



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

COMUNICADO Nº 21/04

04/10/20

INDICE
1 - REGULAMENTO DE COMPETIÇÕES NACIONAIS DE NATAÇÃO PURA 2004-2005
2 - ESTÁGIO DE AVALIAÇÃO – SELECÇÃO DE ESPERANÇAS E ABSOLUTOS
3 - FORMAÇÃO
4 - HOMOLOGAÇÃO DE PISCINAS
5 - DIVERSOS

1 - REGULAMENTO DE COMPETIÇÕES NACIONAIS DE NATAÇÃO PURA – 2004-2005

Na sequência do envio do Regulamento em assunto, informamos a seguir algumas correcções ao mesmo.

DISPOSIÇÕES GERAIS

1.4. Tempos de Inscrição

1.4.1. Terão direito a participar todos os nadadores e as equipas de estafetas que tenham obtido os tempos mínimos de participação estipulados para cada uma das provas e constantes do respectivo regulamento específico, obtidos em provas oficiais da época de 2004/05, em Portugal ou no estrangeiro;

1.4.1.1. Excepção: Nos Campeonatos Absolutos de Portugal de Piscina Curta, serão também aceites tempos realizados entre Abril e Agosto de 2004.

CAMPEONATOS ABSOLUTOS DE PORTUGAL – PISCINA CURTA

3. Programa e Horário

<u>1ª Jornada – 1ª Sessão – 9:30</u>				<u>2ª Jornada – 1ª Sessão – 9:00</u>			
1.	4x50	L	<i>M</i>	23.	100	L	<i>F</i>
2.	4x50	L	<i>F</i>	24.	100	L	<i>M</i>
3.	200	E	<i>M</i>	25.	400	E	<i>F</i>
4.	200	E	<i>F</i>	26.	400	E	<i>M</i>
5.	200	L	<i>M</i>	27.	200	C	<i>F</i>
6.	200	L	<i>F</i>	28.	200	C	<i>M</i>
7.	100	C	<i>M</i>	29.	50	M	<i>F</i>
8.	100	C	<i>F</i>	30.	50	M	<i>M</i>
9.	4x100	E	<i>M</i>	31.	100	B	<i>F</i>
10.	4x100	E	<i>F</i>	32.	100	B	<i>M</i>
				33.	4x200	L	<i>F</i>
				34.	4x200	L	<i>M</i>

1ª Jornada – 2ª Sessão – 16:30				2ª Jornada – 2ª Sessão – 16:00			
11.	100	M	<i>F</i>	35.	50	L	<i>F</i>
12.	100	M	<i>M</i>	36.	50	L	<i>M</i>
13.	800	L	<i>F</i>	37.	200	M	<i>F</i>
14.	100	E	<i>M</i>	38.	200	M	<i>M</i>
15.	100	E	<i>F</i>	39.	400	L	<i>F</i>
16.	400	L	<i>M</i>	40.	50	B	<i>M</i>
17.	50	C	<i>F</i>	41.	50	B	<i>F</i>
18.	50	C	<i>M</i>	42.	1500	L	<i>M</i>
19.	200	B	<i>F</i>	43.	4x50	E	<i>F</i>
20.	200	B	<i>M</i>	44.	4x50	E	<i>M</i>
21.	4x100	L	<i>F</i>				
22.	4x100	L	<i>M</i>				

4. Participação

Este campeonato destina-se às categorias de juniores e seniores, tendo direito a participar nos mesmos todos os nadadores que tenham obtido o TAC-1, na presente época, ou em competições realizadas entre Abril e Agosto da época passada.

O limite máximo de provas em que cada nadador poderá ser inscrito neste campeonato é de 8 (oito) provas (individuais e estafetas).

A composição das equipas de estafetas deve ser apresentada 30 minutos antes do início de cada sessão.

Não há limitações ao número de nadadores inscritos para as provas de estafetas, desde que respeitem o regulamento, para o que terão de constar na lista onomástica.

2 – ESTÁGIO DE AVALIAÇÃO – SELECÇÃO DE ESPERANÇAS E ABSOLUTOS

Na sequência do nosso Comunicado nº20, informamos que foram também convocados para este estágio os atletas José Parente (VIANANC) e Renata Amaral (SFUAP).

3 – FORMAÇÃO

a) Acção de Formação Complementar ao 1º Nível – Natação Sincronizada

Realiza-se no fim-de-semana de 27 e 28 de Novembro de 2004, na Piscina Municipal de Santa Maria da Feira uma acção de formação complementar ao Curso de técnicos de Natação de 1º Nível no âmbito da **Natação Sincronizada**.

Objectivos

Complementar a formação dos técnicos de Natação no âmbito da NS;

Dotar os formandos de competências no domínio das técnicas de base de NS;

Motivar os formandos para iniciar e desenvolver um projecto de NS.

2. Destinatários

Técnicos de Natação com o Curso de 1º Nível;

Alunos das Universidades com formação no âmbito da Educação Física e Desporto e/ou Ciências do Desporto;

Professores de Educação Física.

3. Formadora

Laura Amorós Romagosa (ESP)

4. Programa preliminar

	Sábado, 27 de Novembro - Tarde
14:00 – 14:30	Recepção e distribuição de documentação
14:30 – 15:00	Caracterização, enquadramento e objectivos da acção - T
15:00 – 15:30	Modelos de Organização para escolas de NS - T
15:30 – 17:30	Técnicas de base de NS – T
17:30 – 17:45	Intervalo
17:45 – 19:30	Técnicas de base de NS – T/P
21:00 – 22:30	Técnicas de base de Sincro – T/P
	Domingo, 28 de Novembro - Manhã
8:30 – 10:15	Planeamento de uma sessão de Sincro – T/P
10:15 – 10:30	Intervalo
10:30 – 12:30	Apresentação de propostas de sessões de Sincro – P
	Domingo, 28 de Novembro - Tarde
14:00 – 15:45	Trabalho de Ginásio – T/P
15:45 – 16:00	Intervalo
16:00 – 17:30	Trabalho de Coreografia – T/P
17:30 – 18:00	Esclarecimento de Dúvidas e Encerramento da acção

5. Inscrições

Os interessados deverão enviar a ficha de inscrição até ao dia **19 de Novembro, 6ª feira**, para:

Federação Portuguesa de Natação

Morada do Complexo de Jamor, Estrada da Costa,

1495-688 – CRUZ QUEBRADA – DAFUNDO

Tel: 214 158. 190

Fax: 214 191 739

Email: secretariado.formação@fpnacao.pt

A **Taxa de inscrição** é de **15 €**, sendo da responsabilidade da organização a distribuição da documentação. O número mínimo de inscrições: **15 candidatos**

b) Curso de 1º Nível de Treinadores de Natação – Resultados - ANL 2004

APTOS

Ana Cotrim	Gustavo Caraça	Nuno Felício
Ana Fidalgo	Henrique Coelho	Pedro Martins
Ana Pinho	Ivo Andrade	Pedro Seixo
André Martins	João Cardoso	Pedro Vicente
Bárbara Las Cunhas	João Matos	Raquel Gomes
Beatriz Lima	Luís Feiteira	Ricardo Bernardino
Carlos Carvalho	Luís Rodrigues	Ricardo Nogueira

Cátia Serôdio	Manuel Garcia	Ricardo Pedroso
Daniel Viegas	Manuela Carvalho	Sandra Gomes
Daniela Alves	Margarida Sousa	Sérgio Manso
Dora Santos	Marta Modesto	Tatiana Mendes

b) Curso de Árbitros de Pólo Aquático – Resultados - ANNP 2004

APTOS

Alexandre Filipe Miranda Fernandes	Filipe Manuel Preto Alves	Paula Alexandra Pinheiro Neto
Ana Filipa Monteiro de Andrade	Gonçalo Manuel Veloso P. Bourbon	Paulo Nuno Cardoso Lopes
Ana Rita Nicola Ferreira	Ivete Catarina de Almeida Ribeiro	Paulo Sérgio Santos Ribeiro
António Manuel Alves N. de Sousa	João Pedro Dias Oliveira	Pedro Manuel Macieira C.Costa
Bruno Alexandre Ferreira Sousa	José Luís Gonzalez da Quinta	Pedro Manuel Soares Vieira
Bruno Daniel Martins Giesteira	José Manuel Carvalho Vieira F. Jesus	Pedro Sousa Lima
Bruno Daniel Pacheco Ribeiro	Lourenço Cabrita Gonçalves	Raquel Filipa Lopes Coelho
Bruno Orlando Cardoso Marques	Luciana Cristina da Rocha Alves	Rodolfo Teixeira Castro
Carla Inês Silva Moreira	Lucinda Manuela Fernandes Vieira	Sérgio Emanuel F. Pereira
Carlos Eduardo Alves Cardoso	Luís António Cunha dos Santos	Silvério Marcos dos S. L.G.Liberal
Carlos Nuno Vieira de F. Barbosa	Luís Filipe Cardoso Rodrigues	Sofia Isabel Ramalho R. de Sousa
Carolina Alexandra Figueira P. Faria	Marisa João Tavares da Costa	Ulisses Carvalheiras Santos B.Costa
Duarte Nuno Matos Mourão	Miguel Gonçalves Crespo da Silva	Virgínia Lemos Ribeiro de Sousa
Eduardo Filipe Rocha Fernandes	Náida Guimarães Mariani	
Filipa Daniela Ferreira Pereira	Patrícia Jorge Neves Andrade	
Filipe Manuel Dias Ferreira	Paula Alexandra da Silva V. de Sousa	

c) Curso Elementar de Arbitragem de Natação Pura – Resultados – ANMinho 2004

APTOS

Bruno Miguel Rodrigues da Rocha	João Pedro Marques Freitas
Fernanda Manuela Macedo Tinoco	Nelson Renato Lima Martins Lopes
Francisco Roberto Freitas da Silva Cunha	Rafael Costa da Lança Nunes
Isabel Maria Martins Magalhães Antunes	Paulo Sérgio Mendes da Silva

d) Equivalências

- Carlos Daniel Loía – 1º Nível de Treinadores de Natação
- Nuno João Rodrigues Alves Sousa Pinheiro - 1º Nível de Treinadores de Natação
- Rui Miguel Pereira Madruga - 1º Nível de Treinadores de Natação

4 - HOMOLOGAÇÃO DE PISCINAS

A partir de 04/10/19, a Piscina Municipal do Sabugal, reúne condições técnicas mínimas para a realização de competições de Natação Pura.

5 - DIVERSOS

A Academia Olímpica de Portugal, no desenvolvimento das suas actividades enquanto órgão pedagógico do Comité Olímpico de Portugal leva a efeito um projecto de incentivo e apoio à publicação de trabalhos ensaísticos subordinados a temas relacionados com o Movimento Olímpico Português.

Assim, a AOP institui o Iº Prémio AOP de Ensaio, onde premeia 2500 euros a publicação do melhor trabalho apresentado em concurso até 31/12/2004.

Mais informações poderão ser solicitadas para o COP, para do 21 861673 ou através do e-mail aop@comiteolimpicoportugal.pt.

Pela FPN

Patrocinador Oficial



Isidoro Morgado
Presidente

