leyi Gao | GESL |
| Catarina Dinis Ramos | GESL | Maria Madureira | SAD |
| Catarina Sofia Farinha | MO | Madalena Marques Coelho | MO |
| Catarina Samora | AMINATA | Madalena Brasão | AMINATA |
| Inês Barreira Ataíde | SAD | Margarida Alves Mendes | CNA |
| Inês Lino | PORTIN | Mariana Fidalgo Cabouco | CNA |
| Isabel Landeiro | SAD | Sofia Silva Orvalho | AMINATA |





O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

Gestora operacional FPN: Lia Rocha

Treinadoras Comissão Técnica Nacional: Carla Romaneiro (AMINATA) e Chilua Pegado (GESL)

Treinadoras: Estão convidadas a participar neste estágio as treinadoras da categoria Infantil dos clubes acima mencionados

Objetivo: Elementos básicos de coreografia – propulsões e deslocamentos.

Concentração: 16 de Julho, na Piscina Municipal de Santo António dos Cavaleiros – 14h15

Final: 16 de Julho, na Piscina Municipal de Santo António dos Cavaleiros – 17h30

Pela Direção da FPN

José Miguel Miranda
Vice-presidente

