

**COMUNICADO Nº 04-11**

**11/02/2011**

**ÍNDICE**

- 1. PROGRAMAS DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO**
- 2. FORMAÇÃO**
- 3. NOVA FILIAÇÃO**
- 4. DIVERSOS**

**1. PROGRAMAS DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO**

***Águas Abertas 3.0***

Dando seguimento ao Plano de Actividades para a presente época desportiva, no âmbito dos Programas de Desenvolvimento Desportivo, a FPN, em colaboração com a Associação de Natação de Coimbra, organiza no próximo dia 5 de Março, o evento Águas Abertas 3.0, que terá lugar no Complexo Olímpico de Piscinas de Coimbra. Este evento tem como destinatários os escalões de Cadetes e Infantis.

A competição está aberta a todos os Clubes e Escolas de Natação interessadas, permitindo a participação de nadadores não filiados, nas condições mencionadas no regulamento anexo.

**2. FORMAÇÃO**

***a) Plano de Formação 2011 - Cursos de Formação de Treinadores***

Na sequência da reunião magna realizada entre o Instituto de Desporto de Portugal (IDP) e as Federações Desportivas, e depois de vários momentos de discussão bilateral sobre o Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT) - da responsabilidade directa da Tutela - a FPN recebeu do IDP, a orientação de que não será autorizada a realização de qualquer Curso de Formação de Treinadores para o ano de 2011, enquanto não for superiormente assegurada a devida operacionalização do supra-referido PNFT.

Todavia, e apesar do exposto, informa-se que a FPN manterá no seu Plano Anual de Formação para o corrente ano, as actividades previstas relativas à Formação Contínua, Formação de Árbitros e, Formação de outros Agentes Desportivos.

**b) Acção de Formação “Curso Árbitros Pontuadores de Natação Sincronizada” – 26 e 27 de Fevereiro, Santa Maria das Lamas**

A Federação Portuguesa de Natação, no seguimento do Plano Anual de Formação 2011, vai organizar uma acção de formação no âmbito da “Natação Sincronizada – Curso de Árbitros Pontuadores” .

A acção realiza-se nos próximos dias 26 e 27 de Fevereiro, no Colégio Liceal de Santa Maria de Lamas e contará com as formadoras Filipa Abreu e Carla Silva.

Mais informações em [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt) e no flyer em anexo.

**c) Equivalências**

Cláudia Tão Ferraz Cardoso Soares – Treinadora de Grau I / Monitora de Natação

**3. NOVA FILIAÇÃO**

Foi aprovada em 07/02/2011, a filiação do **Atlético Clube de Montemor-o-Novo**, através da ANALEN.

**4. DIVERSOS**


**a) Oferta de Serviços**

Recebemos do Técnico Brasileiro de Natação Pura Ednaldo Junior, um pedido de divulgação da sua disponibilidade para trabalhar na área da sua competência. Contactos do Técnico: e-mail [multi\\_mano@yahoo.com.br](mailto:multi_mano@yahoo.com.br)

**b) Movijovem – Campos de Férias 2011**

Junta-se em anexo o cartaz relativo aos Campos de Férias 2011, da Movijovem.

Pela FPN



Paulo Frischknecht  
Presidente



**ÁGUAS ABERTAS 3.0**

**2011**



**ÁGUAS  
ABERTAS**

#  guas Abertas 3.0

## 1. ÂMBITO

Este evento destina-se a promover a prática da Nata o e dar a conhecer a disciplina de  guas Abertas a jovens nadadores. Este evento de descoberta realizar-se-  numa piscina, ambiente mais controlado, mas que certamente não deixar  de proporcionar muitas das emo es vividas numa prova de  guas Abertas.

## 2. DATA E LOCAL

5 de Março de 2011

Complexo Olímpico de Piscinas de Coimbra

## 3. HORÁRIO E PROGRAMA

In cio do aquecimento: 14:00

In cio do evento: 15:00

PROGRAMA	
1	Eliminat�rias – Cad. B – Femininos
2	Eliminat�rias – Cad. B – Masculinos
3	Eliminat�rias – Cad. A – Femininos
4	Eliminat�rias – Cad. A – Masculinos
5	Eliminat�rias – Inf. – Femininos
6	Eliminat�rias – Inf. – Masculinos
Intervalo de 10 minutos	
7	Final – Cad. B – Femininos
8	Final – Cad. B – Masculinos
9	Final – Cad. A – Femininos
10	Final – Cad. A – Masculinos
11	Final – Inf. – Femininos
12	Final – Inf. – Masculinos
Cerim�nia de entrega de pr�mios	

## 4. PARTICIPA O

Poder o participar todos os nadadores filiados na FPN das categorias de cadetes e infantis. Por ser um evento de divulga o a FPN convidará também a participar, as escolas de nata o da área geográfica da Associa o de nata o de Coimbra.

## 5. CONDI OES DE PARTICIPA O

Ao permitir a inscri o neste evento o(a) progenitor(a) / tutor(a) legal do nadador aceita as seguintes condi oes de participa o:

a) S  poderão participar nesta competi o os nadadores abrangidos por um seguro de acidentes pessoais, seja por intermédio do Seguro Desportivo da FPN / Associa o, ou de outro seguro disponibilizado pelo seu clube ou escola de nata o com cobertura assegurada para este evento.

b) Os nadadores poderão ser fotografados e filmados durante o evento, podendo essas imagens ser divulgadas publicamente ou utilizadas pela Federa o Portuguesa de Nata o para fins promocionais.

## 6. INSCRI OES

Os Clubes deverão inscrever os seus nadadores em impresso próprio fornecido pela organiza o (ver anexo).

O prazo para inscri oes terminará no dia **25 de Fevereiro de 2011**.

### Formas de inscri o:

Por e-mail ou por fax, para:

### Federa o Portuguesa de Nata o

Moradia do Complexo do Jamor

Estrada da Costa

1495-688 Cruz-Quebrada

Tel:21 4158190 Fax:214191739

E-Mail: fpnatacao.fpn@fpnatacao.pt

## 7. ORGANIZA O DO EVENTO

A prova ficará dividida em duas partes. Na primeira parte disputar-se- o as Eliminatórias. Na segunda parte as Finais.

Os nadadores serão agrupados de acordo com a sua categoria e g nero. A distância da prova terá em conta a categoria / idade de cada nadador.

O uso de touca   obrigatório e todos os nadadores deverão utilizar uma touca que identifique o clube que representam.

Na câmara de chamada, todos os nadadores serão numerados de acordo com o seu número na lista de partida.

Cada série de eliminatórias terá um máximo de 20 nadadores.

No quadro abaixo indica-se o número aproximado de metros que os nadadores terão que percorrer.

GRUPO	CATEGORIA	ANO DE NASCIMENTO		N� DE VOLTAS	DIST�NCIA APROXIMADA
		MASCULINOS	FEMININOS		
1	CAD B	2000-2003	2001-2003	2	200 MTS
2	CAD A	1999	2000	3	300 MTS
3	INF A e B	1997/1998	1998/1999	4	400 MTS

Os participantes não-federados serão integrados, de acordo com a sua idade, nas categorias definidas no quadro acima.

Nas Eliminatórias os nadadores serão agrupados de forma aleatória.

## Apuramento para a Final

Para encontrar os número de atletas apurados em cada série para cada uma das finais, será utilizado o seguinte critério:

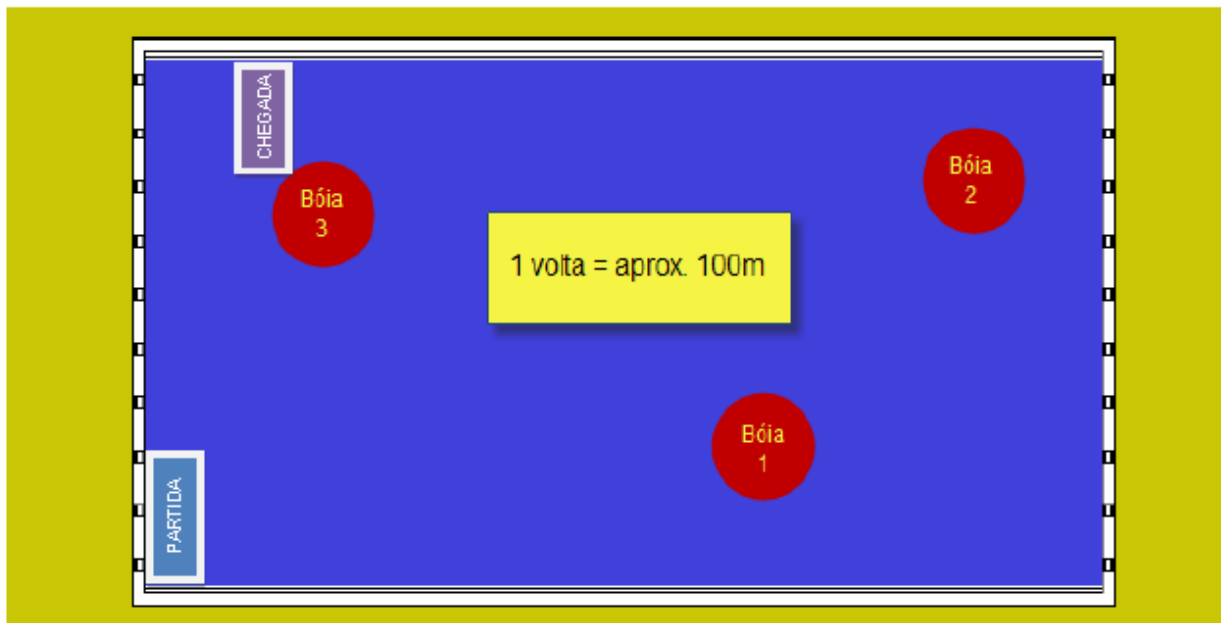
16 : n  de séries de cada escalão

Por exemplo, num escalão com 4 séries, apurar-se- o os quatro primeiros de cada série (16:4=4).

## 10. PR MIOS

Serão entregues diplomas a todos os nadadores participantes.

Diagrama da Prova



## COMPLEXO OLÍMPICO DE PISCINAS DE COIMBRA PISCINA DE 50 METROS

## FICHA DE INSCRIÇÃO

# AGUAS ABERTAS 3.0

Prova de divulgação - Cadetes e Infantis

5 de Março de 2011

COP - Coimbra

DATA LIMITE DE ENTREGA: **25 de Fevereiro de 2011**

<b>CLUBE</b>	
<b>RESPONSÁVEL</b>	

Nadador (mínimo 3 nomes)	Número Licença FPN	Género	Data de Nascimento	Categoria

DATA

\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

ASSINATURA E CARIMBO



# CAMPOS DE FÉRIAS 2011

## Páscoa e Verão

### POUSADAS DE JUVENTUDE

Abrantes, Alcoutim, Almogrove, Foz do Cávado, Foz Côa, Lousã, Melgaço, Ovar, Penhas da Saúde, São Pedro do Sul e Vilarinho das Furnas.

### ACTIVIDADES

Jogos tradicionais, Workshop de equitação, Danças tradicionais e hip hop, Orientação, Birdwatching, Karaoke, Raid fotográfico, body board, Paintball, Canoagem e slide, Tiro com arco, Piscina e muito mais!!!

### IDADES

A partir do 10 anos

### DURAÇÃO

5 dias | 4 Noites; 6 dias | 5 Noites; 7 dias | 6 Noites

# DESDE 181,00 €

### RESERVAS

707 233 233





# CURSO ÁRBITROS PONTUADORES DE NATAÇÃO SINCRONIZADA



## FORMADORAS

**FILIPA ABREU**

ÁRBITRA INTERNACIONAL DE NS  
FORMADORA FPN

**CARLA SILVA**

ÁRBITRA INTERNACIONAL FINA DE NS  
FORMADORA FPN

**COLÉGIO LICEAL DE SANTA MARIA DE LAMAS**

**26 de Fevereiro - Sábado**

Sessão da Manhã - 08h30 às 13h00

Sessão da Tarde - 14h30 às 19h00

**27 de Fevereiro - Domingo**

Sessão da Manhã - 09h00 às 13h30

Sessão da Tarde - 15h00 às 16h00



ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO  
DO NORTE DE PORTUGAL



COLÉGIO DE LAMAS

**Juri, Composição e Funções - Critérios de Avaliação de Figuras - Posições e Movimentos Básicos  
Descrição e Análise das Figuras - Esquemas Técnicos**

**Ação de Formação: 20€ (Inclui Documento de Apoio, Certificado de Participação e 15 horas de Formação)**

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

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