



Campeonato Nacional de Inverno de Nataação Artística

Coruche | 29 a 31 Março | 2019

Programa de Provas

DIA/ JORNADA	AQUECIMENTO	HORÁRIOS	PROVAS/ ORGANIZAÇÃO
29 Mar 2019	-	8h30/ 12h30	Treino com acompanhamento musical
	-	14h30	Reunião de Delegados - Sorteio
29 Mar 2019	14h45/ 15h45	16h00	1. Figuras Juvenis
1ª Jornada 1ª Sessão		18h30	Intervalo (15')
		18h45	2. Equipa Técnica Absoluta
		21h30	Reunião Comissão Técnica Nacional
30 Mar 2019	8h15/ 9h15	9h30	3. Solo Técnico Absoluto
		10h00	Intervalo (10')
		10h10	4. Figuras Infantis
		12h15	Intervalo (15')
		12h30	5. Dueto Técnico Júnior
30 Mar 2019	14h45/ 15h45	16h00	Desfile dos participantes
		16h20	6. Equipa Técnica Júnior
		16h35	7. Dueto Livre Absoluto
		17h10	Intervalo (15')
		17h25	8. Solo Livre Master
		17h35	9. Equipa Juvenil
		18h10	Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas
18h30	Prova de Seleção Nacional Juvenil		
31 Mar 2019	8h15/ 9h15	9h30	10. Dueto Técnico Absoluto
		10h00	11. Dueto Juvenil
		10h50	12. Equipa Infantil
		11h25	Intervalo (15')
		11h40	13. Solo Técnico Júnior
		12h20	14. Equipa Livre Master
31 Mar 2019	14h45/ 15h45	16h00	15. Dueto Livre Júnior
		16h40	16. Dueto Infantil
		17h10	Intervalo (15')
		17h25	17. Equipa Livre Absoluta
		17h45	Prova de Seleção Nacional Absoluta
		18h15	Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



FORNECEDOR 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



ESTATÍSTICA DE INSCRIÇÕES



Campeonato Nacional de Inverno Natação Artística



Coruche | 29 a 31 de Março | 2019

CLUBE	AT	FIG		SOLOS			DUETOS					EQUIPAS					Nº nad.	Nº esq.		
		INF	JUV	JUN TÉCN	ABS TÉCN	MAST LIV	INF	JUV	JUN LIV	JUN TÉCN	ABS LIV	ABS TÉCN	INF	JUV	JUN TÉCN	ABS LIV			ABS TÉCN	MAST LIV
AMINATA - Évora Clube Natação	ANALEN	8	9	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	12	
AVQA - Associação 20Km de Almeirim	ANDS	3	4	1			1	1										8	3	
CFP - Clube Fluvial Portuense	ANNP	4	7	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	9	
CNA - Clube Natação da Amadora	ANL	1	2	1	1		1	1	1	1	1	1						7	7	
CRM - Clube Recreativo Mortuense	ANCNP	1	4				1											5	1	
FOCA - Clube de Natação de Felgueiras	ANNP	11	8	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	12	
GESL - Geslours	ANL	8	8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	14	
MODV - Município de Odivelas	ANL	8	6		1	1	1	1									1	20	6	
OSCN - OvarSincro Clube de Natação	ANCNP	9	12	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29	13	
PORTINADO - Portinado	ANALG	5	5	1			1	1	1	1								12	7	
SAD - Sport Algés e Dafundo	ANL				1						1	1						3	3	
VS - Viver Santarém	ANDS	3	3					1	1									8	2	
12 Clubes inscritos	TOTAL	61	68	8	6	2	8	10	8	8	7	7	7	7	3	4	4	1	181	89

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIRO OFICIAL DE NUTRIÇÃO DESPORTIVA E ALIMENTAÇÃO FUNCIONAL



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

Prova de Figuras

SEXTA FEIRA, 29 MAR 2019

1ª JORNADA, 1ª SESSÃO - 16H00

FIGURAS CATEGORIA JUVENIL

Pré-swimmer figuras obrigatórias – Rita Bastos (CFP)

Pré-swimmer figuras opcionais – Cheila Morais Vieira (GESL)

FIGURAS OBRIGATÓRIAS

Nº	Nome da Figura	C.D.
1 – 423	Ariana	2.2
2 – 143	Rio	3.1

FIGURAS OPCIONAIS - GRUPO 3

Nº	Nome da Figura	C.D.
3 – 355f	Marsopa, espira continua 720º	2.1
4 – 315	Gaivota	2.1

	Painel 1	Painel 2	Painel 1	Painel 2
	Fig. 1 Obrigatória	Fig. 3 Opcional	Fig. 2 Obrigatória	Fig. 4 Opcional
Inicia a nadadora número	1	34	17	51

SABADO, 30 MAR 2019

2ª JORNADA, 1ª SESSÃO - 10H10

FIGURAS CATEGORIA INFANTIL

Pré-swimmer figuras obrigatórias – Tânia Sofia Bastos (PORTINADO)

Pré-swimmer figuras opcionais – Catarina Sousa Castro (CRM)

FIGURAS OBRIGATÓRIAS

Nº	Nome da Figura	C.D.
1 – 106	Perna de ballet perna esticada	1.6
2 – 301	Barracuda	1.9

FIGURAS OPCIONAIS - GRUPO 1

Nº	Nome da Figura	C.D.
3 – 420	Passeio à Retaguarda	1.9
4 – 327	Bailarina	1.8

	Painel 1	Painel 2	Painel 1	Painel 2
	Fig. 1 Obrigatória	Fig. 3 Opcional	Fig. 2 Obrigatória	Fig. 4 Opcional
Inicia a nadadora número	1	31	15	46

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIRO OFICIAL DE NUTRIÇÃO DESPORTIVA E ALIMENTAÇÃO FUNCIONAL



PARCEIROS

