



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

COMUNICADO Nº 18/03

03/12/23

INDICE

- 1 - ESTÁGIO DE PREPARAÇÃO – SELECÇÃO ABSOLUTA E PROJECTO ESPERANÇAS OLÍMPICAS
- 2 - FINA WORLD CUP – RIO DE JANEIRO
- 3 - 13th INTERNATIONAL MEETING USTER 2004
- 4 - 2º ESTÁGIO DE PREPARAÇÃO – SELECÇÃO JÚNIOR – Póvoa do Varzim
- 5 - CAMPEONATOS DA EUROPA DE PISCINA CURTA – DUBLIN (IRL) 11/14 Dez 03
- 6 - NOVA FILIAÇÃO
- 7 - ACOMPANHAMENTO A ATLETAS DE ALTA COMPETIÇÃO EM FINAL DE CARREIRA E NO PÓS-CARREIRA
- 8 - FORMAÇÃO
- 9 - RECORDES HOMOLOGADOS
- 10 - DIVERSOS

1 – ESTÁGIO DE PREPARAÇÃO – SELECÇÃO ABSOLUTA E PROJECTO ESPERANÇAS OLÍMPICAS

Concentração: 19 de Janeiro – 13:00 – Centro de Estágio de Rio Maior

Final: 23 de Janeiro – 11:00 – Centro de Estágio de Rio Maior

Nadadores Seleccionados:

Bárbara Ferreira – CNMaia
Bruno Freitas – SFUAP
Duarte Mourão – GESLOURES
Fernando Costa – LSC
Filipa Silva e Simão Morgado – CNA
Henrique Neiva – CFV
Ivo Carneiro e Daniel Pereira – SCB
João Araújo – GDNVNF
Marta Ferreira e Egas Bastos – SCP
Miguel Pires – LDC
Nuno Laurentino e Pedro Silva – SAD
Raquel Felgueiras – CNVV
Sara Oliveira e Luís Monteiro – FCP

Treinadores seleccionados:

De acordo com a filosofia de rotatividade de participação nas actividades das selecções nacionais, são os seguintes os treinadores convocados:

António V. Raposo (GESLOURES), Miguel Frishcknecht (SAD), Pedro Faia (GDNVNF) e José S. Silva (CNMaia).

Coordenador: Paulo Cunha (DTN-FPN)

Paramédicos: Técnicos do COP em funções no Centro de Estágio de Rio Maior

2 - FINA WORLD CUP – RIO DE JANEIRO

De acordo com o definido no PAC 2003/04 e por proposta do DTN estão seleccionados para esta competição os seguintes elementos:

Pedro Silva (SAD) – 50 L
Simão Morgado (CNA) – 100 M
Sara Oliveira (FCP) – 100 e 200 M
Luís Monteiro (FCP) – 200 L

Treinador: João P. V. Boas (FCP)

Chefe da Delegação: Paulo Cunha

Plano de viagem:

4 de Fevereiro - Partida do Porto às 06h15, Voo TP 1951
Partida de Lisboa às 10h00 Voo TP 1553
12 de Fevereiro - Chegada a Lisboa às 06h25 Voo TP 1554
Chegada ao Porto às 07h50 Voo TP 1554

3 - 13th INTERNATIONAL MEETING USTER 2004

De acordo com o definido no PAC 2003/04 e por proposta do DTN estão seleccionados para esta competição os seguintes elementos:

Hugo Gonzalez (SCP) – 50, 100 e 200 L
Paulo Franco (CDN) – 400 L, 200 M, 400 E
Ricardo Rego (ADF) – 200 E, 200 B

Chefe da Delegação e Treinador: Alexandre Dias (SCP)

Plano de viagem a divulgar oportunamente

4 - 2º ESTÁGIO DE PREPARAÇÃO – SELECÇÃO JÚNIOR – Póvoa do Varzim

Local e Data: 9,10 e 11 de Janeiro de 2004 nas Piscinas Municipais da Póvoa do Varzim.

De acordo com o PAC2003, e realizada uma análise à presente época desportiva e aos atletas constantes da lista de Percurso de Alta Competição desta Federação, estão seleccionados para o 2º Estágio Júnior da presente época os seguintes nadadores:

Nadadores Seleccionados

Diana Gomes	ABVE	Tiago Venâncio	CNS
Carolina Peres	CAF	André Vieira	CNTN
Ana Rita Santos	CFB	André Costa	CNVV
Daniela Inácio	CFB	João Glória	CVG
Harriet Smith	CFB	José Bica	CVG
Adriano Niz	CFV	Nuno Quintanilha	CVG
Fábio Pereira	CFV	Joana Oliveira	GESL
João Pereira	CFV	José Fonseca	LSC
Diogo Carvalho	CGA	Ana Ramos	Portinado

Edgar Silva	CNA	Sara Carneiro	SCB
Filipe Alves	CNA	Ana Santos	SFUAP
Pedro Mendonça	CNA	Susana Miguel	SFUAP
Fábio Silva	CNAI	José Parente	VNC
Sérgio Barbosa	CNMAIA	Daniel Lopes	VTSC
Pedro Oliveira	CNRM	Márcia Freitas	VTSC

Treinadores Seleccionados

- António Paulo Vasconcelos (CFV)
- Pedro Cavilhas (CFB/CIMAI)
- José Machado (CVG)
- Fernando Teixeira (ABVE)
- Rui Freitas (SFUAP)

As actividades de estágio estão abertas à participação dos restantes treinadores, com nadadores participantes, e que manifestem o seu interesse em o fazer.

Coordenador Técnico: Luís Cardoso (FPN)

Paramédico: João Veloso

5 – CAMPEONATOS DA EUROPA DE PISCINA CURTA – DUBLIN (IRL) 11/14 Dez 03

Participaram 31 países

03/12/11

50 Livres	40º(57)	Pedro Silva	00.22,85	
200 Estilos	28º(30)	Duarte Mourão	02.03,65	(26,42-58,40)
200 Costas	25º(27)	Daniel Pereira	02.00,15	(28,15-57,90)
	26º	Adriano Niz	02.00,25	(28,31-58,19)
100 Mariposa	23º(39)	Simão Morgado	0053,69	(25,00-53,69)
200 Mariposa	18º(32)	Sara Oliveira	02.13,41	(30,49-1.04,47)
100 Bruços	9º(41)	José Couto	01.00,21	(28,50)
	36º	Henrique Neiva	01.02,38	(29,78)
4x50 Estilos	11ª(12)		01.39,88	(26,33)
		Daniel Pereira, José Couto, Simão Morgado, Pedro Silva)		
100 Bruços	13º	José Couto	01.00,35	(28,35) ½ Final

03/12/12

50 Costas	39º(39)	Daniel Pereira	00.26,69	
50 Mariposa	37ª(44)	Sara Oliveira	00.28,18	
400 Estilos	25º(30)	Adriano Niz	04.20,95	(27,78-59,72)
	28º	Duarte Mourão	04.21,82	(27,51-58,68)
200 Bruços	18ª(31)	Ana R. Santos	02.29,56	(34,15-1.11,56)

03/12/13

50 Bruços	17º(39)	José Couto	00.28,23	
	32º	Henrique Neiva	00.29,02	
	39º	Pedro Silva	00.29,63	
100 Costas	36º(37)	Daniel Pereira	0056,84	(27,35)
100 Bruços	27ª(34)	Ana R. Santos	01.10,91	(33,85)
100 Mariposa	23ª(46)	Sara Oliveira	01.00,98	(28,54)
200 Mariposa	23º(31)	Simão Morgado	02.00,65	(26,66-56,78)
1500 Livres	15º(16)	Fernando Costa	15.42,96	(27,85-58,17-1.59,58-4.04,04-8.17,91)
50 Bruços	14º	José Couto	00.28,09	½ Final

03/12/14

50 Mariposa	12º(45)	Simão Morgado	00.24,12	
	41º	Pedro Silva	00.25,40	
400 Estilos	25ª(26)	Ana R. Santos	05.00,62	(32,94-1.09,29)
200 Bruços	11º(34)	José Couto	02.10,68	(29,69-1.03,11)

	28°	Henrique Neiva	02.13,41	(30,54-1.04,91)
200 Livres	26°(55)	Adriano Niz	01.48,47	(25,76-53,16)
50 Mariposa	16°	Simão Morgado	00.24,14	½ Final

6 - NOVA FILIAÇÃO

Foi aprovada em 03/12/23, a filiação do Clube Desportivo Ancorensis, através da ANMinho

7 - ACOMPANHAMENTO A ATLETAS DE ALTA COMPETIÇÃO EM FINAL DE CARREIRA E NO PÓS-CARREIRA

Foi recebido do IDP o ofício com o teor abaixo transcrito:

“Os atletas de Alta Competição investem no desporto ao longo de vários anos, centrando parte do seu projecto de vida no seu projecto desportivo.

Muitas vezes tendem a desenvolver um estilo de vida que tipicamente os afastam das actividades normais em jovens da sua idade e restringem os seus círculos de relações sociais ao contexto desportivo.

Acresce que por via do seu superior rendimento desportivo, tendem a envolver-se num profissionalismo mais ou menos assumido que vai resolvendo os problemas financeiros ao longo dos anos.

Sucede que a carreira desportiva chega um dia ao fim, naturalmente ou forçada por lesões, e de repente tudo se modifica na vida do praticante que deixa de receber suporte material e emocional. Como grande parte da sua existência social se devia ao estatuto desportivo, ao perdê-lo perde também identidade.

Os aspectos referidos estão estudados internacionalmente, sendo referenciada a necessidade de preparar antecipadamente estes praticantes para uma nova realidade, bem como de lhes prestar apoio no período que se segue ao abandono.

Neste sentido o Gabinete de Psicologia do CAR passa a estar disponível para acompanhar os atletas com curriculum internacional diferenciado, que, em situação de estarem prestes a terminar as suas carreiras ou que já o tenham feito, necessitem de acompanhamento psicológico, mesmo, não tendo estatuto de atletas de alta competição”.

8 - FORMAÇÃO

a) Acção de Formação

Aspectos do treino psicológico - O controlo da ansiedade em jovens nadadores em jovens

Responsável: Dr. Jorge Silvério

Data: 18 de Janeiro

Horário: 9,00 – 12,30; 14,30 – 17,30.

Local: Centro de estágio para desportistas – Rio Maior.

Inscrições até 12-01-2004

Destinatários:

1º Treinadores de atletas pré-juniores seleccionados para os estágios PJ da FPN 03/04.

2º Treinadores de atletas dos grupos G1 e G2

3º Outros treinadores

1. Definição de ansiedade
2. Factores influenciadores da ansiedade
3. Sistemas afectados pela ansiedade
4. Sintomas da ansiedade
5. Situações stressantes
6. Técnicas de energização
7. Técnicas de relaxamento
8. Prática de uma técnica de relaxamento
9. Análise prática de casos concretos

Nota: os treinadores participantes poderão trazer casos da sua prática para análise que podem não ser obrigatoriamente sobre ansiedade.

b) Equivalências

Gonçalo Pedro Vicente Nicolau Candeias de Carvalho - 1º Nível de Treinadores de Natação Pura

João António Lagarto Mascarenhas - 1º Nível de Treinadores de Natação Pura

Jones dos Santos - 1º Nível de Treinadores de Natação Pura

Jorge Manuel Fortunato Amaro - 2º Nível de Treinadores de Natação Pura

Marco César Rodrigues Ribeiro - 1º Nível de Treinadores de Natação Pura

Nuno Miguel Rodrigues de Matos - 1º Nível de Treinadores de Natação Pura

Paulo Assis Gonçalves Calejo Rodrigues - 1º Nível de Treinadores de Pólo Aquático

Paulo Assis Gonçalves Calejo Rodrigues - 2º Nível de Treinadores de Natação Pura

Rui Pedro Simões Borges - 2º Nível de Treinadores de Natação Pura

Sílvia Isabel Guerreiro Martins Guerreiro - 1º Nível de Treinadores de Natação Pura

9 - RECORDES HOMOLOGADOS

Piscina de 25m

03/12/03	400 E JUN	04.20,95	Adriano Niz	FPN	Dublin
03/12/03	200 B JUN/ABS	02.29,56	Ana R. Santos	FPN	Dublin
04/12/03	200 L JUN	01.48,47	Adriano Niz	FPN	Dublin
07/12/03	200 M G1	02.19,47	Susana Miguel	SFUAP	Loures

Piscina de 50m

20/12/03	400 E JUN	04.32,89	Adriano Niz	CFV	EUL
	400 E G1	05.08,20	Susana Miguel	SFUAP	EUL
	200 C JUN	02.03,87	Adriano Niz	CFV	EUL
21/12/03	200 E JUN	02.07,50	Adriano Niz	CFV	EUL
	100 C JUN	00.58,04	Adriano Niz	CFV	EUL

200 B JUN/ABS	02.33,98	Ana R. Santos	CFB	EUL
*100 C JUN	00.58,04	Adriano Niz	CFV	EUL

* Recorde igualado

10 - DIVERSOS

a) 3º Curso de Pós-Graduação em Medicina Desportiva

A Sociedade Portuguesa de Medicina Desportiva leva a efeito o curso em assunto, de 2 a 31 de Janeiro em Lisboa, no Centro Nacional de Medicina Desportiva.

Mais informações poderão ser solicitadas à SPMD, Av^a Almirante Gago Coutinho, nº151 – 1700 – 029 Lisboa – Telm.93 7954002 ou e-mail spmd@megamail.ht ou www.spmd.ht.

b) BOAS FESTAS

A FPN deseja a todos os seus filiados um Feliz Natal e um excelente 2004.

Pela FPN

Isidoro Morgado
Presidente