

## COMUNICADO Nº 19-07

07/06/22

### ÍNDICE

- 1 - ALTA COMPETIÇÃO
- 2 - DIA OLÍMPICO
- 3 - ÁGUAS ABERTAS
- 4- PÓLO AQUÁTICO
- 5 - MASTERS
- 6 - FORMAÇÃO
- 7 - RECORDES HOMOLOGADOS

### 1 - ALTA COMPETIÇÃO

#### *a) Estágio de Preparação, Rio Maior (25 a 30 Junho 2007)*

Na sequência do nosso Comunicado Nº16, no seu ponto 1., alínea c) de 18 de Maio, informa-se o seguinte:

Concentração: dia 25 pelas 15h30

Fim do estágio: dia 30 pelas 13h00

Estarão presentes os SN-NP, Rui Magalhães, TNA-NP, José Baltar Leite e, os treinadores Paulo Costa (PORTINADO) e Vasco de Sousa (LSC).

#### *b) MARE NOSTRUM 2007, Meeting Internacional de Barcelona 13-14 Jun 07 (50m)*

13/06/07

400 Livres	13°	Fábio Pereira	03:59,53	00.27,62-00.57,86-01.58,99
	11°	Fábio Pereira	03.57,89	00.27,36-00.56,57-01.56,82 Final
50 Mariposa	4°	Tiago Venâncio	00.24,78	
	6°	Tiago Venâncio	00.24,41	Final
50 Costas	18°	Pedro Oliveira	00.27,93	
200 Estilos	23ª	Sara Madeira	02.23,88	00.29,34
	1°	Diogo Carvalho	02.04,97	00.26,65
	4°	Diogo Carvalho	02.04,92	00.27,12Final
	15°	Duarte Mourão	02.10,54	00.26,71
	15°	Duarte Mourão	02.08,71	00.27,34Final
	23°	Pedro Oliveira	02.12,83	00.28,53
200 Mariposa	4ª	Sara Oliveira	02.15,47	00.30,52-01.05,12
	4ª	Sara Oliveira	02.13,57	00.30,65-01.04,16Final
	4ª	Sara Madeira	02.15,47	00.30,82-01.04,84
	6ª	Sara Madeira	02.14,97	00.30,73-01.04,75Final
200 Costas	12°	Pedro Oliveira	02.05,85	00.30,09-01.02,12
200 Livres	8°	Tiago Venâncio	01.51,40	00.26,21-00.54,15

	7°	Tiago Venâncio	01.51,81	00.26,60-00.54,99 Final
	19°	Diogo Carvalho	01.53,98	00.27,01-00.56,43
<b>14/06/07</b>				
100 Mariposa	8ª	Sara Oliveira	01.01,95	00.29,56
	6ª	Sara Oliveira	01.01,14	00.28,70 Final
	14ª	Sara Madeira	01.02,73	00.29,42
	14ª	Sara Madeira	01.01,88	00.29,12 Final
	15°	Diogo Carvalho	00.55,49	00.26,41
	15°	Diogo Carvalho	00.54,92	00.26,04 Final
100 Livres	36ª	Sara Madeira	01.00,24	00.28,98
	18°	Tiago Venâncio	00.51,05	00.24,57
400 Estilos	13°	Duarte Mourão	04.41,36	00.28,81-01.01,99
	11°	Duarte Mourão	04.36,38	00.28,17-01.00,51 Final

**c) XXVth Internacional Meeting de Monte Carlo (MON) 16 e 17 Jun 2007 (50m)**

<b>16/06/07</b>				
100 Livres	7°	Tiago Venâncio	00.50,53	00.24,74
	5°	Tiago Venâncio	00.50,26	00.24,17 Final A
200 Mariposa	7°	Diogo Carvalho	02.01,38	00.27,61-00.58,98
	7°	Diogo Carvalho	02.01,05	00.27,49-00.58,40 Final A
	8°	Pedro Oliveira	02.02,04	00.28,39-00.59,86
	8°	Pedro Oliveira	02.02,23	00.27,86-00.58,35 Final A
	9°	Fábio Pereira	02.04,15	00.28,43-01.00,57
	2°	Fábio Pereira	02.02,59	00.27,80-00.59,24 Final B
100 Mariposa	6ª	Sara Oliveira	01.00,84	00.28,40
	5ª	Sara Oliveira	01.00,41	00.28,35 Final A
	12ª	Sara Madeira	01.02,14	00.29,46
	3ª	Sara Madeira	01.01,84	00.29,21 Final B
100 Costas	14°	Pedro Oliveira	00.58,91	00.29,02
	5°	Pedro Oliveira	00.58,36	00.28,66 Final B
200 Estilos	9°	Duarte Mourão	02.08,34	00.26,90
	1°	Duarte Mourão	02.08,07	00.26,80 Final B
50 Mariposa	3°	Tiago Venâncio	00.24,97	
	4°	Tiago Venâncio	00.24,73	1/8 Final
	4°	Tiago Venâncio	00.24,40	¼ Final
<b>17/06/07</b>				
400 Estilos	7°	Diogo Carvalho	04.29,11	00.28,23-01.00,38
100 Mariposa	4°	Tiago Venâncio	00.54,66	00.25,64
	6°	Tiago Venâncio	00.53,84	00.25,30 Final A
	14°	Duarte Mourão	00.57,26	00.27,03
	4°	Duarte Mourão	00.56,44	00.26,36 Final B
200 Mariposa	5ª	Sara Oliveira	02.15,03	00.30,24-01.04,17
	5ª	Sara Oliveira	02.12,69	00.29,67-01.02,79 Final A
	8ª	Sara Madeira	02.15,70	00.30,91-01.05,32
	7ª	Sara Madeira	02.14,80	00.30,06-01.03,89 Final B
200 Costas	8°	Pedro Oliveira	02.04,76	00.30,01-01.01,72
	8°	Pedro Oliveira	02.05,04	00.29,55-01.00,55 Final A
200 Livres	19°	Fábio Pereira	01.53,59	00.26,83-00.55,64
100 Livres	20°	Sara Madeira	00.59,20	00.28,56
50 Mariposa	4°	Tiago Venâncio	00.24,18	½ Final

## 2 - DIA OLÍMPICO

Face à impossibilidade dos nadadores João Pedro Passos (GESP), Pedro Afonso Gaspar (ASC), Gonçalo Filipe Gregório (SFUAP) e Sofia Oliveira Pinto (SLB) participarem na Prova do Dia Olímpico, decidiu o Departamento Técnico convocar os seguintes nadadores:

João Luís Rodrigues SCB  
Hugo Miguel Silva SCB  
Rafael Dias Martins CNMaia  
Patrícia Alexandra Leal DNMG

## 3 - POLO AQUÁTICO

### *Torneio Internacional Juniores Femininos - Grécia Creta, 28 de Junho a 2 de Julho 2007*

Para a competição supra mencionada, são convocadas as seguintes atletas:

Janete Sousa	EVS	Elisabete Lisboa	EVS	Flávia Pacheco	GESPAÇOS
Carina Mendonça	LOUSADA	Fátima Airosa	ADDCEG	Naida Mariani	EVS
Beatriz Soares	ADDCEG	Patrícia Andrade	EVS	Inês Nunes	CNA
Joana Monteiro	CFP	Aurelie Mariani	EVS	Natália Freitas	GESPAÇOS
Marta Ribeiro	AADCEG	Liliana Carvalho	LOUSADA	Mara Gonçalves	GESPAÇOS

Seleccionador Nacional: Lajos Lorincz

Treinador Nacional: Pedro Cardoso

Árbitro: Luís Vital

A comitiva fica alojada no Hotel Vanisko (Tel: 00 30 2810 261403)

### Viagem

28 Junho	KL 1692 Lisboa/Amesterdão	07h05/11h00 (aeroporto às 05h30)
28 Junho	KL 1577 Amesterdão/Atenas	12h05/16h20
28 Junho	A3 324 Atenas/Heraklion	20h05/20h55
02 Julho	A3 303 Heraklion/Atenas	08h10/09h00
02 Julho	KL 1576 Atenas/Amesterdão	14h45/17h20
02 Julho	KL 1691 Amesterdão/Lisboa	18h00/20h00

**Lembramos que deverão ser portadores de Bilhete de Identidade.**

**Para as atletas menores de idade, é obrigatória a autorização dos pais para saída do País.**

**São permitidas por pessoa 20 Kgs de bagagem. Qualquer excesso de peso que obrigue ao pagamento de taxas-extra, será da responsabilidade dos próprios.**

#### 4 - ÁGUAS ABERTAS

Os resultados obtidos por representantes portugueses nas competições internacionais de Águas Abertas – Setúbal Bay International Swim Marathon 07, FINA 10km Marathon Swimming World Cup – Sevilha 2007 e LEN Open Water Swimming Cup Leg – Londres 07 – foram os seguintes:

##### *a) FINA 10km Marathon Swimming World Cup – Sevilha 2007*

PROVA MASCULINA			
Classificação	Nome	Tempo	Pontos
52	Daniel VIEGAS	02:06:04.92	2
Total Participantes			<b>56</b>

PROVA FEMININA			
Classificação	Nome	Tempo	Pontos
23	Daniela INÁCIO	02:03:17.85	2
45	Daniela PINTO	02:17:33.83	2
48	Amélia FERNANDES	02:19:50.84	2
Total Participantes			<b>50</b>

##### *b) LEN Open Water Swimming Cup Leg – Londres 07*

PROVA FEMININA			
Classificação	Nome	Tempo	Pontos
15	Daniela INÁCIO	01:04:50.98	3
19	Daniela PINTO	01:08:38.86	1
20	Amélia FERNANDES	01:09:24.61	1
Total Participantes			<b>23</b>

#### 5 - MASTERS

##### *a) XII FINA World Masters Championships 15-25 Abril 2008*

A competição em título realizou-se de 15 a 25 de Abril 08 em Perth (AUS). Informações disponíveis em: [www.2008finamasters.org](http://www.2008finamasters.org)

##### *b) Nordic Open Masters in Swimming 5-7 Outubro 2007*

A competição em título realizou-se de 5 a 7 de Outubro em Solna (SWE). Informações disponíveis em: [www.simforbundet.se](http://www.simforbundet.se)

## 6 - FORMAÇÃO

### *a) Acção de Formação de “Preparação Psicológica Directa para a Competição”*

Vai decorrer uma Acção de Formação de “Preparação Psicológica Directa para a Competição”, destinada a nadadores/as, técnicos/as de natação e estudantes universitários, no dia 30 de Junho, no Auditório do Centro de Estágio de Rio Maior/DESMOR. As inscrições estão abertas até ao dia 28 de Junho. Em anexo, envia-se o panfleto da respectiva Acção.

### *b) Equivalências*

Sónia Maria Guerreiro das Neves – Treinadores de 1º Nível de Natação Pura

## 7 - RECORDES HOMOLOGADOS

### **Piscina 50m**

08/06/2007	1500 L JUV A	Rui Costa	16.04,07	VSC	Loulé
09/06/2007	100 B JUV A	André Silva	01.06,28	PDEM	Loulé
09/06/2007	4x100 E-C SEN/ABS		04.25,83	CNA	Loulé
		Ana Rolo, Diana Gomes, Susana Miguel, Filipa Silva			
10/06/2007	200 B SEN	Diana Gomes	02.29,76	CNA	Loulé
16/06/2007	100 M SEN/ABS	Sara Oliveira	01.00,41	FPN	Monte Carlo
17/06/07	4x100 E-S INF-A		04.50,21	ANL	Rio Maior
		Inês Agostinho, Ana Pina, Filipa Tiago, Maria Rosa			

Pela FPN



Paulo Frischknecht  
Presidente

## Conteúdos:

- Integrar a importância da Psicologia no desenvolvimento e compreensão do Desporto;
- Possuir conhecimentos científicos inerentes aos mecanismos psicológicos do comportamento humano em situação de competição;
- Dominar os conhecimentos científicos inerentes às metodologias e técnicas psicológicas específicas utilizadas no treino desportivo e no exercício.



**Moradia do Complexo  
do Jamor Entrada da  
Costa 1495-688 Cruz  
Quebrada Dafundo**

**Telf: 21 415 81 90  
Fax: 21419 17 39  
[www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt)**

## FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

### **Preparação Psicológica Directa para a Competição**



**DATA: 30 de Junho—  
14h30—17h30**

**LOCAL: DESMOR—  
Rio Maior**

## Formadora

Prof. Dr.<sup>a</sup>. Cláudia Dias

Doutorada em Ciências do Desporto pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto;

Autora de vários artigos científicos publicados nacional e internacionalmente.

## Inscrições:

Taxa de inscrição:

- 10€

As inscrições decorrerão até ao dia:

- 28 de Junho de 2007 (Quinta-feira)

### Este curso dá direito a:

- Presença na Formação
- Documentação da Acção
- Certificado

A evolução, estandardização das metodologias e das técnicas de preparação dos atletas tem proporcionado um possível nivelamento do rendimento desportivo. Mas, contrariando essa tendência, continua-se a registar uma diferenciação nos resultados alcançados.

Esta realidade tem conduzido, treinadores e técnicos em geral, a interessarem-se por “novas” áreas do treino desportivo, como a preparação psicológica ou o treino mental. São vários os autores/treinadores que consideram a Psicologia como a última fronteira no que diz respeito à preparação dos atletas.



## FICHA DE INSCRIÇÃO

Acção de Formação “Preparação Psicológica Directa para a Competição”

Nome \_\_\_\_\_

Morada \_\_\_\_\_ CP \_\_\_\_\_

Tel \_\_\_\_\_ Hab. Académicas \_\_\_\_\_

Cheque passado á ordem da FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

Cheque n.º \_\_\_\_\_ no valor de 10€ sobre o banco \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ NIF \_\_\_\_\_

Recibo em nome de \_\_\_\_\_