

## COMUNICADO Nº 10-10

10/04/16

### ÍNDICE

1. NATAÇÃO PURA
2. PÓLO AQUÁTICO
3. ÁGUAS ABERTAS
4. NOVA FILIAÇÃO
5. FORMAÇÃO
6. DISCIPLINA
7. RECORDES HOMOLOGADOS

### 1. NATAÇÃO PURA

#### *II Estágio Preparação Geral Pré-Junior FPN – 22 a 25 de Abril, Rio Maior*

No seguimento do Plano de Alto Rendimento e Selecções Nacionais de Natação Pura, estão convidados os seguintes nadadores:

| Femininos          |        | Masculinos        |        |
|--------------------|--------|-------------------|--------|
| Ana Gomes          | CFV    | Diogo Sousa       | CNCVG  |
| Ana Luísa Carvalho | CNAC   | Gustavo Madureira | AAC    |
| Ana Marta Miranda  | SFUAP  | João Santos       | CNOL   |
| Bruna Dantas       | SCP    | Luís Fernandes    | GDNVNF |
| Diana Durães       | FOCA   | Paulo Janeiro     | CNLA   |
| Florbela Machado   | ASSSCC | Pedro Santos      | SAD    |
| Inês Fernandes     | SCP    | Ruben Nunes       | GESP   |
| Inês Paiva         | SAD    | Tiago Oliveira    | LSC    |
| Isabel Abreu       | CFB    | Tomás Silva       | FCP    |
| Joana Santos       | SFUAP  |                   |        |
| Paula Oliveira     | FCP    |                   |        |
| Rita Leitão        | SLB    |                   |        |

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

**Treinadores FPN:** Bruno Eça Freitas e Joana Reis

**Treinadores Convidados:** Domingos Pinto (LSC), Edgar Andrade (CNCVG), Iara Santos (FCP).

Data: 22 a 25 de Abril de 2010

Local: Centro de Estágios e Formação Desportiva de Rio Maior

Concentração: 22 de Abril – 15.30

Final do Estágio: 25 de Abril – 11:00

**Nota**: Todos os nadadores integrantes, deverão ser portadores de todo o equipamento necessário aos treinos, quer na água, quer em seco.

**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 Instituto do Desporto de Portugal terão que ser solicitados previamente à realização destes estágios.**

À semelhança do habitual solicitamos aos Clubes envolvidos, que diligenciem no sentido do transporte conjunto, em função da zona, dos nadadores convidados a fim de se racionalizarem recursos.

## 2. PÓLO AQUÁTICO

### a) Torneio Qualificação Campeonato Europa Júnior Masculino – Porto, 7/11 Abr

|     |    |   |     |    |
|-----|----|---|-----|----|
| MDA | 10 | X | MKD | 07 |
| SLO | 12 | X | TUR | 12 |
| POR | 17 | X | IRL | 07 |
| IRL | 03 | X | SLO | 18 |
| TUR | 12 | X | MDA | 07 |
| MKD | 08 | X | POR | 16 |
| SLO | 14 | X | MDA | 07 |
| MKD | 11 | X | IRL | 06 |
| POR | 09 | X | TUR | 13 |
| MKD | 05 | X | SLO | 14 |
| IRL | 01 | X | TUR | 27 |
| MDA | 13 | X | POR | 12 |
| TUR | 19 | X | MKD | 04 |
| MDA | 20 | X | IRL | 02 |
| POR | 05 | X | SLO | 10 |

|    |     |
|----|-----|
| 1º | TUR |
| 2º | SLO |
| 3º | MDA |
| 4º | POR |
| 5º | MKD |
| 6º | IRL |

**b) XI Torneio Internacional de Felgueiras – Felgueiras, 24 a 27 de Março**

|     |    |   |     |    |
|-----|----|---|-----|----|
| FRA | 09 | X | UKR | 00 |
| ITA | 24 | X | POR | 01 |
| FRA | 02 | X | ITA | 07 |
| POR | 09 | X | SRB | 04 |
| ITA | 22 | X | UKR | 04 |
| SRB | 03 | X | FRA | 19 |
| ITA | 24 | X | SRB | 00 |
| UKR | 04 | X | POR | 11 |
| SRB | 11 | X | UKR | 09 |
| POR | 00 | X | FRA | 19 |
| POR | 09 | X | SRB | 10 |
| ITA | 11 | X | POR | 07 |

|    |     |
|----|-----|
| 1º | ITA |
| 2º | FRA |
| 3º | SRB |
| 4º | POR |
| 5º | UKR |

**3. ÁGUAS ABERTAS**

**Estágio de Preparação Júnior e Absoluto**

Para o presente estágio estão convidados os seguintes nadadores:

|                    |     |               |       |
|--------------------|-----|---------------|-------|
| Lara Pinheiro      | CFB | Mário Bonança | SCP   |
| Hugo Ribeiro       | CFV | Vasco Gaspar  | SFUAP |
| Soraia Ribeiro     |     | Diogo Gaspar  |       |
| Daniel Viegas      | CNA | Marta Saraiva |       |
| Arseniy Lavrentyev | SAD | Daniela Pinto | VSC   |

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

**SN-AA:** Nuno Dias

**Treinadores Convidados:** Ana Campos (VSC)

Data: 26 de Abril a 2 de Maio de 2010

Local: Centro de Estágios e Formação Desportiva de Rio Maior

Concentração: 26 de Abril – 15:00

Final: 2 de Maio – 18:30

**Nota:** Todos os nadadores integrantes, deverão ser portadores de todo o equipamento necessário aos treinos, quer na água, quer em seco.

**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 Instituto do Desporto de Portugal terão que ser solicitados previamente à realização destes estágios.**

À semelhança do habitual solicitamos aos Clubes envolvidos, que diligenciem no sentido do transporte conjunto, em função da zona, dos nadadores convidados a fim de se racionalizarem recursos.

#### 4. NOVA FILIAÇÃO

Foi aprovada em 10/04/06, a filiação do Clube Natação do Montijo, através da ANL.

#### 5. FORMAÇÃO

##### **a) Acção de Formação – Nat. Sincronizada: Elementos de Risco – 24/25 Abril, Rio Maior**

A Federação Portuguesa de Natação leva a efeito, nos próximos dias 24 e 25 de Abril, a Acção de Formação de Natação Sincronizada - “Elementos de Risco” - no âmbito do Programa de Desenvolvimento Competitivo da Liga Europeia de Natação (LEN), a decorrer no Auditório Centro de Estágios de Rio Maior.

A acção será assegurada pela Treinadora Espanhola Silvia Hernandez, responsável pela Natação Sincronizada do Centro de Alto Rendimento de Madrid. Mais informações em [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt). Enviamos em anexo o flyer de divulgação da acção.

##### **b) Curso de Treinadores de 2º Nível – Tronco Específico Ensino – Lisboa, 2008**

No referido curso, ficaram APTOS os seguintes formandos:

|                           |
|---------------------------|
| José Miguel Alves Sousa   |
| Paulo Jorge Nunes Fazenda |

##### **c) Curso Elementar de Arbitragem de Natação Pura – Funchal, Novembro de 2009**

#### APTOS

|                       |                                |
|-----------------------|--------------------------------|
| Barbara Simone Gois   | Maria Eugénia Fernandes Temtem |
| Célia Fernanda Aguiar | Nuno Filipe Ferreira           |
| Doris Luisa Freitas   | Nuno Miguel Barbosa            |
| Fábio André Nobrega   | Rui André Esteves              |
| Luís Miguel Ferraz    |                                |

### d) Equivalências

David Miguel Gomes Ferro – Treinador de Grau II de Natação Pura  
 Filipa Alexandra Salgueiro Pitorro – Treinadora de Grau I / Monitor de Natação  
 Marília Andreia Batalha Avelar – Treinadora de Grau II de Natação Pura  
 Nuno Manuel Vicente Coelho Victor – Treinador de Grau II de Natação Pura  
 Pedro Miguel Ribeiro Gaspar – Treinador de Grau I / Monitor de Natação

## 6. DISCIPLINA

Na sequência do Processo Disciplinar Instaurado, em 08/07/2009, à atleta Mariana de Oliveira Marques, dos Serviços Sociais Culturais dos Trabalhadores do Município de Ovar, o Conselho de Disciplina decidiu:

- Punir a nadadora com a pena de 9 (nove) meses de suspensão da actividade competitiva.
- Determinar que à duração da pena aplicada em a) seja descontado o tempo em que a nadadora se encontrou suspensa preventivamente.
- Ordenar a anulação dos resultados desportivos obtidos na 1ª Etapa do Campeonato Nacional de Natação Sincronizada, em 25 e 26 de Abril de 2009, bem como os obtidos na 2ª Etapa do Campeonato Nacional de Natação Sincronizada em 4 e 5 de Julho de 2009, quer a nível de dueto e equipa.

## 7. RECORDES HOMOLOGADOS

### Piscina de 25 m

|          |            |                |          |        |        |
|----------|------------|----------------|----------|--------|--------|
| 27/03/10 | 50 L INF B | Mariana Guerra | 00.28,93 | ASSSCC | Leiria |
|----------|------------|----------------|----------|--------|--------|

### Piscina de 50 m

|          |                  |  |          |     |         |
|----------|------------------|--|----------|-----|---------|
| 09/04/10 | 4x50 L-C SEN/ABS |  | 01.46,27 | FCP | Coimbra |
|          |                  | Marta Marinho, Alexandra Oliveira, Cláudia Moreno, Sara Oliveira |          |     |         |
| 09/04/10 | 4x50 L-C SEN/ABS |  | 01.34,12 | FCP | Coimbra |
|          |                  | Paulo Santos, Carlos Santos, Rui Vilar, João Carvalho            |          |     |         |
| 09/04/10 | 4x200 L-C JUN    |  | 08.39,85 | SCP | Coimbra |
|          |                  | Maria Rosa, Patrícia Marinho, Leonor Neves, Mafalda Beleza       |          |     |         |
| 10/04/10 | 50 L JUN         | Ana Rodrigues  | 00.26,21 | AEJ | Coimbra |
| 10/04/10 | 100 C SEN/ABS    | Marta Marinho  | 01.03,45 | FCP | Coimbra |
| 10/04/10 | 100 C JUN        | Alexis Santos  | 00.57,09 | SCP | Coimbra |

|          |                   |   |          |      |          |
|----------|-------------------|---|----------|------|----------|
| 10/04/10 | 400 E SEN/ABS     | Nádia Vieira  | 04.50,58 | GESL | Coimbra  |
| 10/04/10 | 4x50 E-C JUN      |   | 02.02,70 | SCP  | Coimbra  |
|          |                   | Inês Agostinho, Maria Rosa, Filipa Tiago, Mafalda Beleza          |          |      |          |
| 10/04/10 | 50 C SEN/ABS      | Marta Marinho   | 00.29,40 | FCP  | Coimbra  |
| 10/04/10 | 4x50 E-C SEN/ABS  |   | 01.56,50 | FCP  | Coimbra  |
|          |                   | Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara Oliveira, Alexandra Oliveira  |          |      |          |
| 10/04/10 | 50 C JUN          | Alexis Santos   | 00.26,58 | SCP  | Coimbra  |
| 10/04/10 | 4x50 E-C JUN      |   | 01.48,28 | SCP  | Coimbra  |
|          |                   | Alexis Santos, Diogo Matos, João Coutinho, Pedro Agostinho        |          |      |          |
| 10/04/10 | 4x100 L-S JUV     |   | 04.06,18 | ANL  | Abrantes |
|          |                   | Inês Paiva, Isabel Abreu, Patrícia Mendes, Rita Leitão            |          |      |          |
| 10/04/10 | 4x100 L-S INF A   |   | 03.56,39 | ANNP | Abrantes |
|          |                   | Tiago Teixeira, Bruno Silva, Bruno Neto, João Vilela              |          |      |          |
| 10/04/10 | 100 L JUV         | Isabel Abreu  | 00.59,46 | ANL  | Abrantes |
| 10/04/10 | 4x100 L-C SEN/ABS |   | 03.52,66 | FCP  | Coimbra  |
|          |                   | Marta Marinho, Alexandra Oliveira, Joana Rodrigues, Sara Oliveira |          |      |          |
| 10/04/10 | 4x100 L-C JUN     |   | 04.02,54 | SCP  | Coimbra  |
|          |                   | Maria Rosa, Patrícia Marinho, Raquel Ranito, Mafalda Beleza       |          |      |          |
| 11/04/10 | 800 L JUN         | Gustavo Santa   | 08.16,53 | CNLA | Coimbra  |
| 11/04/10 | 4x100 E-C JUN     |   | 04.28,33 | SCP  | Coimbra  |
|          |                   | Inês Agostinho, Maria Rosa, Filipa Tiago, Mafalda Beleza          |          |      |          |

Pela FPN



Paulo Frischknecht  
Presidente



# Acção de Formação

## Natação Sincronizada - ELEMENTOS DE RISCO



### SILVIA HERNANDEZ

Licenciada em Ciências do Desporto - Educação Física e Desporto Escolar

Treinadora da Real Federação Espanhola de Natação

Participante nos mais importantes Quadros Competitivos Internacionais

Treinadora de Natação Sincronizada no Centro de Alto Rendimento de Madrid

**CENTRO DE ESTÁGIOS DE RIO MAIOR - CENPROL**

**24 de Abril - Sábado**

10h00 às 13h30

15h00 às 20h00

**25 de Abril - Domingo**

9h00 às 13h00



**Acção de Formação:**

(Inclui Documento de Apoio, Certificado de Participação e 12,5 horas de Formação) **20€**

**Faça já a sua inscrição na Federação Portuguesa de Natação**

**[www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt)**