

	<b>Federação Portuguesa de Natação</b> Moradia do Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 CRUZ QUEBRADA Tel 21 4158190/91 Fax 21 4191739 E-mail: secretaria@fpnatacao.pt					Data
						<b>03/04/03</b>
	<b>COMUNICADO</b>					<b>N�06/03</b>

#### INDICE

- 1 - OPEN DE ESPANHA – MADRID 10/13 ABR 2003
- 2 - MULTINATIONS YOUTH – PRAGA 12/13 ABR 2003
- 3 - MULTINATIONS JUNIOR – PRAGA 12/13 ABR 2003
- 4 - ESTÁGIO EM ALTITUDE – SERRA NEVADA
- 5 - CAMPEONATOS DA EUROPA DE PISCINA CURTA 2003
- 6 - UTILIZAÇÃO DA SALA DE MUSCULAÇÃO DO CAR (CENTRO DE ALTO RENDIMENTO)
- 7 - FORMAÇÃO
- 8 - RECORDES HOMOLOGADOS
- 9 - DIVERSOS

#### 1 – OPEN DE ESPANHA – MADRID 10/13 ABR 2003

De acordo com o definido no PAC 2003, estão convocados para esta competição os seguintes elementos:

#### Nadadores:

Nuno Laurentino (SAD): 50 e 100 L; 50 C	Pedro Silva (SAD): 50 e 100 L; 50 M
Simão Morgado (CNA): 50, 100 M e 200 M; 100 L	Filipa Silva (CNA): 50 e 100 M; 100 L; 50 C
Luís Monteiro (FCP): 50, 100 e 200 M; 200 e 400 L	Sara Oliveira (FCP): 50, 100 e 200 M
Raquel Felgueiras (SCB): 100 e 200 M	Daniel Pereira (SCB): 50, 100 e 200 C
Ivo Carneiro (SCB): 200, 400 e 1500 L	Duarte Mourão (Gesloures): 50, 100 e 200 M; 50 C
Hélder Lopes (SAD): 50 e 100 B	Egas Bastos (SAD): 400 e 1500 L
Henrique Neiva (CFV): 50, 100 e 200 B	Marta Ferreira (SCP): 200, 400 e 800 L; 200 C
Miguel Pires (LDC): 100, 200 e 400 L	Bárbara Ferreira (CNMaia): 50 e 200 B; 400 E
Patrícia Conceição (CFB): 50 e 100 L; 50 M	Bruno Freitas (SFUAP): 50 e 100 C
Ricardo Coxo (SFUAP): 50 e 100 M; 100 L	

**Treinadores:** João V. Boas (FCP); José M. Borges (SCB); Filipe Coelho (CNA); Mário Madeira (SAD); Carlos Freitas (SFUAP).

**Fisioterapeuta:** Mário Silva (FCP)

**Coordenador Técnico e Chefe de Delega o:** Paulo Cunha (FPN)

#### Plano de Viagem

8 de Abril – Partida do Porto, IB 3123 às 12.50 (aeroporto às 11.00)

8 de Abril – Partida de Lisboa, IB 3109 às 13.05 (aeroporto às 11.30)

14 de Abril – Chegada a Lisboa, IB 3100 às 07.55

14 de Abril – Chegada ao Porto, IB 8725  s 08.20

**Alojamento** – Hotel Cólon (Tel 00-34-91-4009900)

## 2 - MULTINATIONS YOUTH – PRAGA 12/13 ABR 2003

De acordo com o definido no PAC 2003, estão convocados para esta competição os seguintes elementos:

### Nadadores:

Harriet Smith (CFB): 100 e 200 L; 3 estafetas	Tiago Venâncio (CNS):100 e 200 L; 100 M, 3 estafetas
Ana Mendes (SCB): 200 C, 4x200 L	Pedro D. Oliveira (CNRM): 200 C
Daniela Inácio (CFB): 400 e 800 L; 400 E, 4x100-4x200L	Diogo Carvalho (CGA): 200 e 400 E, 4x100 e 4x200 L
Carolina Peres (CAF): 100 C, 200 E, 100 M; 4x100 E	André Costa (SCB): 100 C; 4x100 E e 4x100 L
Diana Gomes (ABVE): 100 e 200 B; 4x100 E; 4x100 L	Fábio Silva (CNAL): 200 M; 4x100 E
Solange Azevedo (GCF): 4x100 e 4x200 L	António Pereira (CNAC): 100 B; 4x100 B
Sara Cerdas (CNF): 200 M	André Vieira (CNTN): 4x100 e 4x200 L
	Filipe Lopes (LSC): 4x200 L
	Nuno Quintanilha (CVG): 200 B
	José Parente (VNC): 400 e 1500 L

**Treinadores:** Viacheslav Poliakov (CFB); Ricardo Antunes (SCB); Pedro Vale (CNS)

**Fisioterapeuta:** Cristino Rodrigues (LDC)

**Coordenador Técnico e Chefe de Delegação:** Luís Rama (FPN)

### Plano de Viagem

10 de Abril – Partida do Porto, TP 1575 às 08.30 (aeroporto às 07.00)

14 de Abril – Chegada a Lisboa, AF 2124 às 21.05

14 de Abril – Chegada ao Porto, TP 5657 às 23.20

**Alojamento :** Hotel Euro

**TODOS OS ELEMENTOS DA DELEGAÇÃO DEVERÃO SER PORTADORES DE PASSAPORTE e os atletas, de autorizações dos encarregados de educação, para saída do País.**

Esta Selecção efectua um Estágio na Póvoa de Varzim, com alojamento no Hotel Costa Verde, a partir do dia 8 de Abril (concentração na Piscina às 15.00). As actividades estão abertas à participação de todos os treinadores, com nadadores participantes e que manifestem o seu interesse em o fazer.

Os elementos do sul e centro deslocar-se-ão de comboio Inter-cidades nº 531, para o Porto nos seguintes horários: Sta Apolónia – 08h55 Santarém – 09h41 Entroncamento – 10h01 Coimbra B – 11h12 e Aveiro 11h43, com chegada a Campanhã às 12h35. Os treinadores de Lisboa serão portadores dos bilhetes para todos os elementos.

## 3 - MULTINATIONS JUNIOR – PRAGA 12/13 ABR 2003

De acordo com o descrito no PAC2003, estão seleccionados para o Multinations Júnior 2003 os seguintes nadadores:

Nome	Provas
- Adriano Niz (CFV)	200E; 200L; 100C; 200C; 4x100L; 4X200L; 4x100E
- Ana Rita Santos (CFB)	400E; 200B

- André Mestre (CNS)	50L; 50M; 50C; 100L; 4x100L
- Andreia Dias (CFV)	50B; 100B; 4x100E
- Daniela Nunes (CNM)	4x100L; 4X200L
- Fábio Pereira (CFV)	4x200L
- Fernando Costa (LSC)	1500L; 400L
- Frederico Silva (CNF)	4x100E; 4x200L; 4x100L
- Joana Oliveira (GESLOURES)	200C
- João Araújo (GDNVNF)	200M; 100M; 400E; 4x100E; 4X200L
- João Costa (GCVR)	4x100L
- João Pedro Neves (GCF)	200B
- Márcia Freitas (VTSC)	400L; 800L; 4x200L
- Maria Dores (SCP)	100L; 4x100E; 4x100L
- Maria Inês Leitão (SCP)	200L; 4x100L; 4X200L
- Maria Vilas Boas (FCP)	4x100L; 4X200L
- Pedro Mendonça (CVG)	50B; 100B; 4x100E
- Renata Amaral (SFUAP)	50M; 50L; 50C; 100M; 4x100E
- Rita Freitas (SFUAP)	100C; 4x100E
- Sara Madeira (CVG)	200M; 200E

Nota: As estafetas poderão sofrer alterações em função das várias condicionantes, sendo confirmadas durante a competição.

**Treinadores Seleccionados** -- José Baltar Leite (LSC), António P. Vasconcelos (CFV), José Machado (CVG)

**Fisioterapeuta** - Sérgio Moreira (LSC)

**Coordenador Técnico** - Luís Cardoso (FPN)

**Árbitro** – Ana Patacas (CRL)

**Chefe de Delegação** – Carlos Oliveira (FPN)

**Plano de Viagem**

10 de Abril – Partida de Lisboa, LH 4275 às 14.20 (aeroporto às 13.00)

14 de Abril – Chegada a Lisboa, LH 4286 às 15.15

14 de Abril – Chegada ao Porto, TP 4938 às 18.10

**Alojamento:** Hotel Globus

**TODOS OS ELEMENTOS DA DELEGAÇÃO DEVERÃO SER PORTADORES DE PASSAPORTE e os atletas menores de idade, de autorizações dos encarregados de educação, para saída do País.**

Esta Selecção efectua um Estágio no Jamor, com alojamento no Inatel de Oeiras, a partir do dia 8 de Abril (concentração na Piscina às 15.00). As actividades estão abertas à participação de todos os treinadores, com nadadores participantes e que manifestem o seu interesse em o fazer.

Os elementos da Zona Norte deslocar-se-ão para Lisboa no Comboio Inter-cidades nº 530, com partida de Campanha às 09h05 e passagem em Coimbra às 10h22 (chegada a Lisboa às 12h45). Prof. António Paulo Vasconcelos será portador dos bilhetes de comboio.

#### 4 - ESTÁGIO EM ALTITUDE – SERRA NEVADA

##### Nadadores:

Fernando Costa – LSC	Miguel Pires - LDC
Ivo Carneiro – SCB	Daniel Pereira - SCB
João Araújo – GDNVNF	Duarte Mourão - Gesloures
Henrique Neiva – CFV	Adriano Niz - CFV

**Treinadores:** José B. Leite (LSC) e Júlio Borja (LDC)

**Coordenador Técnico:** Paulo Cunha (FPN)

Partida a 17 Abril e Regresso a 7 Maio. Plano de viagem a definir posteriormente

#### 5 - CAMPEONATOS DA EUROPA DE PISCINA CURTA 2003

Data: 11 a 14 de Dezembro de 2003      Local: Dublin

##### Critérios de Selecção de Nadadores:

Terão acesso a esta competição os nadadores que – não tendo participado nas Universíadas de 2003 – em provas individuais cumpram um dos seguintes critérios:

- tenham obtido, nos Campeonatos do Mundo (Barcelona), uma classificação entre os 24 primeiros lugares, em provas do programa olímpico (esta situação só será considerada para classificações referentes ao número total de participantes menos dois, exemplo: numa prova em que o número total de participantes seja 15, apenas uma classificação até ao 13º lugar será considerada para o efeito);
- tenham obtido, nos Campeonatos do Mundo (Barcelona), uma classificação entre os 12 primeiros lugares, em provas que não constam do programa olímpico (esta situação só será considerada para classificações referentes ao número total de participantes menos dois, exemplo: numa prova em que o número total de participantes seja 13, apenas uma classificação até ao 11º lugar será considerada para o efeito);
- tenham obtido o tempo mínimo de participação definido na tabela de tempos realizados em piscina de 50 metros – Tab'50m – CEPC - exclusivamente, numa das seguintes competições: Torneio das 4 Nações, Campeonatos do Mundo (Barcelona), Campeonatos da Europa de Juniores ou Campeonatos Absolutos de Portugal;
- na época desportiva de 2002/03 - tendo como limite os Campeonatos Absolutos de Portugal – Piscina Curta - obtenham obtido um tempo mínimo de participação constante na tabela de referência – Tab'25m – CEPC.

**No caso de mais de dois nadadores obterem o direito de participação para a mesma prova, serão seleccionados os dois nadadores com melhor tempo realizado (ou convertido) nas épocas 2002/03 e 2003/04, até ao final dos Campeonatos Absolutos de Portugal – Piscina Curta.**

NOTA: Os nadadores que tenham cumprido um ou mais critérios de selecção para o CEPC, estarão sujeitos a uma avaliação obrigatória, relativa ao seu estado de preparação, durante os Campeonatos Absolutos de Portugal – Piscina Curta (CAP-PC). No CAP-PC, cada nadador terá, obrigatoriamente, de participar na prova que lhe permitiu o acesso a esta pré-selecção. Sempre que a pré-selecção de um nadador para o CEPC, tenha sido obtida em mais do que uma prova, e se verifique uma excessiva proximidade entre duas provas no CAP-PC, o respectivo treinador deverá consultar o DTN sobre a prova em que mais se justificará uma avaliação sobre o seu estado de preparação.

A avaliação final, do estado de preparação de cada atleta, resultará da análise do seguinte conjunto de dados: a) níveis de treino apresentados durante os estágios de preparação em 2002/03; b) resultados das avaliações realizadas durante os referidos estágios; c) prestação desportiva durante os CAP-PC. Esta avaliação será da responsabilidade do DTN.

<u>Tab'25m - CEPC</u>		
Provas	<i>Femininos</i>	<i>Masculinos</i>
<i>50 m Livres</i>	25.76	22.49
<i>100 m Livres</i>	55.89	49.58
<i>200 m Livres</i>	2:02.10	1:48.42
<i>400 m Livres</i>	4:16.81	3:51.22
<i>800/1500 Livres</i>	8:41.77	15:24.80
<i>50 m Costas</i>	28.64	25.01
<i>100 m Costas</i>	1:02.41	54.70
<i>200 m Costas</i>	2:14.62	1:59.58
<i>50 m Bruços</i>	31.90	27.64
<i>100 m Bruços</i>	1:10.31	1:01.36
<i>200 m Bruços</i>	2:30.96	2:14.09
<i>50 m Mariposa</i>	27.40	23.97
<i>100 Mariposa</i>	1:01.17	53.82
<i>200 Mariposa</i>	2:13.98	1:59.22
<i>100 m Estilos</i>	1:03.10	55.51
<i>200 m Estilos</i>	2:16.93	2:02.05
<i>400 m Estilos</i>	4:49.46	4:21.52

<u>Tab'50m - CEPC</u>		
Provas	<i>Femininos</i>	<i>Masculinos</i>
<i>50 m Livres</i>	26.28	23.04
<i>100 m Livres</i>	57.01	50.73
<i>200 m Livres</i>	2:04.54	1:51.33
<i>400 m Livres</i>	4:21.95	3:55.85
<i>800/1500 Livres</i>	8:52.21	15:43.29
<i>50 m Costas</i>	29.50	25.76
<i>100 m Costas</i>	1:04.28	56.86
<i>200 m Costas</i>	2:18.66	2:03.17
<i>50 m Bruços</i>	32.86	28.47
<i>100 m Bruços</i>	1:12.42	1:03.42
<i>200 m Bruços</i>	2:35.49	2:18.11
<i>50 m Mariposa</i>	27.95	24.45
<i>100 Mariposa</i>	1:02.39	54.90
<i>200 Mariposa</i>	2:16.66	2:01.60
<i>200 m Estilos</i>	2:21.04	2:05.71
<i>400 m Estilos</i>	4:58.14	4:29.36

## 6 - UTILIZAÇÃO DA SALA DE MUSCULAÇÃO DO CAR (CENTRO DE ALTO RENDIMENTO)

A sala de Musculação do CAAD, situada no complexo desportivo do Jamor – Estádio Nacional, passou, desde o dia 17 de Março último, a estar exclusivamente reservada à utilização dos Atletas com o estatuto ou percurso de Alta Competição bem como dos Atletas do Centro de Alto Rendimento.

Neste sentido e dado haver uma cota disponível para a utilização da sala por parte de outros atletas não abrangidos pelo referido, solicitamos aos clubes com atletas eventualmente interessados em utilizar aquelas instalações que deverão enviar para a Federação os respectivos nomes, por forma a ser feita a respectiva avaliação e envio das respectivas listagens para os serviços do CAAD.

## 7 – FORMAÇÃO

### *a) Rectificações aos nossos Comunicado nº5 Ponto 4, e nº3 ponto 6*

Francisco Daniel da Cruz Borges – 2º Nível de Treinadores de Natação Pura

Joana Margarida Bravo Nogueira - 2º Nível de Treinadores de Natação Pura

## 8 - RECORDES HOMOLOGADOS

### **Piscina de 25m**

01/03/03	200 L G2	01.55.53	Diogo Carvalho	CGA	Ihavo
08/03/03	200 L G4	02.06.69	Pedro Oliveira	CFB	Tomar
09/03/03	200 B G2	02.27.10	Diogo Carvalho	CGA	Tomar
15/03/03	100 C JUN	00.56.72	Adriano Niz	CFV	Vila do Conde
21/03/03	400 E G2	04.35.02	Diogo Carvalho	CGA	Braga
22/03/03	400 L G2	04.05.91	Diogo Carvalho	CGA	Braga
	200 C G2	02.07.27	Pedro D. Oliveira	CNRM	Braga
	200 L G1	01.51.06	Tiago Venâncio	CNS	Braga
23/03/03	100 M G1	00.56.22	Tiago Venâncio	CNS	Braga
	200 B G2	02.26.93	Carlos Almeida	CNA	Braga
	200 E G2	02.08.89	Diogo Carvalho	CGA	Braga
	100 L G1	00.50.82	Tiago Venâncio	CNS	Braga
	200 M G1	02.07.43	Fábio Silva	CNAI	Braga
	4x100 E – C G1	04.03.10		CVG	Braga
			João Gloria, Nuno Quintanilha, Manuel Almeida, José Bica		

### **Piscina de 50 m**

28/03/03	400 E JUN	04.33.36	Adriano Niz	CFV	Belenenses
	400 E SEN/ABS	04.57.05	Bárbara Ferreira	CNMaia	Belenenses
29/03/03	200 E JUN	02.08.21	Adriano Niz	CFV	Belenenses
	50 M ABS	00.28.12	Filipa Silva	CNA	Belenenses
30/03/03	200 C JUN	02.05.72	Adriano Niz	CFV	Belenenses

## 9- DIVERSOS

### *Invitation Swim Meet in Holland*

Realiza-se em Eindhoven (NED) de 28 e 29 Junho a competição em assunto.

Mais informações poderão ser solicitadas para: P.O. Box 6114, 2001 HC Haarlem – The Netherlands – Officephone + 31-23-5291155, Fax. +31-23-5294520, e-mail [bianca@expersport.nl](mailto:bianca@expersport.nl) e site [www.expersport.com](http://www.expersport.com).

Pela FPN

Isidoro Morgado  
Presidente