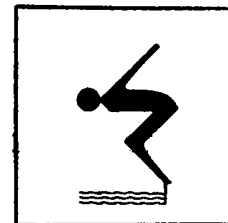


# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO



(Filiada nas F. I. N. A., L. E. N. e U. P. M.)  
INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA



COMUNICADO OFICIAL N.º 17/84

LISBOA E

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

6 DE NOVEMBRO DE 1984

## I - CAMPEONATOS NACIONAIS DE VERÃO

Devido ao facto de os resultados destrribuidos em Coimbra, relativos a estes Campeonatos conterem alguns erros, indicam-se abaixo as necessárias correcções:

### -I JORNADA

|            |       |      |              |                     |
|------------|-------|------|--------------|---------------------|
| 400 Est.   | masc. | Juv. | Artur Costa  | (aos 300 m-4.21,54) |
| 200 Costas | masc. | Sen. | Pedro Soares | (aos 100 m-1.04.42) |

### -II JORNADA

|          |      |      |                    |                     |
|----------|------|------|--------------------|---------------------|
| 800 Liv. | fem. | Sen. | Fernanda Gonçalves | (aos 500 m-6.17,47) |
|----------|------|------|--------------------|---------------------|

### -III JORNADA

|              |       |      |                |                           |
|--------------|-------|------|----------------|---------------------------|
| 4 x 200 Liv. | fem.  | Abs. | Ana Barros     | (aos 200 m-2.22,55)       |
| 400 Liv.     | masc. | Juv. | Celso Ribeiro  | FOP 4.23,60               |
|              |       |      | Adérito Chaves | (aos 200 m-2.21,91)       |
|              |       |      | Luis Soares    | (1.09,87-2.23,58-3.40,76) |
| 4 x 200 Liv. | masc. | Jun. | Pedro Garcia   | (aos 200 m-2.16,36)       |

### -IV JORNADA

|          |      |      |               |                     |
|----------|------|------|---------------|---------------------|
| 200 Mar. | fem. | Juv. | Luisa Yokochi | (aos 100 m-1.18,11) |
|----------|------|------|---------------|---------------------|

## II - RECORDES NACIONAIS

Foram homologados os seguintes recordes nacionais:

### Todas as piscinas

|          |             |   |     |         |       |                 |
|----------|-------------|---|-----|---------|-------|-----------------|
| -21/7/84 | -4x200 Liv. | Juv. Leonor Dantas, Sílvia Marques,<br>Sandra Oliveira, Ana Barros        | SAD | 9.33,8  | Algés | 25m             |
|          |             | Jun. Alexandra Nogueira, Sílvia Mo<br>rais, Vanda Ribeiro, Sónia<br>Sousa | SAD | 9.21,9  | Algés | 25m             |
| -26/7/84 | -100 Liv.   | Juv. Mabílio Albuquerque,   | ENP | 56,05   | Lux.  | 50m             |
| -29/7/84 | -100 Mar.   | Juv. Mabílio Albuquerque  | ENP | 1.01,94 | Lux.  | 50m             |
| - 2/8/84 | -200 Bru.   | Sen. Alexandre Yokochi<br>Abs.  | ENP | 2.19,76 |       | Los Angeles 50m |
| - 3/8/84 | -200 Mar.   | Sen. João Santos<br>Abs.  | ENP | 2.04,72 |       | Los Angeles 50m |
| -12/8/84 | -4x100Liv.  | Jun. José Silva, Paulo Trindade,<br>Sérgio Esteves, Rui Borges            | FCP | 8.49,16 |       | Coimbra 50m     |

### - Piscinas de 50 metros

|         |            |   |     |         |             |  |
|---------|------------|---|-----|---------|-------------|--|
| 26/7/84 | -100 Liv.  | Juv. Mabílio Albuquerque  | ENP | 56,05   | Luxemburgo  |  |
| 28/7/84 | -200 Liv.  | Juv. Mabílio Albuquerque  | ENP | 2.04,09 | Luxemburgo  |  |
|         | -4x200Liv. | Inf. Carla Gameiro, Rita Ferreira,<br>Ana Conceição, Patrícia Alves         | SLB | 10.14,0 | Campanhã    |  |
| 29/7/84 | -100 Mar.  | Juv. Mabílio Albuquerque  | ENP | 1.01,94 | Luxemburgo  |  |
| 2/8/84  | -200 Bru.  | Sen. Alexandre Yokochi<br>Abs.  | ENP | 2.19,76 | Los Angeles |  |
| 3/8/84  | -200 Mar.  | Sen. João Santos<br>Abs.  | ENP | 2.04,72 | Los Angeles |  |
| 9/8/84  | -4x100Est. | Sen. Helena Barros, Teresa Sousa,<br>Teresa Villaret, Paula Bar-<br>beiro   | SAD | 5.02,47 | Coimbra     |  |
|         |            | Juv. Diogo Madeira, Nuno Viegas,<br>Humberto Vieira, Helder Fir-<br>mo      | SLB | 4.30,97 | Coimbra     |  |
| 11/8/84 | -200 Liv.  | Sen. Teresa Figueiras   | FCP | 2.17,44 | Coimbra     |  |
|         | -4x200Liv. | Juv. Sandra Neves, Ana Nogueira,<br>Rita Beato, Júlia Matos                 | SLB | 9.39,20 | Coimbra     |  |
|         |            | Jun. Ana Fernandes, Marta Rebore<br>do, Alexandre Leal, Alexandra<br>Silva  | FCP | 9.27,53 | Coimbra     |  |
|         |            | Juv. José Viana, Celso Ribeiro,<br>Adérito Chaves, Mabílio Al-<br>buquerque | FCP | 8.42,25 | Coimbra     |  |

|                    |  |             |         |
|--------------------|--|-------------|---------|
| 12/8/84 -4x100Liv. | Sen. Paula Barbeiro, Teresa Villaret,<br>Teresa Sousa, Helena Barros | SAD 4.30,52 | Coimbra |
|                    | Jun. José Silva, Paulo Trindade,<br>Sérgio Esteves, Rui Borges       | FCP 3.49,16 | Coimbra |

### III - PORTUGAL-ESPANHA-FRANÇA (FEM.)

Esta prova realiza-se, conforme publicado no último comunicado oficial na parte respeitante ao Calendário Internacional, nos próximos dias 15 e 16 de Dezembro, na cidade do Porto, piscina do Estádio das Antas (F.C.Porto) com o programa-horário seguinte:

#### -Sábado dia 15/12/84, 16.00horas

- 1ª Prova - 200 m Livres
- 2ª Prova - 100 m Costas
- 3ª Prova - 200 m Bruços
- 4ª Prova - 100 m Mariposa
- 5ª Prova - 800 m Livres
- 6ª Prova - 400 m Estilos
- 7ª Prova - 4 x 100 m Estilos

#### -Domingo dia 16/12/84, 10H45m

- 8ª Prova - 100 m Livres
- 9ª Prova - 200 m Costas
- 10ª Prova - 100 m Bruços
- 11ª Prova - 200 m Mariposa
- 12ª Prova - 400 m Livres
- 13ª Prova - 200 m Estilos
- 14ª Prova - 4 x 100 m Livres

### IV - ACÇÃO DE RECICLAGEM PARA MONITORES (4ºGRAU) E SEMINÁRIO PARA TREINADORES (3ºGRAU)

Esta acção de Formação realiza-se na cidade do Porto nos dias 23, 24 e 25 de Novembro na Casa do Desporto com o seguinte programa-horário:

#### - Reciclagem para Monitores (4ºGrau)-

##### -Sexta-feira, dia 23/11/84

- 21.00Horas - Organização de Escolas de Natação  
- António Lima Santos -
- 22.00Horas - Progressões Pedagógicas na Adaptação  
- Jorge Cumpaniço -

-Sábado, dia 24/11/84

- 9.00Horas - Princípios de hidrodinâmica  
- Pedro Sarmento -
- 10H30M - Met. Técnicas de Nadar  
- Carlos Cruchinho -
- 12.00Horas - Met. Técnicas de Nadar  
- Carlos Heitor -
- 15.00Horas - Organização Prática do Ensino  
- Pedro Sarmento -
- 16H30M - Met. Técnicas de Nadar  
- Francisco Bessone Alves -
- 18.00Horas - Painei com todos os prelectores

- Seminário para Treinadores

-Sábado, 24/11/84

- 9.00Horas - Aspectos da Fisiologia da Nataçõo  
- José Gomes Pereira -
- 10H45M - Aspectos da Fisiologia da Nataçõo. Sua aplicaçõo à ciência do  
Treino  
- José Gomes Pereira -
- 15.00Horas - O Treino da Força fora de água  
- Vasconcelos Raposo -
- 16H45M - A Êtapa de Reforço Muscular  
- Vídeio Cassete -

-Domingo, 25/11/84

- 9H30M - O Acompanhamento Psicológico do Nadador  
- Fidalgo de Freitas -
- 11.00Horas - Informações do Congresso da A.N.E.N. (Espanha)  
- António Lima Santos -
- 12.00Horas - Painei de Encerramento

V - DATAS LIVRES

Por não ter havido acordo quanto ao patrocínio a fornecer pela Triunfo Inter nacional para a realização de um Torneio "Um Golden-Cup" em Portugal, consti tuido por uma fase regional e uma fase final nacional a direcção da F.P.N. cancelou a realização da referida prova deixando, por conseguinte, as datas de 1/2 e 8/9 livres.

VI - TENTATIVAS DE RECORDE

Tem-se vindo a observar nos últimos anos um quase completo desvirtuamento da verdadeira finalidade para que foram criadas este tipo de provas conforme o estipulado no Artº 1.3.2.1, alínea d, do Regulamento Desportivo. De facto muitas das "TENTATIVAS DE RECORD" são efectuadas com objectivos completamente diferentes.

Neste sentido a F.P.N. de acordo com o Artº 79º dos Estatutos, determina:

- só poderão participar em provas denominadas "TENTATIVAS DE RECORD" os atletas que tenham obtido na época em curso o TAC-2 fixado pela F.P.N. para os Campeonatos Nacionais de Verão.

VII - ESTÁGIO PARA NADADORES (13-14-15-16 anos)

Tendo em vista a preparação das selecções nacionais para o Torneio Quadrangular (13/14 anos) a realizar no Porto e para o Torneio das Dez Nações a ter lugar em Jerusalém, ambos em Abril próximo a F.P.N. sob proposta do D.T.N. leva a efeito de 14 a 22 de Dezembro um estágio de formação e treino que terá lugar na Piscina do Estádio Nacional na Cruz Quebrada.

PEL'A DIRECÇÃO DA F.P.N.

