



## COMUNICADO Nº 44/19

15/11/2019

### ÍNDICE

1. NATAÇÃO PURA
2. AGUAS ABERTAS
3. NATAÇÃO ARTISTICA
4. FORMAÇÃO
5. RECORDES HOMOLOGADOS
6. DIVERSOS

### 1. NATAÇÃO PURA

**a) 3ª Ação de Controlo e Avaliação do Treino dos nadadores integrados na preparação Olímpica Tóquio 2020 - 22 de novembro 2019 - Porto**

Para esta ação estão convocados os seguintes nadadores:

Femininos	Clube	Masculinos	Clube
Ana Catarina Monteiro	CFV	Aléxis Manaças Santos	SCP
Diana Margarida Durães	SLB	Gabriel José Lopes	ALN
Tamila Hryhorivna Holub	SCB	João Alexandre Vital	SCP
Victoria Kaminskaya	SLB	Miguel Duarte Nascimento	SLB

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

**FPN:** José Machado; Paulo Franco; Vítor Ferreira.

**Treinadores Convidados:** Carlos Cruchinho (SCP); Fábio Pereira (CFV); Luis Cameira (SCB); Ricardo Santos (SLB).

**Departamento Médico:** Rui Escaleira e Marcelo Pereira.

#### Programa:

**09:00:** Concentração no LABIOMEP da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (os nadadores Ana Monteiro, Gabriel Lopes e Tamila Holub podem apresentar-se pelas 11:30).





**09:30 - 12:00:** Análise de partidas e viragens, análise técnica, força membros superiores biodex e nado amarrado e avaliação força membros inferiores.

**12:00 - 12:45:** Reunião conjunta - Ponto de situação estado da preparação dos nadadores.

**13:00:** Almoço conjunto (nadadores e treinadores)

**14:30 - 18:00:** Análise de partidas e viragens.

**18:00:** Encerramento da ação.

**Nota:** ao longo do dia o Departamento Médico irá proceder ao levantamento individual do estado de saúde dos nadadores presentes. Após conclusão das avaliações, os nadadores efetuarão o seu treino.

### **b) Resultados Meeting Internacional do Algarve, Albufeira, 9 e 10 novembro 2019 (25m)**

Participaram 401 nadadores, de 2 países

Albufeira				
09/11/2019				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
<b>200 B</b>	22(31)	Lucas Filipe Moreira	02:38,02	00:35,90 – 01:15,45 / RP
	28(44)	Maria Francisca Fróis	02:54,61	00:39,28 – 01:24,40 / RP
	25(44)	Rebeca Leonor Antunes	02:53,72	00:37,95 – 01:21,20
	21(44)	Francisca Santos Ferreira	02:50,21	00:39,43 – 01:23,18 / RP
<b>100 C</b>	39(44)	João Maria Sousa	01:06,64	00:32,42 / RP
	32(44)	André Henrique Marques	01:04,39	00:31,32 / RP
	28(44)	João Carlos Carvalho	01:03,39	00:31,19 / RP
	29(44)	Joana Santos Parra	01:12,96	00:35,23
	20(44)	Ariana Bento Carapinha	01:10,08	00:34,07
<b>100 M</b>	37(45)	Miguel Fernandes Oliveira	01:04,75	00:30,72
	36(45)	Diogo Alexandre Oliveira	01:04,71	00:30,05 / RP
	29(45)	José Luis Gonçalves	01:02,63	00:28,76 / RP
	28(45)	Salvador Goya Perloiro	01:02,03	00:29,46 / RP





Albufeira				
09/11/2019				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
	30(41)	Ana Francisca Silva	01:09,53	00:33,22 / RP
	25(41)	Diana Silva Tinoco	01:08,71	00:32,04 / RP
	22(41)	Leonor Tavares Catalão	01:08,34	00:32,59 / RP
<b>200 L</b>	56(62)	João Maria Sousa	02:07,75	00:29,14 – 01:01,34
	45(62)	João Carlos Carvalho	02:05,29	00:30,09 – 01:02,57 / RP
	47(56)	Joana Santos Parra	02:22,38	00:32,37 – 01:08,40
	43(56)	Leonor Filipa Pinto	02:21,41	00:32,48 – 01:08,44
<b>200 E</b>	31(36)	João Maria Sousa	02:25,03	00:32,66 – 01:08,93
<b>200 E</b>	24(36)	Miguel Correia Anacleto	02:22,37	00:30,23 – 01:08,09 / RP
	21(36)	Miguel Fernandes Oliveira	02:20,67	00:30,63 – 01:06,95
	20(36)	Salvador Goya Perloiro	02:19,95	00:30,47 – 01:05,92 / RP
	16(36)	Afonso Carvalho Silva	02:18,67	00:30,25 – 01:06,58 / RP
	39(44)	Ana Francisca Silva	02:36,43	00:34,09 – 01:15,23 / RP
	38(44)	Rebeca Leonor Antunes	02:34,81	00:32,81 – 01:13,44
	33(44)	Maria Leonor Coelho	02:32,44	00:33,86 – 01:13,77 / RP
	32(44)	Maria Francisca Fróis	02:32,42	00:33,11 – 01:13,54 / RP
	31(44)	Leonor Tavares Catalão	02:32,35	00:33,11 – 01:12,82 / RP
	23(44)	Ariana Bento Carapinha	02:30,32	00:32,23 – 01:11,31 / RP
	12(16)	Afonso Carvalho Silva	02:17,15	00:30,13 – 01:05,49 / RP / Final B
<b>4x100 E</b>	11(15)	André Marques Miguel Anacleto José Gonçalves Miguel Oliveira	04:14,11	00:31,55 – 01:04,49 00:33,82 – 01:11,99 00:28,13 – 01:01,66 00:26,90 – 00:55,97

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIRO OFICIAL DE NUTRIÇÃO DESPORTIVA E ALIMENTAÇÃO FUNCIONAL



PARCEIROS



Moradia Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

☎ +351 21 415 81 90/91

☎ +351 21 419 17 39

✉ secretaria@fpnatacao.pt

Albufeira				
09/11/2019				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
	14(15)	João Carvalho Lucas Moreira Salvador Perloiro Afonso Silva	04:16,10	00:31,51 – 01:04,03 00:34,10 – 01:12,80 00:29,40 – 01:02,60 00:27,07 – 00:57,99
<b>4x100 L</b>	8(14)	Ariana Carapinha Francisca Ferreira Leonor Catalão Maria Coelho	04:09,15	00:30,26 – 01:02,67 00:29,19 – 01:02,02 00:29,86 – 01:02,39 00:30,02 – 01:02,07
<b>4x100 L</b>	14(14)	Joana Parra Ana Silva Leonor Pinto Rebeca Antunes	04:21,42	00:31,39 – 01:05,98 00:31,42 – 01:04,68 00:31,32 – 01:07,07 00:30,19 – 01:03,71

Albufeira				
10/11/2019				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
<b>200 M</b>	14(22)	Ana Francisca Silva	02:34,00	00:35,80 – 01:14,00 / RP
	12(22)	Diana Silva Tinoco	02:30,90	00:33,90 – 01:11,90
	25(28)	Diogo Alexandre Oliveira	02:23,76	00:30,88 – 01:06,82 / RP
	21(28)	Salvador Goya Perloiro	02:19,79	00:30,64 – 01:06,96 / RP
	20(28)	José Luis Gonçalves	02:19,70	00:29,68 – 01:04,65 / RP
	12(16)	Ana Francisca Silva	02:32,02	00:34,95 – 01:13,14 / RP / Final B
	11(16)	Diana Silva Tinoco	02:26,29	00:32,98 – 01:09,66 / RP / Final B
<b>100 L</b>	54(66)	Joana Santos Parra	01:05,39	00:30,71
	42(66)	Leonor Tavares Catalão	01:03,91	00:30,35 / RP
	31(66)	Maria Leonor Coelho	01:02,39	00:29,91
	28(66)	Francisca Santos Ferreira	01:01,83	00:30,08 / RP
	25(66)	Ariana Bento Carapinha	01:01,35	00:29,72



Albufeira				
10/11/2019				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
	52(67)	André Henriques Marques	00:58,18	00:27,47 / RP
	43(67)	Miguel Fernandes Oliveira	00:57,35	00:27,71
<b>100 B</b>	31(49)	Maria Francisca Fróis	01:20,97	00:38,89
	28(49)	Rebeca Leonor Antunes	01:20,94	00:37,80
	36(47)	Lucas Filipe Moreira	01:13,03	00:34,28 / RP
	32(47)	Miguel Correia Anacleto	01:12,28	00:34,32 / RP
<b>200 C</b>	19(37)	Maria Francisca Fróis	02:32,83	00:36,83 – 01:16,63 / RP
	28(39)	João Maria Sousa	02:20,34	00:34,03 – 01:10,08 / RP
	27(39)	André Henriques Marques	02:20,33	00:3,16 – 01:08,48 / RP
<b>400 L</b>	35(46)	Leonor Filipa Pinto	04:52,21	00:33,46 – 01:10,26 – 02:19,95 / RP
	33(46)	Joana Santos Parra	04:51,27	00:32,75 – 01:08,79 – 02:22,32
	30(46)	Ana Francisca Silva	04:49,05	00:33,27 – 01:09,33 – 02:22,73 / RP
	25(46)	Maria Leonor Coelho	04:43,89	00:31,78 – 01:06,52 – 02:19,08
	42(50)	Diogo Alexandre Oliveira	04:30,09	00:30,23 – 01:03,57 – 02:12,34 / RP
	36(50)	Miguel Fernandes Oliveira	04:25,45	00:29,83 – 01:02,57 – 02:10,44
	35(50)	João Maria Sousa	04:24,64	00:30,94 – 01:03,56 – 02:10,79 / RP
	33(50)	Afonso Carvalho Silva	04:24,35	00:29,78 – 01:03,33 – 02:10,45 / RP
	30(50)	João Carlos Carvalho	04:22,60	00:30,87 – 01:04,55 – 02:11,79 / RP
<b>4x100 E</b>	8(12)	Ariana Carapinha Francisca Ferreira Leonor Catalão Maria Coelho	04:39,04	00:33,93 – 01:09,25 00:37,91 – 01:20,32 00:31,46 – 01:07,94 00:29,70 – 01:01,53
	11(12)	Maria Fróis Rebeca Antunes	04:44,72	00:36,20 – 01:13,77 00:36,26 – 01:17,95

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIRO OFICIAL DE NUTRIÇÃO DESPORTIVA E ALIMENTAÇÃO FUNCIONAL



PARCEIROS



Moradia Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

+351 21 415 81 90/91

+351 21 419 17 39

secretaria@fpnatacao.pt



Albufeira				
10/11/2019				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
		Diana Tinoco Ana Silva		00:31,96 – 01:07,98 00:31,68 – 01:05,02
	9(11)	Afonso Silva João Carvalho José Gonçalves Miguel Oliveira	03:46,84	00:27,72 – 00:57,53 00:27,17 – 00:56,63 00:26,57 – 00:56,98 00:26,61 – 00:55,70
	Desclassificação	João Sousa Diogo Oliveira André Marques Salvador Perloiro		00:28,23 – 00:58,90

## 2. ÁGUAS ABERTAS

### *a) Estágio Águas Abertas, San Cugat (Espanha), 25 nov. a 1 dez.*

No seguimento do Plano de Alto Rendimento e Seleções Nacionais de Águas Abertas 2019, informamos que estão convocados para o estágio os seguintes nadadores:

Masculinos	Clube
Rafael Gil (1)	SCP
Tiago Campos (2)	CNRM

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

**Treinador FPN:** Daniel Viegas

**Plano de Viagem:**

**Voos:**

TP1040	25 novembro	Lisboa / Barcelona	08h55 – 11h45
TP1043	01 dezembro	Barcelona / Lisboa	10h15 – 11h10

**Concentração:** Aeroporto de Lisboa, junto ao Check In TAP pelas 06h50

Cada passageiro pode levar uma mala grande de mão com peso de até 10 kg e com dimensões máximas de 55 cm x 40 cm x 20 cm. Mais uma bagagem de porão com peso máximo de 21kg.

Toda a comitiva deve fazer-se acompanhar do Cartão do Cidadão ou Passaporte válidos. Bem como da minuta de autorização de saída de menores do país para competições, devidamente assinada e autenticada pelo notário.





Recordamos ainda que pedidos de dispensa ao abrigo do Decreto-Lei nº 272/09, de 01 de outubro (Regime do Alto Rendimento), por implicarem requisição ao IPDJ, terão que ser solicitados previamente à realização desta Competição.

***b) Estágio Rio de Janeiro e Rio Negro Challenge, Manaus (Brasil), 26 nov. a 10 dez.***

No seguimento do Plano de Alto Rendimento e Seleções Nacionais de Águas Abertas 2019, informamos que estão convocados para a competição os seguintes nadadores:

Femininos	Clube
Angélica André (1)	CFP

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

**Treinador convidado:** Rui Borges

**Plano de Viagem:**

**Voos:**

Grupo 1			
LH 1177	26 novembro	Porto / Frankfurt	12h25/16h10
LH 500	26 novembro	Frankfurt / Rio de Janeiro (GIG)	21h55/05h40+1
GOL 2106	04 dezembro	Rio de Janeiro (GIG) / Manaus	21h35/00h45+1
GOL 2103	09 dezembro	Manaus / Rio de Janeiro (GIG)	01h35/06h40
LH 501	9 dezembro	Rio de Janeiro (GIG) / Frankfurt	19h35/10h55+1
LH 1178	10 dezembro	Frankfurt / Porto	13h50/15h35

Cada passageiro pode levar uma mala grande de mão com peso de até 10 kg e com dimensões máximas de 55 cm x 40 cm x 20 cm. Mais uma bagagem de porão com peso máximo de 21kg.

Toda a comitiva deve fazer-se acompanhar do Cartão do Cidadão ou Passaporte válidos. Bem como da minuta de autorização de saída de menores do país para competições, devidamente assinada e autenticada pelo notário.

Recordamos ainda que pedidos de dispensa ao abrigo do Decreto-Lei nº 272/09, de 01 de outubro (Regime do Alto Rendimento), por implicarem requisição ao IPDJ, terão que ser solicitados previamente à realização desta Competição.





### 3. NATAÇÃO ARTÍSTICA

#### **Campeonato Nacional de Figuras e Prova de Seleção, Torres Novas, 7 e 8 de dezembro**

Juntamos em anexo as informações referentes à restauração e alojamento para o campeonato em assunto.

### 4. FORMAÇÃO

#### **a) Curso de Treinadores de Grau I / Monitor de Natação – Vila Real, 2019**

A Associação Regional de Natação do Nordeste, vai realizar o curso em referência, com início a 28 de novembro 2019.

Para mais informações: [natacaonordeste@gmail.com](mailto:natacaonordeste@gmail.com)

Em anexo o Regulamento, o flyer e a ficha de inscrição.

#### **b) Curso Elementar de Arbitragem NP, AA, NA – out/nov 2019 ANDS**

### APTOS

Ana Rita Baptista Borges Almeida Godinho	Joana Sofia Mota Pereira
Beatriz Catarino Moura	Margarida Tânger de Oliveira Figueiredo
Maria Beatriz Correia da Silva	Mariana Timóteo da Silva Marcelino Madeira
Catarina Filipa Paulo Silva	Miguel Ângelo Gonçalves Dos Santos De Sousa
Inês Isabel Marques Garcia	Tiago João Mota Vital
Inês Marques Ferreira Gonçalves Pedro	

### 5. RECORDES HOMOLOGADOS

#### **Natação Pura**

RECORDES NACIONAIS – Pisc. 25m					
DATA	PROVA / CTG.	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
09/11/2019	50L JUV A	Carolina Miranda Fernandes	00:26.53	CGA	Albufeira
09/11/2019	50L JUV A	Carolina Miranda Fernandes	00:26.37	CGA	Albufeira
09/11/2019	100C SEN	Rafaela Gomes Azevedo	01:00.02	SAD	Albufeira





RECORDES NACIONAIS – Pisc. 25m					
DATA	PROVA / CTG.	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
10/11/2019	100L JUV A	Carolina Miranda Fernandes	00:57.41	CGA	Albufeira
10/11/2019	50M JUN B	Paulo Vakulyuk	00:25.28	CNTN	Albufeira

### **Natação Adaptada**

RECORDES NACIONAIS – Pisc. 50m					
DATA	PROVA / CLASSE	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
03/11/2019	400 L S6	Ana Sofia Barbosa	11:55,23	FCP	Campanhã

## 6. DIVERSOS

### **Congresso “Canoagem 2030 – Avaliar o passado e preparar o futuro”**

A Federação Portuguesa de Canoagem, leva a efeito o Congresso “Canoagem 2030 – Avaliar o passado e preparar o futuro”, que se realiza no dia 23 de novembro, no Centro de Congressos de Aveiro.

Em anexo o flyer e programa.

Pela FPN

António José Silva  
Presidente

