



## COMUNICADO Nº 16/20

15/05/2020

### ÍNDICE

1. NATAÇÃO PURA
2. CONCLUSÃO DOS PROCESSOS DE ESTÁGIO DE GRAU I, II E III DOS CURSOS DE TREINADORES

## 1. NATAÇÃO PURA

### *a) Centros de Alto Rendimento – Jamor e Coimbra*

#### Candidatura

Os nadadores podem candidatar-se até ao **13 de junho** junto da DTN ([jose.machado@fpnatacao.pt](mailto:jose.machado@fpnatacao.pt) [secretaria@fpnatacao.pt](mailto:secretaria@fpnatacao.pt)), através do preenchimento do formulário em anexo (no site).

#### **CAR Jamor** - Condições de funcionamento (10 treinos semanais)

##### Horários Treinos

Seg. a Sex.: Manhã 06h30 - 08h30 (exceto Qua 08h00 - 10h00) / Tarde 15h00 - 17h00

Sábado: 07h00 - 09h00

##### Ginásio

Seg., Qua., Sex.: 09h00 - 10h30 (exceto Qua 10h30 - 12h00)

Sábado: 10h00 - 11h30

Avaliações Mensais: Médicas; Fisiológicas; Força.

#### **CAR Coimbra** - Condições de funcionamento (10 treinos semanais)

##### Horários Treinos

Seg. a Sex.: Manhã 07h00 - 09h00 / Tarde 15h00 - 17h00

Sábado: Manhã 08h30 - 10h30 / Tarde 15h00 - 17h00

##### Ginásio

Seg., Qua., Sex.: 11h00 - 12h00

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIRO OFICIAL  
DE NUTRIÇÃO DESPORTIVA  
E ALIMENTAÇÃO FUNCIONAL



PARCEIROS





Sábado: 11h00 - 12h30

### ***b) Centro de Formação Desportiva para o Alto Rendimento – Rio Maior***

A Federação Portuguesa de Natação, dando seguimento à sua Política Desportiva, tem vindo a procurar melhorar as condições de treino dos nadadores portugueses, sendo que a aposta no Centro de Formação Desportiva para o Alto Rendimento de Rio Maior (CFDAR-RM) tem sido um dos objetivos desse programa.

Com vista à preparação da próxima época desportiva e correspondente ano letivo escolar, a Direção Técnica Nacional de Natação Pura, decidiu abrir as candidaturas até ao **dia 13 de junho** junto do DTN ([jose.machado@fpnatacao.pt](mailto:jose.machado@fpnatacao.pt) [secretaria@fpnatacao.pt](mailto:secretaria@fpnatacao.pt)), através do preenchimento do formulário em anexo (no site).

**CFDAR Rio Maior** - Condições de funcionamento (9 treinos semanais)

#### Horários Treinos

Seg. a Sex: Manhã 06h00 - 08h00 / Tarde 15h00 - 17h00

Sábado: 07h00 - 09h00

#### Ginásio

Seg, Qua, Sex: 14h00 - 14h45

Sábado: 10h00 - 11h00

Avaliações Mensais: Médicas; Fisiológicas; Força.

## **2. CONCLUSÃO DOS PROCESSOS DE ESTÁGIO DE GRAU I, II E III DOS CURSOS DE TREINADORES**

Ao abrigo do comunicado do Instituto Português do Desporto e Juventude de dia 8 de maio de 2020, informa a Federação Portuguesa de Natação, que todos os estágios de Grau I, II e III iniciados há, pelo menos, 3 meses serão dados por concluídos, após enviada toda a documentação necessária.

Neste sentido, devem todos os técnicos que cumpram a condição anterior, enviar para o email [isabel.lavinha@fpnatacao.pt](mailto:isabel.lavinha@fpnatacao.pt) os documentos finais de estágio.

### Grau I

Relatório de estágio;

Dossier de estágio;

Envio de endereço de email do tutor de estágio;





Devem os documentos enviados cumprir com as diretrizes que junto anexamos (no site).

### Grau II e III

Relatório de estágio;

Dossier de estágio;

Apresentação com os principais conteúdos do estágio;

Envio de endereço de email do tutor de estágio;

Pela FPN

António José Silva  
Presidente

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIRO OFICIAL  
DE NUTRIÇÃO DESPORTIVA  
E ALIMENTAÇÃO FUNCIONAL



PARCEIROS

