



COMUNICADO Nº 02/26

16/01/2026

ÍNDICE

1. NATAÇÃO PURA
2. ÁGUAS ABERTAS
3. MASTERS
4. FORMAÇÃO
5. RECORDES HOMOLOGADOS
6. DIVERSOS

1. NATAÇÃO PURA

Arena Lisbon International Meeting 2026 – Oeiras (POR), 14 a 15 de fevereiro de 2026

De acordo com o Plano de Alto Rendimento e Seleções Nacionais de Natação Pura 2026, estão selecionados os seguintes nadadores:

Femininos	Clube	Provas	
		14/02	15/02
AZEVEDO, Constança Lourenço	LAGAC	100 C, 200 E	400 E, 50 C, 200 C
BARROSO, Juliana Bushe	FCF	100 C, 100 M	50 M, 50 C, 200 C
BRITO, Rita Canas	CNS	50 B, 200 E	50 M, 100 B
CARDEAL, Leonor Nunes	CAQC	50 L, 200 L	400 L, 100 L
CARVALHO, Matilde Brandão	CFP	50 L, 100 C	50 C, 100 L
HOLUB, Sofia Hryhorivna	VSC	800 L, 200 L	400 L
KOSLOVA, Valéria	SCB	200 B, 200 E	400 E, 100 B
MOURA, Margarida Ferreira	SCP	200 L, 200 E	50 M, 100 L
TAVEIRA, Carolina Ratola	CGA	100 C	50 C, 200 C
VIEIRA, Frederica Vinhas	CDCA	50 L, 100 C	50 C

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES OFICIAIS



PARCEIRO OFICIAL



PARCEIROS





Masculinos	Clube	Provas	
		15/02	15/02
ALECRIM, Rodolfo Júnior	CNL	100 L	50 L, 200 L
ALMEIDA, David Xavier	ADBA	100 B	50 B, 200 B
MIMOSO, Renato Ferreira	SLB	400 L, 100 L	200 L
MONTEIRO, Afonso Carvalho	GDNFAMA	400 E	1500 L, 200 E
PAULO, Bernardo Goncalves	SFUAP	400 L, 800 L	1500 L

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

FPN:

- Responsáveis da delegação: Ricardo Antunes e Paulo Franco

Treinadores Convidados: João Paulo Frois (CNL), Diogo Banza Pinto (SLB)

Alojamento: Amazónia Jamor Hotel

Refeições: Centro de Estágios do Jamor

Concentração – Complexo de Piscinas do Jamor

- Início: 13 de fevereiro às 16h00m
- Final: 15 de fevereiro – final da sessão da tarde (previsão 20h00m)

Importante:

- As viagens para o local de concentração, são da responsabilidade dos participantes nesta atividade.

Nota 1: Todos os intervenientes deverão fazer-se acompanhar do Cartão de Cidadão (dentro da data de validade do evento).

Nota 2: Os nadadores convocados deverão ser portadores de todo o equipamento necessário para a competição. Os nadadores deverão levar o equipamento recebido em anteriores convocatórias.

Nota 3: Os pedidos de dispensa ao abrigo do Decreto-Lei nº 272/09, de 01 de outubro (Regime do Alto Rendimento), por implicarem requisição ao Instituto Português do Desporto e Juventude, terão que ser solicitados previamente à realização desta competição. Neste sentido, os interessados deverão enviar, através dos respetivos clubes, informação para a FPN (mafalda.nobre@fpnatacao.pt), indicando o nome do nadador, o NIF, o CC/BI, bem como o ano, turma e número de aluno e nome, morada e os contactos da Escola que o nadador frequenta.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES OFICIAIS



PARCEIRO OFICIAL



PARCEIROS





2. ÁGUAS ABERTAS

Campeonato Nacional e Open Primavera de Águas Abertas – MIUS Porto Santo - Alojamentos

A FPN organiza, em parceria com a Associação de Natação da Madeira, o Campeonato Nacional de AA a acontecer nos dias 23 e 24 de maio de 2026.

Este Campeonato Nacional integra a prova – Madeira Island Ultra Swim (MIUS) – Porto Santo.

O Campeonato Nacional de AA é destinado aos nadadores filiados em Águas Abertas com as seguintes distâncias:

10km Filiados AA (Elites)
7.5km Filiados AA (Elites)
5km Filiados AA (Elites)
1.5km Filiados Masters AA
3km Filiados Masters AA

Estas inscrições terão de ser realizadas através de ficheiro convite e enviadas pelo habitual canal para a FPN.

O MIUS – Porto Santo, é uma prova de carácter nacional e internacional, aberta a todos os participantes, com partidas separadas das anteriores e no mesmo percurso, com as seguintes competições:

1.5km – Prova Aberta
3km – Prova Aberta
5km – Prova Aberta

Informações sobre horários e link das inscrições, no documento.

Este campeonato conta com o apoio do Governo Regional da Madeira e Câmara Municipal de Porto Santo.

Esse apoio traduz-se em condições especiais de alojamento em unidade hoteleira de excelência e referência (Hotel Vila Baleira – Porto Santo).

Em anexo ao comunicado e na página do evento, podem encontrar o documento regulador para marcação de alojamento junto da organização local, bem como o formulário.

Links: <https://fpnatacao.pt/evento.php?codigo=704>

https://fpnatacao.pt/uploads/Documento_Alojamentos - Porto Santo AA 2026.pdf

<https://fpnatacao.pt/SITEMANAGER/index.php/dados/ficheiros/1288>



TURBO[®]

RPROAUDIO

AVANTIS SOLUÇÕES

auditiv[®]

audir é viver melhor



Informações e marcações de alojamento: geral@anatacaodamadeira.pt

3. MASTERS

a) *Círculo Especialista Master*

Informa -se que já estão disponíveis no site da FPN os rankings do CEM 25/26 incluindo os Torneios do Estoril e Cidade da Maia. <https://fpnatacao.pt/modalidades.php?modalidade=m>

b) *Campeonato Nacional de Fundo*

Já estão disponíveis no site da federação os tempos de referência para o campeonato.

https://fpnatacao.pt/uploads/eventos/CNFUNDO_26_TR.pdf

Informa-se também que o início da sessão da tarde de sábado (400E) terá início às 14h30. Será efetuado um intervalo entre o fim das séries femininas e o início das séries masculinas para aquecimento.

c) *Campeonato Nacional de Águas Abertas – Porto Santo*

Já estão disponíveis no regulamento da prova os horários das provas de 3000m e 1500m. Página 23 do RCN MASTERS:

https://fpnatacao.pt/uploads/Regulamento_Competicoes_Nacionais_Master_25_26.pdf

4. FORMAÇÃO

a) *Lançamento da Bolsa de Formadores FPN*

A Federação Portuguesa de Natação informa que foi aprovado, em Reunião de Direção de 8 de janeiro de 2026, o novo Regulamento da Bolsa de Formadores FPN, que define as normas de funcionamento, requisitos e processos de integração dos formadores que participam nas ações de formação promovidas ou creditadas pela Federação e cursos de formação de Treinadores, Árbitros ou outros agentes desportivos

A criação desta Bolsa reforça o compromisso da FPN com a qualidade, rigor e uniformização dos processos formativos em todas as disciplinas aquáticas.

Estrutura da Bolsa de Formadores

A Bolsa está organizada em três níveis:

- Formadores indicados pela FPN, selecionados diretamente pela Federação devido à sua experiência e histórico de colaboração.





- Formadores da área técnica (ensino e treino), que poderão candidatar-se mediante análise curricular, formação académica e carta de motivação.
- Formadores da área da arbitragem, destinados a árbitros nacionais ou internacionais no ativo.

Requisitos de Candidatura

Os candidatos devem:

- Possuir Certificado de Competências Pedagógicas (CCP);
- Ter formação académica ou profissional relevante;
- Demonstrar experiência nas áreas de formação, ensino, treino ou arbitragem;
- Apresentar currículum vitae e carta de motivação;
- Ser aprovados pela Comissão de Avaliação da FPN.

Obrigatoriedade a partir da época 2026-2027

A FPN informa que, a partir da época 2026-2027, apenas poderão participar como formadores em ações creditadas ou cursos validados pela FPN aqueles que integrem oficialmente a Bolsa de Formadores.

O não cumprimento desta exigência impossibilitará a validação das formações ministradas.

Processo de Inscrição

A candidatura é realizada através do preenchimento do formulário disponível em:
<https://pt.surveymonkey.com/r/5SFQXJB>

Avaliação das Candidaturas

Todas as candidaturas serão analisadas por uma Comissão de Avaliação constituída por cinco elementos das áreas da Formação, Projetos, Governação e Integridade, Departamento Técnico, bem como o Diretor Técnico da disciplina ou, no caso da arbitragem, o Presidente do Conselho Nacional de Arbitragem.

Entrada em vigor

O regulamento entra em vigor de imediato, existindo um período transitório de uma época para regularização das situações pendentes.

Em anexo ao comunicado o regulamento, através do link:

https://fpnatacao.pt/uploads/Regulamento_Bolsa_de_Formadores_FPN.pdf

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES OFICIAIS



PARCEIRO OFICIAL



PARCEIROS





b) Ações de Formação para AT's e Clubes

A Federação Portuguesa de Natação (FPN) informa que irá promover, entre fevereiro e março de 2026, três ações de formação dirigidas às Associações Territoriais e aos clubes, focadas na capacitação técnica para a utilização dos principais programas de gestão desportiva: FPN System, Meet Manager e Team Manager.

Estas formações integram o Plano Anual de Formação 2026 e têm como objetivo reforçar a autonomia, padronização de procedimentos e capacidade de resolução de problemas operacionais por parte das estruturas regionais e dos clubes.

c) Ações de Formação Agendadas

FPN System: Utilização, Suporte e Resolução de Dúvidas

23 de fevereiro, 19h00–21h00 (Zoom)

Destinada às 13 Associações Territoriais, esta ação visa reforçar o domínio do FPN System, ferramenta essencial para a gestão de filiações, registo e processos administrativos a nível nacional.

AF Meet Manager: Operação, Gestão de Provas e Esclarecimento de Dúvidas

25 de fevereiro, 19h00–21h00 (Zoom)

Destinada às 13 Associações Territoriais, esta ação tem por objetivo dedicar-se ao funcionamento do Meet Manager, programa central na construção e gestão das competições regionais e nacionais.

AF Team Manager: Gestão Técnica, Inscrições e Processos Operacionais

2 de março, 19h00–21h30 (Zoom)

Destinada a clubes, esta formação foca-se na gestão de bases de dados de atletas, inscrições em provas, reporting e ligação a plataformas oficiais.

Inscrição

A participação é gratuita, mas **carece de inscrição obrigatória** através dos seguintes links:

AF Team Manager: Gestão Técnica, Inscrições e Processos Operacionais
<https://pt.surveymonkey.com/r/3WCDXMX>





AF FPN System: Utilização, Suporte e Resolução de Dúvidas e AF Meet Manager: Operação, Gestão de Provas e Esclarecimento de Dúvidas: Link para inscrição será enviado diretamente para as Associações Territoriais.

A AF Team Manager: Gestão Técnica, Inscrições e Processos Operacionais, atribui UC (Unidades de crédito) para revalidação do TPTD.

A FPN reafirma o seu compromisso com a melhoria contínua dos processos técnicos e administrativos, garantindo que AT's e clubes dispõem das ferramentas e conhecimentos necessários para um funcionamento mais eficaz.

5. RECORDES HOMOLOGADOS

Natação Adaptada

RECORDES NACIONAIS – Pisc. 25m					
DATA	PROVA / CLASSE	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
10.01.2026	100L S17	Joaquim Carvalho	01.02,81	CNF	Ponte Sor
10.01.2026	200L S17	Joaquim Carvalho	02.19,67	CNF	Ponte Sor
10.01.2026	400L S21	Vicente Pereira	05.25,37	SCP	Ponte Sor
10.01.2026	800L S11	Marco Meneses	09.46,41	CRASTO	Ponte Sor
10.01.2026	50C S17	Joaquim Carvalho	35,09	CNF	Ponte Sor
10.01.2026	100C S12	João Cruz	01.30.50	PDEM	Ponte Sor
10.01.2026	100C S21	Vicente Pereira	01.19,27	SCP	Ponte Sor
10.01.2026	50B SB2	Tiago Silva	01.42,26	CLAC	Ponte Sor
10.01.2026	50B SB11	Marco Meneses	42,21	CRASTO	Ponte Sor
10.01.2026	100B SB6	Ricardo Soares	01.36,08	GESL	Ponte Sor
10.01.2026	100B SB11	Marco Meneses	01.28,88	CRASTO	Ponte Sor
10.01.2026	100B SB12	João Cruz	01.35,34	PDEM	Ponte Sor
10.01.2026	200B SB11	Marco Meneses	03.20,75	CRASTO	Ponte Sor
10.01.2026	50M S3	Tiago Silva	01.24,50	CLAC	Ponte Sor
10.01.2026	100M S10	João Fidalgo	01.03,42	GESL	Ponte Sor
10.01.2026	200E SM7	Ricardo Soares	02.55,68	GESL	Ponte Sor
10.01.2026	50L S6	Diana Mendes	01.08,68	CNG	Ponte Sor
10.01.2026	50L S11	Rute Machado	52,19	AO21	Ponte Sor

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES OFICIAIS



PARCEIRO OFICIAL



PARCEIROS





RECORDES NACIONAIS – Pisc. 25m					
DATA	PROVA / CLASSE	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
10.01.2026	100L S6	Diana Mendes	02.27,03	CNG	Ponte Sor
10.01.2026	100L S17	Joana Salgueiro	01.05,49	RIAACT	Ponte Sor
10.01.2026	400L S6	Diana Mendes	10.21,80	CNG	Ponte Sor
10.01.2026	50C S17	Joana Salgueiro	32,51	RIAACT	Ponte Sor
10.01.2026	100C S17	Joana Salgueiro	01.10,98	RIAACT	Ponte Sor
10.01.2026	100C MO	Sofia Fonseca	01.39,90	CAFBD	Ponte Sor
10.01.2026	200C S17	Joana Salgueiro	02.34,39	RIAACT	Ponte Sor
10.01.2026	100B SB11	Rute Machado	01.59,95	AO21	Ponte Sor
10.01.2026	50M MO	Sofia Fonseca	51,68	CAFBD	Ponte Sor
10.01.2026	100E SM21	Matilde Gaspar	01.42,46	APCC	Ponte Sor
10.01.2026	200E SM17	Joana Salgueiro	02.44,36	RIAACT	Ponte Sor
10.01.2026	4x100E S17	João Santos, Pedro Rebocho, José Vieira, João Simões	09.11,00	SCA	Ponte Sor
10.01.2026	4x100E S21	Carolina Dias, Filipa Reis, Adriana Reis, Catarina Graça	09.13,82	FVCD	Ponte Sor

Masters

Atualização de Recordes Nacionais registados no IV Meeting Masters do Estoril

RECORDES NACIONAIS – Pisc. 25m						
DATA	PROVA	ESC	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
10/01/2026	100E	I (65-69)	Paulo Paula Carvalho	01:19.93	SCP	Estoril
10/01/2026	100L	I (65-69)	Paulo Paula Carvalho	01:06.61	SCP	Estoril
11/01/2026	100M	I (65-69)	Paulo Paula Carvalho	01:13.95	SCP	Estoril

6. DIVERSOS

Formação “O Sono do Atleta”

A Comissão de Atletas Olímpicos (CAO), vai organizar uma mini-formação “O Sono do Atleta”, dedicada à compreensão do sono como um pilar fundamental da saúde, da recuperação e do desempenho desportivo.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES OFICIAIS



PARCEIRO OFICIAL



PARCEIROS





O sono tem um impacto direto na capacidade de treinar, competir, recuperar e lidar com as exigências físicas e mentais do desporto. Dotar os atletas de conhecimento científico e de estratégias práticas nesta área pode fazer uma diferença significativa no seu rendimento e bem-estar.

A formação será composta por duas sessões online, com uma abordagem prática e adaptada à realidade dos atletas.

Durante as sessões, os participantes vão:

- Compreender a fisiologia básica do sono e dos ritmos circadianos, com foco nos atletas
- Desmistificar mitos e clarificar factos associados ao sono
- Identificar sinais e sintomas associados a problemas e patologias do sono
- Conhecer regras fundamentais de higiene do sono
- Aprender estratégias de adaptação às viagens e ao jet lag em contexto competitivo

Datas: 19 e 26 de janeiro

Horário: 20h30 – 22h00

Formato: Online (2 sessões de 1h30 cada)

A formação destina-se a:

- Atletas do Projeto Olímpico
- Esperanças Olímpicas
- Atletas de alto rendimento e das seleções nacionais

Inscrições efetuadas através do link:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeYkANy4fuKHM_RaLs1Cyvcbl0p2ezTxOu7y3n5Ecs98giRq/viewform?pli=1

Pela FPN

Miguel Arrobas
Presidente



PARCEIROS

