



## COMUNICADO Nº 37/22

16/09/2022

### ÍNDICE

#### 1. NATAÇÃO ARTÍSTICA

#### 1. NATAÇÃO ARTÍSTICA

*Estágio de Preparação Técnica da Seleção Nacional Júnior | Dueto, 23 a 25 de setembro de 2022, Lagos*

Tendo em vista a preparação técnica de acordo com os novos elementos técnicos requeridos para a prova de Dueto, estão convocadas para a participação neste estágio as atletas da Seleção Nacional Júnior abaixo indicadas:

Praticante
Anna Luiza Carvalho
Carlota Sena Fonseca
Francisca Almeida Rosa
Inês Maria Dubini

**Selecionadora Nacional:** Sylvia Hernández

**Treinadoras convidadas:**

Sílvia Pinto

**Local de treino:** Complexo Desportivo de Lagos, Piscinas

**Alojamento:** Casa Lagos

**Refeições:** Salpicos Take away (restaurante piscina)





**Transportes:** a determinar com a treinadora.

**Material de treino necessário:**

Todas as nadadoras deverão ser portadoras de todo o equipamento necessário aos treinos, quer na água quer em seco (elásticos de tubo, elásticos planos, pesos pulsos de 0,5 kg, cinto flutuador, colchonete para treino em seco, cadeado para cacifos; *leggings* pretos e t-shirts ajustadas para ballet)

Lembramos que à data do estágio todos os agentes desportivos convocados terão que ter a sua filiação regularizada para a época 2022/2023.

Tendo em conta que a nova época desportiva teve início no dia 15/09/2022, a FPN não poderá, ainda, mencionar os Clubes das nadadoras, bem como da treinadora convidada.

Pela FPN

António José Silva  
Presidente

