

## COMUNICADO Nº 09-08

08/03/27

### ÍNDICE

- 1 - NATAÇÃO PURA
- 2 - NOVAS FILIAÇÕES
- 3 - FORMAÇÃO
- 4 - RECORDES HOMOLOGADOS
- 5 - DIVERSOS

### 1 - NATAÇÃO PURA

#### *Campeonato da Europa , Eindhoven (NED) 18 a 24Mar 2008 (50m)*

#### Participaram 41 Países

#### 18/03/08

400 Livres	25(31)	Fernando Costa	03:56,84	00:27,68-00:56,91-01:56,73
	28(31)	Fábio Pereira	03:58,82	00:27,89-00:57,64-01:57,47
50 Mariposa	30(42)	Sara Oliveira	00:28,08	
	35(42)	Sara Madeira	00:28,54	
100 Costas	26(42)	Adriano Niz	00:57,20	00:27,75
	37(42)	Pedro Oliveira	00:58,14	00:28,74
50 Mariposa	12(51)	Simão Morgado	00:24,34	
	15	Simão Morgado	00:24,36	Meia-final
4x100 Livres	10(10)	Tiago Venâncio	03:23,06	00:24,51-00:51,85
		Alex. Agostinho		
		Diogo Carvalho		
		Adriano Niz		

#### 19/03/08

200 Livres	31(59)	Jorge Maia	01:51,28	00:26,41-00:54,60
	36(59)	Adriano Niz	01:51,65	00:26,15-00:54,70
	40(59)	Tiago Venâncio	01:52,28	00:25,94-00:54,33
	50(59)	Fábio Pereira	01:53,55	00:26,81-00:55,44
100 Bruços	14(39)	Diana Gomes	01:10,47	00:33,16
	10	Diana Gomes	01:09,96	00:33,59 Meia-final
200 Estilos	4(29)	Diogo Carvalho	02:00,40	00:25,83
	5	Diogo Carvalho	02:01,49	00:26,10 Meia-final
	19(29)	Carlos Almeida	02:04,20	00:26,47

#### 20/03/08

200 Mariposa	13(33)	Pedro Oliveira	01:59,79	00:27,57-00:58,00
	10	Pedro Oliveira	01:59,00	00:27,09-00:57,51
	28(33)	Fábio Pereira	02:06,80	00:28,30-01:00,18
200 Bruços	21(38)	Carlos Almeida	02:15,98	00:30,56-01:05,07
200 Estilos	6	Diogo Carvalho	02:02,29	00:26,03 Final

<b>21/03/08</b>				00:34,70-01:13,49
200 Bruços	7(31)	Diana Gomes	02:30,58	00:34,59-01:12,63 Meia-final
	9	Diana Gomes	02:30,39	00:24,21
100 Livres	46(72)	Alex. Agostinho	00:51,02	00:24,45
	48(72)	Tiago Venâncio	00:51,22	00:28,62
100 Mariposa	21(40)	Sara Oliveira	01:00,21	00:28,60
	33(40)	Sara Madeira	01:02,01	01:00,44-02:02,76-04:06,82-08:19,77
1500 Livres	17(18)	Fernando Costa	15:54,12	
<b>22/03/08</b>				00:30,18-01:02,09
200 Costas	21(29)	Pedro Oliveira	02:04,73	00:24,95
100 Mariposa	13(56)	Simão Morgado	00:53,14	00:25,17 Meia-final
	16	Simão Morgado	00:53,74	00:25,58
	37(56)	Adriano Niz	00:54,84	
<b>23/03/08</b>				
50 Bruços	22(38)	Diana Gomes	00:33,00	
50 Livres	35(56)	Alex. Agostinho	00:23,36	00:29,96-01:03,40
200 Mariposa	13(28)	Sara Oliveira	02:13,15	00:29,95-01:03,65 Meia-final
	13	Sara Oliveira	02:12,58	00:29,63-01:03,36
	19(28)	Sara Madeira	02:14,71	
				00:26,21-00:54,45-01:51,50
4x200 Livres	12(12)	Diogo Carvalho	07:27,06	
		Jorge Maia		
		Adriano Niz		
		Tiago Venâncio		
<b>24/03/08</b>				00:28,21-01:00,63
400 Estilos	18(24)	Carlos Almeida	04:23,89	00:27,95-00:57,06
4x100 Estilos	17(18)	Adriano Niz	03:45,64	
		Carlos Almeida		
		Simão Morgado		
		Alex Agostinho		

#### 4 - NOVAS FILIAÇÕES

Foram aprovadas em 25/03/08, as seguintes filiações:

Centro Social de Brito-Aquabrito, através da ANNP  
Empresa Municipal de Desporto de Barcelos, através da ANMIN  
Óbidos Patrimonium, E.M. – através da ANDL

#### 5 - FORMAÇÃO

##### a) Plano Anual de Formação 2008

Em anexo segue o Plano Anual de Formação para o ano 2008.

A este plano poderão ser acrescentados novos eventos assim como definição de datas e/ou locais.

**b) 2º Curso de Formação para Antigos Praticantes (Porto Out./Nov.)**

**APTOS**

António Vasconcelos	Miguel Coelho
António Barbosa	Pedro Ferreira
Carlos Ribeiro	Rafael Correia
Cátia Silva	Raúl Lopes
Duarte Mourão	Ricardo Ferreira
Frederico Fonseca	Sérgio Luís
João Martins	Sílvia Sousa
Júlia Ferreira	Tiago Fougo
Maria Vilas-Boas	Tiago Marques
Marta Soares	

**c) Equivalências**

Mónica Isabel da Luz Franco – Treinadores de 2º Nível de Natação Pura  
Roque Freitas Soares – Treinadores de 1º Nível de Natação

**6 - RECORDES HOMOLOGADOS**

**a) Natação Pura**

**Piscina 25m**

24-02-08	100 L INF A	Lis Marisa Soares	01.00,80	CNA	Setúbal
----------	-------------	-------------------	----------	-----	---------

**Piscina de 50m**

18-03-08	4x100L- S SEN/ABS		03.23,06	FPN	Eindhoven
		Tiago Venâncio, Alexandre Agostinho, Diogo Carvalho, Adriano Niz			
19-03-08	200 E SEN/ABS	Diogo Carvalho	02.00,40	FPN	Eindhoven
20-03-08	200 M SEN/ABS	Pedro Oliveira	01.59,00	FPN	Eindhoven
22-03-08	100 M SEN/ABS	Simão Morgado	00.53,14	FPN	Eindhoven
24-03-08	400 E SEN/ABS	Carlos Almeida	04.23,89	FPN	Eindhoven
24-03-08	4x100 E-S SEN		03.45,64	FPN	Eindhoven
		Adriano Niz, Carlos Almeida, Simão Morgado, Alexandre Agostinho			

**b) Masters**

**Piscina de 25m**

**01-Mar-08**

**Ponte da Barca**

100 Costas	30-34	Ricardo Conceicao Pedroso	01:00.70	SAD
100 Estilos	50-54	Luis Cavaleiro Madeira	01:11.62	CFBE

100 Livres	40-44	Jorge Eduardo Faria	00:56.22	SAD
100 Livres	60-64	Orlando Gomes Bairrada	01:15.61	ANE
200 Livres	40-44	Amelia Ponte Galhardo	02:44.80	CCDCML
200 Livres	50-54	Maria Teresa Oliveira	03:12.54	AAC
200 Livres	70-74	Maria Augusta Azinheira	05:49.55	SFP
400 Livres	30-34	Pedro Miguel Silva	04:08.30	CFV
50 Bruços	35-39	Rodolfo Pereira Nunes	00:31.01	GESP
50 Costas	70-74	Maria Augusta Azinheira	01:12.37	SFP
50 Livres	70-74	Maria Augusta Azinheira	01:11.34	SFP
50 Mariposa	35-39	Rodolfo Pereira Nunes	00:27.31	GESP
4x50 Estilos	160-199	Monica Rezende, Fatima Coelho, Margarida Urbano, Maria Viegas Luisa Oliveira, Ana Relvas, Eugénia	02:33.19	AAC
4x50 Estilos	200-239	Cunha, Isabel Monteiro	02:45.72	AAC

### 02-Mar-08

#### Ponte da Barca

100 Bruços	35-39	Rodolfo Pereira Nunes	01:12.17	GESP
100 Livres	70-74	Maria Augusta Azinheira	02:41.91	SFP
200 Estilos	50-54	Luis Cavaleiro Madeira	02:42.24	CFBE
400 Livres	40-44	Amelia Ponte Galhardo	06:01.10	CCDCML
400 Livres	50-54	Maria Teresa Oliveira	06:49.05	AAC
50 Livres	65-69	Luis Vaz Jorge	00:34.31	AAC

### 08-Mar-08

#### Inatel

100 Mariposa	60-64	Orlando Gomes Bairrada	01:20.97	ANE
100 Costas	70-74	Maria Augusta Azinheira	02:32.53	SFP
50 Costas	70-74	Maria Augusta Azinheira	01:12.85	SFP

### 20-Mar-08

#### Cambrai - França

1500 Livres	25-29	Patrick Santos	18:20.38	INDANL
-------------	-------	----------------	----------	--------

## Rectificação

Foi rectificado o Recorde Nacional em piscina de 25m, dos 200m Mariposa, no escalão 45-49. O novo máximo Nacional é o seguinte:

### 02-Jun-07

#### Cantanhede

200 Mariposa	45-49	Paulo Paula Carvalho	02:24.30	UDCA
--------------	-------	----------------------	----------	------

## 7 - DIVERSOS

### *a) Acção de Formação “Fundamentos Técnicos Individuais em Pólo Aquático”*

A Associação Académica de Coimbra, leva a efeito no dia 20 de Abril, no Complexo Olímpico de Piscinas em Coimbra, a Acção de Formação em assunto.

Mais informações: Tel. 917197921 e e-mail [formacaoaac@natacaoaac.com](mailto:formacaoaac@natacaoaac.com)

### *b) Curso Satélite dedicado ao Treino da Força para Atletas de Alto Rendimento*

A Faculdade de Motricidade Humana, leva a efeito no dia 8 de Julho, no Salão Nobre da FMH, o curso em assunto.

Mais informações: Tel. 21 4149100 e e-mail [fmh@fmh.utl.pt](mailto:fmh@fmh.utl.pt)

Pela FPN



Paulo Frischknecht  
Presidente

## PLANO ANUAL DE FORMAÇÃO 2008

O Plano Anual de Formação reflecte as necessidades de Formação a nível nacional. De seguida apresentamos o quadro de iniciativas previstas para o ano 2008.

Nota: o plano está sujeito a alterações, em relação às datas das actividades.

CURSOS	LOCAL	DATA	ORGANIZAÇÃO
1 Curso 1º Nível	Santarém	Março	ANDSantarém
2 Curso 1º Nível	Ponta Delgada	Janeiro	ANRAçores
3 Curso 1º Nível	Viana do Castelo	Março	ANMinho
4 Curso 1º Nível	Porto	A definir	ANNP
5 Curso 1º Nível	Lisboa	Fevereiro	ANLisboa
6 Curso 2º Nível	Lisboa	Setembro	FPN
7 Curso Manutenção de Piscinas	A definir	A definir	FPN
<b>AF NPD</b>			
8 A.F. Treino em AA	Lisboa	Abril	FPN
9 A.F. Águas Abertas	Setúbal	Junho	FPN
10 Partidas e Viragens - Conteúdos	Funchal	Março	ANMadeira
11 A.F. Técnicos de Natação	Tomar	Março	ANDSantarém
12 2ªs Jornadas Pedagógicas Aquáticas	Vila Nova da Barquinha	Outubro	ANDSantarém
13 Acção Reciclagem 1º Nível	Lisboa	Abril	ANLisboa
14 A.F. para Técnicos de Natação	3º Trimestre	A definir	ANSul
15 A.F. Treino para Jovens	Ponta Delgada	Abril	ANRAçores
16 A.F. para Treinadores	Leiria	Setembro	ANDLeiria
17 A.F. para Treinadores de Natação Pura	Évora	3º Trimestre	ANSul
18 A.F. Treinadores de Natação Pura	A definir	A definir	FPN
19 A.F. Treino de Alto Rendimento	A definir	A definir	FPN
20 A.F. Avaliação e Controlo de Treino	A definir	A definir	FPN
21 A.F. Periodização nos Escalões de Formação	Lisboa	Setembro	ANLisboa
<b>AF NS</b>			
22 A.F. Treino Sincronizada	Mealhada	A definir	FPN
23 A NS adaptada à Escola	Funchal	Janeiro	ANMadeira
24 A.F. Ensino da Sincronizada	Lisboa	A definir	FPN
<b>AF PA</b>			
25 Acção de Reciclagem de Pólo Aquático	Lisboa	Janeiro	ANLisboa
26 Acção de Reciclagem de Pólo Aquático	Lisboa	Setembro	ANLisboa
27 A.F. para Treinadores de PA	Évora	4º Trimestre	ANSul
28 A.F. Pólo Aquático	Porto	Fevereiro	FPN
<b>AF PDD's</b>			
29 A.F. Mini-Pólo como AMA	Machico	Fevereiro	ANMadeira
30 Formação de Formadores PDD's	Lisboa	Março	FPN
31 A.F. Técnicos Mini-Pólo	Funchal	Maio	ANMadeira
32 A.F. Técnicos Mini-Pólo	4º Trimestre	A definir	ANSul
33 A.F. Técnicos Mini-Pólo	A definir	A definir	FPN
34 A.F. Técnicas Estrelas-do-Mar	4º Trimestre	A definir	ANSul

35	A.F. Técnicas Estrelas-do-Mar	A definir	A definir	FPN
36	A.F. Técnica Jovens Saltadores	Rio Maior	Junho	FPN

### AF TÉCNICOS

37	Fórum Nacional Natação	A definir	A definir	FPN
38	A.F. Natação Adaptada	Stª. Mª. Feira	Março	FPN
39	A.F. Natação Adaptada	Évora	Junho	FPN
40	A.F. Natação para Bebés	Coimbra	Março	FPN
41	A.F. Natação para Bebés	Aveiro	1º Trimestre	ANAveiro
42	A.F. Hidroginástica	Porto	Outubro	FPN
43	A.F. Hidroginástica	Lisboa	Maio	ANLisboa
44	A.F. Watsu	Porto	Fevereiro	FPN
45	A.F. Nutrição	Rio Maior	Fevereiro	FPN
46	A.F. Psicologia	Rio Maior	Fevereiro	FPN
47	A.F. Psicologia	Porto	Novembro	FPN
48	A.F. Adaptação ao Meio Aquático	Machico	Janeiro	ANMadeira
49	A.F. AMA, Grávidas e Bebés	Ponta Delgada	Fevereiro	ANRAçores
50	II Ciclo de Formação ANDL	Ansião	Março	ANDLeiria
51	III Ciclo de Formação ANDL	Ansião	Junho	ANDLeiria
52	IV Ciclo de Formação ANDL	Ansião	Setembro	ANDLeiria
53	V Ciclo de Formação ANDL	Ansião	Dezembro	ANDLeiria
54	A.F. Organização e Desenvolvimento Actividades Aquáticas	Lisboa	Outubro	ANLisboa
55	Nutrição para o Treino e Geral	Horta	Maio	ANRAçores
56	Nutrição para o Treino e Geral	Terceira	Maio	ANRAçores
57	Nutrição para o Treino e Geral	Ponta Delgada	Maio	ANRAçores
58	Fórum Natação	Porto	Outubro	ANNP
59	Formação de Formadores FPN	A definir	A definir	FPN

### OUTRAS ACÇÕES

60	A.F. para Pais	Pedrogão Grande	Junho	ANDLeiria
61	A.F. para Pais	Rio Maior	Março	FPN
62	A.F. para Dirigentes	A definir	A definir	FPN
63	A.F. Associativismo Desportivo e Dirigentes	Évora	1º Trimestre	ANSul
64	A.F. Higiene, Segurança e Saúde nas Piscinas	Aveiro	1º Trimestre	ANAveiro

### ARBITRAGEM

65	Curso Arbitragem AA	Funchal	Abril	ANMadeira
66	Curso Elementar de Arbitragem NP	Funchal	Outubro	ANMadeira
67	Curso Elementar de Arbitragem NP	Funchal	Janeiro	ANMadeira
68	Curso Elementar de Arbitragem NP	Santarém	Fevereiro	ANDSantarém
69	Curso Elementar de Arbitragem NP	Horta	Outubro	ANRAçores
70	Curso Elementar de Arbitragem NP	Angra do Heroísmo	Outubro	ANRAçores
71	Curso Elementar de Arbitragem NP	Ponta Delgada	Novembro	ANRAçores
72	Curso Elementar de Arbitragem NP	Caldas da Rainha	Março	ANDLeiria/ANAveiro
73	Curso Elementar de Arbitragem NP	Viana do Castelo	2º Trimestre	ANMinho
74	Curso Elementar de Arbitragem NP	A definir	A definir	ANNP
75	Curso Elementar de Arbitragem NP	A definir	Março	ANA Algarve
76	Curso Elementar de Arbitragem NP	Lisboa	Novembro	ANLisboa
77	Curso Elementar de Arbitragem NP	Évora	1º Trimestre	ANSul
78	Curso Elementar de Arbitragem PA	A definir	A definir	ANNP
79	Curso Elementar de Arbitragem PA	Évora	2º Trimestre	ANSul
80	Curso Elementar de Arbitragem PA	Lisboa	Fevereiro	ANLisboa

81	Curso Árbitro Nacional NP	Porto	2º Trimestre	CNArbitragem
82	Reciclagem Árbitros NP	Lisboa	3º Trimestre	CNArbitragem
83	Reciclagem para Árbitros Nacionais AA	Tomar	2º Trimestre	CNArbitragem
84	Reciclagem Árbitros PA	Lisboa	4º Trimestre	CNArbitragem
85	Curso Elementar Oficiais de Mesa PA	A definir	A definir	ANNP
86	Curso Elementar Oficiais de Mesa PA	Lisboa	Outubro	ANLisboa
87	Curso Reciclagem Arbitragem NP	Évora	2º Trimestre	ANSul
88	Formação Árbitros PA	Santarém	1º Trimestre	CNArbitragem
89	Formação Árbitros PA	Coimbra	2º Trimestre	CNArbitragem
90	Curso Árbitros Distritais NS	Penafiel	3º Trimestre	CNArbitragem
91	Curso Árbitros Distritais NS	Espinho	2º Trimestre	CNArbitragem
92	Curso Árbitros Nacionais NS	Coimbra	1º Trimestre	CNArbitragem

Caso tenha alguma dúvida sobre as acções/cursos poderá contactar a **Federação Portuguesa de Natação**, Moradia do Complexo de Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 – CRUZ QUEBRADA – DAFUNDO

Tel. 214 158 190 Fax. 214 191 739 Email: [secretariado.formacao@fnatacao.pt](mailto:secretariado.formacao@fnatacao.pt) Webpage : [www.fnatacao.pt](http://www.fnatacao.pt)

Ou,

Poderá contactar a **Associação Regional de Natação**, onde a iniciativa se irá desenrolar.