

## COMUNICADO Nº 04/25

31/01/2025

### ÍNDICE

1. PLANO DE ALTO RENDIMENTO DE NATAÇÃO ADAPTADA
2. NATAÇÃO PURA
3. ÁGUAS ABERTAS
4. NATAÇÃO ARTÍSTICA
5. MASTERS
6. FORMAÇÃO
7. RECORDES HOMOLOGADOS
8. DIVERSOS

### 1. PLANO DE ALTO RENDIMENTO DE NATAÇÃO ADAPTADA

O Plano de Alto Rendimento da Natação Adaptada para o ano de 2025, encontra-se publicado no site FPN, através do seguinte link: <https://fpnatacao.pt/uploads/NA - PAR 2025 310125.pdf>

### 2. NATAÇÃO PURA

#### *a) Resultados do 58th Challenge International de Genève - Genebra (SUI), 24 a 26 de janeiro de 2025 - Seleção Sénior e Júnior*

A delegação portuguesa de 11 nadadores, composta por jovens promessas e nadadores experientes, participou no 58º Challenge International de Genève. A competição, que se realizou em Genebra, na Suíça, contou com a participação de 374 nadadores em representação de clubes e seleções nacionais de 12 países, incluindo Itália, Espanha, País de Gales e Escócia.

PISCINE DES VERNETS (P50)					
24-26/01/2025					
PROVA	CLASS.	Nº DE ATLETAS PART.	PRATICANTE	TEMPO	OBSERVAÇÕES
50 C	16º	33	Afonso Bjork Freitas	00:27.65	Eliminatória
200 C	7º	32	Afonso Bjork Freitas	02:05.48	Eliminatória
100 C	19º	52	Afonso Bjork Freitas	00:58.99	Eliminatória
200 C	7º	32	Afonso Bjork Freitas	02:07.06	Final A

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS



**PISCINE DES VERNETS (P50)****24-26/01/2025**

PROVA	CLASS.	Nº DE ATLETAS PART.	PRATICANTE	TEMPO	OBSERVAÇÕES
100 C	19º	52	Afonso Bjork Freitas	00:58.72	Final C
50 C	13º	33	Afonso Bjork Freitas	00:27.33	Meia Final
100 L	38º	65	Catarina Andrade Franco	01:00.30	Eliminatória
50 L	38º	78	Catarina Andrade Franco	00:27.72	Eliminatória
200 L	48º	64	Catarina Andrade Franco	02:14.18	Eliminatória
100 L	54º	77	Filipe Manso Laranjo	00:55.29	Eliminatória
50 L	64º	76	Filipe Manso Laranjo	00:26.23	Eliminatória
400 L	14º	28	Filipe Manso Laranjo	04:09.65	Eliminatória
200 L	12º	58	Filipe Manso Laranjo	01:55.90	Eliminatória
200 L	12º	58	Filipe Manso Laranjo	01:55.06	Final B
400 L	1º	27	Francisca Soares Martins	04:20.20	Eliminatória
800 L	3º	23	Francisca Soares Martins	08:51.09	Eliminatória
200 L	1º	64	Francisca Soares Martins	02:01.10	Eliminatória
400 L	1º	27	Francisca Soares Martins	04:13.47	Final A
200 L	1º	64	Francisca Soares Martins	02:00.12	Final A
100 L	7º	77	Gustavo Carvalhais Ribeiro	00:51.32	Eliminatória
400 L	12º	28	Gustavo Carvalhais Ribeiro	04:08.96	Eliminatória
200 L	7º	58	Gustavo Carvalhais Ribeiro	01:54.10	Eliminatória
100 L	6º	77	Gustavo Carvalhais Ribeiro	00:51.14	Final A
200 L	3º	58	Gustavo Carvalhais Ribeiro	01:50.78	Final A
50 M	26º	64	Henrique Gomes Silva	00:26.01	Eliminatória
100 M	13º	55	Henrique Gomes Silva	00:55.30	Eliminatória
200 M	6º	26	Henrique Gomes Silva	02:05.16	Eliminatória
200 M	4º	26	Henrique Gomes Silva	02:01.06	Final A
100 M	12º	55	Henrique Gomes Silva	00:55.12	Final B
50 B	13º	37	Rafael Miguel Mimoso	00:29.68	Eliminatória

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS



Moradia Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

☎ +351 21 415 81 90/91

✉ +351 21 419 17 39

✉ secretaria@fpnatacao.pt



## PISCINE DES VERNETS (P50)

24-26/01/2025

PROVA	CLASS.	Nº DE ATLETAS PART.	PRATICANTE	TEMPO	OBSERVAÇÕES
200 B	2º	20	Rafael Miguel Mimoso	02:17.39	Eliminatória
200 E	16º	33	Rafael Miguel Mimoso	02:12.55	Eliminatória
100 B	3º	42	Rafael Miguel Mimoso	01:03.71	Eliminatória
200 B	2º	20	Rafael Miguel Mimoso	02:16.03	Final A
100 B	2º	42	Rafael Miguel Mimoso	01:03.86	Final A
200 E	16º	33	Rafael Miguel Mimoso	02:14.22	Final B
50 B	11º	37	Rafael Miguel Mimoso	00:29.73	Meia Final
50 C	6º	40	Rafaela Gomes Azevedo	00:29.52	Eliminatória
50 L	18º	78	Rafaela Gomes Azevedo	00:27.23	Eliminatória
100 C	15º	38	Rafaela Gomes Azevedo	01:05.87	Eliminatória
50 C	3º	40	Rafaela Gomes Azevedo	00:29.27	Final A
100 C	9º	38	Rafaela Gomes Azevedo	01:03.41	Final B
50 C	5º	40	Rafaela Gomes Azevedo	00:29.26	Meia Final
100 L	51º	77	Rodrigo Costa Borges	00:54.90	Eliminatória
800 L	6º	14	Rodrigo Costa Borges	08:17.84	Eliminatória
1500 L	12º	13	Rodrigo Costa Borges	16:42.47	Eliminatória
200 L	30º	58	Rodrigo Costa Borges	01:58.48	Eliminatória
800 L	12º	14	Rui Silva Pereira	08:37.10	Eliminatória
400 L	13º	28	Rui Silva Pereira	04:09.21	Eliminatória
1500 L	10º	13	Rui Silva Pereira	16:18.78	Eliminatória
50 M	6º	48	Zara Alejandra Rojas	00:28.04	Eliminatória
50 L	32º	78	Zara Alejandra Rojas	00:27.53	Eliminatória
100 M	20º	45	Zara Alejandra Rojas	01:03.97	Eliminatória
50 M	8º	48	Zara Alejandra Rojas	00:28.14	Final A
100 M	24º	45	Zara Alejandra Rojas	01:05.00	Final C
50 M	8º	48	Zara Alejandra Rojas	00:27.90	Meia Final

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS



Moradia Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

+351 21 415 81 90/91

+351 21 419 17 39

secretaria@fpnatacao.pt



## Resumo:

### Mínimos Campeonato do Mundo de Juniores (1):

- Rafael Mimoso – 200 Braços

### Mínimos Campeonato da Europa de Juniores (4):

- Afonso Freitas – 200 Costas
- Rafael Mimoso – 200 Braços
- Rodrigo Borges – 800 Livres
- Zara Rojas – 50 Mariposa

## Pódios:

- 1º Francisca Martins – 400 Livres
- 1º Francisca Martins – 200 Livres
- 2º Rafael Mimoso – 200 Braços
- 2º Rafael Mimoso – 100 Braços
- 3º Francisca Martins – 800 Livres
- 3º Rafaela Azevedo – 50 Costas
- 3º Gustavo Ribeiro – 200 Livres

## Finais:

14 resultados nos 8 primeiros

12 resultados nos 16 primeiros

12 Recordes Pessoais e 98,35% de rendimento médio relativamente ao recorde pessoal.

Resultados completos e respetivo ficheiro lxf podem ser consultados e descarregados no seguinte link: [https://live.swimrankings.net/43534/index\\_us.html](https://live.swimrankings.net/43534/index_us.html)

### **b) Relatório de Participação do 58th Challenge Internacional de Genève**

Em anexo (no site) o relatório relativo à participação da competição em referência.

O mesmo poderá ser consultado através do link:

[https://fpnatacao.pt/uploads/Relatorio\\_participacao\\_58th\\_Challenge\\_Int.Geneve\\_.pdf](https://fpnatacao.pt/uploads/Relatorio_participacao_58th_Challenge_Int.Geneve_.pdf)

### **c) Estágio de Altitude, Serra Nevada (ESP), 9 a 30 de março de 2025 (1\_AS\_SE)**

No seguimento do Plano de Alto Rendimento 2025 - Natação Pura, em específico plano para a seleção nacional sénior elite, informamos que estão convocados para o Estágio as seguintes nadadoras:

Femininos	Clube
Camila Rodrigues Rebelo (1)	ALN

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





Francisca Soares Martins* (1)
-------------------------------

FOCA - Quinta da Lixa
-----------------------

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

**Treinadores Convidados:**

- Vítor Ferreira (ALN) (2): 9 a 23 de março
- Gonçalo Neves (ALN) (3): 23 a 30 de março

**Alojamento:** CAR Sierra Nevada

**Plano de Viagem:** A articular oportunamente com os intervenientes.

**Nota 1:** Todos os intervenientes deverão fazer-se acompanhar do Cartão Europeu de Seguro de Doença.

**Nota 2:** Os nadadores convocados deverão ser portadores de todo o equipamento necessário para o estágio. 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](mailto:mafalda.nobre@fpnatacao.pt)), indicando o nome do nadador, o NIF, o CC/BI, bem como o ano, turma e número de aluno e os contactos da Escola que o nadador frequenta.

\* Aprovada a integração da nadadora, pois conforme definido no PAR 2025, apesar de não estar integrada na PREPOL, está com mínimo para participação no Campeonato do Mundo de Singapura.

***d) Estágio de Avaliação e Preparação no CAR JAMOR de 17 a 22 de fevereiro de 2025 (2\_AS\_SE) e de 24 a 29 de março de 2025 (3\_AS\_SE)***

No seguimento do Plano de Alto Rendimento 2025 - Natação Pura, em específico plano para a seleção nacional sénior elite, informamos que está convocado para o Estágio o seguinte nadador:

Masculinos	Clube
João Nogueira Costa	VSC

O enquadramento técnico será assegurado pelo seguinte elemento:

**Treinador Convidado:** Rui Costa

**Alojamento:** Centro de Estágio do Jamor

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





**Plano de Viagem:** A articular oportunamente com os intervenientes.

**Nota 1:** O nadador convocado deverá ser portador de todo o equipamento necessário para o estágio.

**Nota 2:** 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](mailto:mafalda.nobre@fpnatacao.pt)), indicando o nome do nadador, o NIF, o CC/BI, bem como o ano, turma e número de aluno e os contactos da Escola que o nadador frequenta.

### 3. ÁGUAS ABERTAS

#### *Estágio de Altitude AA em Serra Nevada (Espanha) 9 a 30 de março de 2025.*

No seguimento do Plano de Preparação Individual enquadrado no Projeto de Esperanças Olímpicas e Plano de Alto Rendimento 2025, informamos que está convocado para o Estágio, o seguinte nadador:

Masculinos	Clube
Ricardo Santos	ALN

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

**Treinador Convidado:** Gonçalo Neves de 23 a 30 de março (ALN); Vitor Ferreira de 9 a 23 de março (ALN).

**Plano de viagem:** A articular diretamente com os intervenientes.

**Toda a comitiva deve fazer-se acompanhar do Passaporte válido (6 meses à data de regresso). Bem como da minuta de autorização de saída de menores do país para competições, devidamente assinada e autenticada pelo notário.**

**Recordamos ainda que pedidos de dispensa ao abrigo do Decreto-Lei nº 271/09, de 1 de outubro (Regime de Alto Rendimento), por implicarem requisição ao IPDJ, terão que ser solicitados previamente à realização deste Competição.**

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





## 4. NATAÇÃO ARTÍSTICA

### **a) Estágio de Preparação – Dueto Técnico Absoluto, 7 a 9 de fevereiro, Piscina do Clube Fluvial Portuense (Porto)**

Com vista à preparação do Dueto Técnico Absoluto, para a 1ª etapa da Taça do Mundo de Natação Artística em Paris será realizado um estágio entre os dias 7 e 9 de fevereiro nas Piscinas do Clube Fluvial Portuense (Porto), para o qual se encontram convocadas as atletas abaixo indicadas:

Praticante	Clube
Inês Maria Dubini	CFP
Anna Luiza Carvalho	CFP

**Treinadora responsável:** Sílvia Pinto

**Treinadora convidada:** Mariana Marques

### **b) Etapa 1 da Taça do Mundo de Natação Artística 2025 - Paris, 28 fevereiro a 2 de março**

No seguimento do comunicado Nº 01-25 informamos que o enquadramento técnico da seleção será realizado pela DTN NART Susana Matoso e Treinadora Sílvia Teles Pinto (CFP).

## 5. MASTERS

### **Campeonato Nacional Master de Inverno de Torres Novas – Reflexão**

Pela primeira vez em Portugal, realizou-se um Campeonato com mais de mil participantes inscritos, um número redondo e mágico que alguns julgavam impossível de alcançar no nosso País.

Este sucesso é fruto do trabalho de todos, especialmente dos Clubes e Associações Territoriais que souberam cativar e atrair para a disciplina não só antigos praticantes, mas também muitos dos que escolheram a natação como a sua atividade física regular e tiveram a capacidade de os motivar a abraçarem a vertente competitiva.

Daí o crescimento da disciplina Master, não só nas provas de piscina como nas provas de águas abertas.

Do presente evento importa reter alguns pontos que, baseados nos factos que ocorreram durante os 3 dias de competição, terão que ser objeto de reflexão para que a Direção da FPN consiga simultaneamente potenciar o crescimento contínuo do número dos praticantes Master e a realização de competições de qualidade.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





O número de instalações desportivas com capacidade para eventos desta dimensão é reduzido em Portugal (continental e ilhas).

As questões das organizações de qualidade implicam, além dos parâmetros estritamente desportivos, um conjunto de necessidades que se prendem com o conforto dos atletas, tempos de descanso, capacidade de comunicação, cumprimento de regulamentos, etc, que visam criar as melhores condições para um desempenho desportivo em pé de igualdade para todos os participantes independentemente da sua idade.

Assim, a Direção da FPN entende que deverá ser estudada, estruturada e implementada uma estratégia e um plano para os próximos 3 anos no sentido de garantir o correto acompanhamento do expectável crescimento da dimensão da disciplina Master.

Esta dinâmica deverá envolver todos os clubes e Associações Territoriais na discussão, promovendo uma base sólida para que as decisões a tomar pela Direção da FPN sejam assertivas e duradouras.

Em breve será divulgado plano de trabalho desta iniciativa e as alterações a implementar no Nacional de Masters de Verão, em Reguengos de Monsaraz.

Desde já avançamos algumas das opções que serão estudadas:

- Limitar a 4 provas individuais por atleta;
- Limitar a participação de cada atleta a 3 estafetas;
- Fixar tempos de referência nos 400L, 800L e 400E (registos acima do tempo de referência não contam para a classificação coletiva)

## 6. FORMAÇÃO

### *a) Curso de Grau II de Treinador de Natação Pura, Natação Artística, Polo Aquático*

No âmbito do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT), a Federação Portuguesa de Natação vai organizar um Curso de Grau II de Treinadores de Natação Pura, Natação Artística, Polo Aquático.

A componente de formação geral terá início do mês de março e realiza-se online através da plataforma da GNOSIES.

Inscrições através do link: <https://pt.surveymonkey.com/r/RLHTMZR>

Mais informações no flyer e regulamento do curso em anexo (no site).

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS







### ***b) Curso Complementar de Arbitragem de Natação Artística***

No âmbito do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT), a Federação Portuguesa de Natação vai organizar um Curso Complementar de Arbitragem de Natação Artística, nos dias 15 e 16 de março, em formato online (plataforma Zoom). A formação será ministrada pelas juízes internacionais Angela Gordino e Carla Silva.

Inscrições através do link: <https://pt.surveymonkey.com/r/387CV8R>

Mais informações no flyer e regulamento do curso em anexo (no site).

### ***c) Curso Elementar de Arbitragem NP, AA, NA – ANNP novembro 2024***

#### **APTOS**

Ana Isabel Rebelo Dias De Almeida	João Bernardo Pereira Coimbra
Barbara Sofia Silva Gomes	José Maria Hurtado Morales
Beatriz Teixeira Pinto Leite Da Cunha	José Pedro Pereira Carneiro
Bruno Shinji Kobayashi	Laura Pola
Carlota Girão Osório Ferreira	Leandro Da Silva Cruz
Carolina Silva Soares	Mafalda Carvalho De Amorim Brandão Reis
Catarina Gaspar Pires	Mafalda Guimarães Dos Santos
Daniela Alves Fernandes	Mafalda Rodrigues Cardoso
Diogo Morgado Fangueiro	Mariana Filipa Ribeiro Gomes
Francisco Campos Lourenço	Micael Pereira Dos Santos
Francisco Manuel Bessa Sorte Pinto	Paula Alexandra Araújo Da Silva
Gabriel Medeiros	Pedro Manuel Maia Gama
Giulia Cordeiro Aita	Pedro Sales Cidrais
Guilherme Cintra De Lima	Pedro Santos Pereira
Gustavo Andrade Pinto	Porfírio Braga Nunes
Inês Maria Florêncio Rodrigues	Raquel Caetano Oliveira
Inês Sousa Magalhães De Sousa Lemos	Renata Filipa Ferreira Andrade
Joana Sofia Teixeira Machado	Sérgio Manuel Moreira Da Silva

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





## d) Curso de Oficiais de PA – ANNP dezembro 2024

### APTOS

Alexandre Matzinger	Joana Filipa Silva Rocha
Alexandre Miguel Serrano Ribeiro	Lara Yasmin Barbosa Parafita Medeiros
Diogo dos Santos Costas Varzielas	Luana Patrícia Brito Silva
Gabriel José Baptista Figueira	Marta Maria Brandão Pinto
Gonçalo José Carola dos Santos	Salvador de Menezes Oliveira Alves dos Santos
Igor Rodrigues Maciel Filho	Vanessa de Jesus Carrageta Caravelinha

## 7. RECORDES HOMOLOGADOS

### Natação Pura

RECORDES NACIONAIS - Pisc. 25m					
DATA	PROVA / CLASSE	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
26/01/2025	50M JUV B-15	Rodolfo Júnior Alecrim	00:25.93	CNL-VOID	Benedita

### Natação Adaptada

RECORDES NACIONAIS – Pisc. 25m					
DATA	PROVA / CLASSE	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
25/01/2025	50L S7	Carlota Ferreira	45,90	ADADA	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	100L S7	Carlota Ferreira	01.43,83	ADADA	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	400L S14	Samuel Duarte	04.39,99	FVCD	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	800L S14	Diana Simões	13.06,88	SCA	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	1500L S14	Diana Simões	24.42,67	SCA	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	50B SB6	M <sup>a</sup> Inês Cristóvão	01.13,18	ASC	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	100B SB6	M <sup>a</sup> Inês Cristóvão	02.53,67	ASC	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	100B SB14	Rodrigo Patrício	01.27,61	FVCD	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	100C S7	Carlota Ferreira	02.13,93	ADADA	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	100C S14	Rodrigo Patrício	01.15,25	FVCD	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	200C S14	Rodrigo Patrício	02.39,41	FVCD	Sta. M <sup>a</sup> da Feira

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS





RECORDES NACIONAIS – Pisc. 25m					
DATA	PROVA / CLASSE	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
25/01/2025	50M S9	Gil Mendes	34,06	ESMCS	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	100E SM17	Américo Oliveira	01.18,57	CPN	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	4x50L S14	Maria Soares, Luis Monteiro, Francisco Montes, Beatriz Almeida	02.50,97	ADADA	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	4x50L S17	Pedro Rebocho, José Viscaya Vieira, João Santos, João Figueiredo	03.43,11	SCA	Sta. M <sup>a</sup> da Feira
25/01/2025	4x50E S17	João Santos, João Figueiredo, Pedro Rebocho, José Viscaya Vieira	04.18,80	SCA	Sta. M <sup>a</sup> da Feira

## 8. DIVERSOS

### **Questionário dissertação “Prevalência de Alergias em Nadadores Federados Portugueses”**

Por solicitação de Sr. Miguel Ramos, estudante do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas na Universidade da Beira Interior e antigo atleta federado de natação, que se encontra a desenvolver um estudo intitulado “Prevalência de Alergias em Nadadores Federados Portugueses”, divulgamos o link de acesso a um questionário online.

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfzvnXZIODq6y\\_9kpCtnhpWV-89C2n2fYcNvFkH5FeP2DbvWw/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfzvnXZIODq6y_9kpCtnhpWV-89C2n2fYcNvFkH5FeP2DbvWw/viewform?usp=sf_link)

Informamos que, o objetivo deste estudo é avaliar a frequência e os tipos de alergias que afetam os nadadores federados, com especial foco nos fatores associados à prática de natação, como a exposição a cloro e outros agentes presentes no ambiente das piscinas. Esta investigação pretende contribuir para uma melhor compreensão do impacto das alergias na saúde e no desempenho dos atletas, permitindo também identificar potenciais necessidades de prevenção e intervenção junto da comunidade.

Para mais esclarecimentos, poderão contactar: [miguel.ramos@ubi.pt](mailto:miguel.ramos@ubi.pt)

Pela FPN

Miguel Arrobias  
Presidente

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR OFICIAL



PARCEIROS

