

	Federação Portuguesa de Natação				<i>Data</i>
					98 / 11 / 02
	COMUNICADO				Nº23/98

1- CAMPEONATO DO MUNDO DE PISCINA CURTA- (HONG-KONG) 1/4ABR99

Serão apurados para participação nesta competição, os nadadores que preencherem as seguintes condições:

Presença em Final A nos Campeonatos da Europa de Piscina Curta de Sheffield
 Obtenção de tempo mínimo de acesso, em pelo menos uma prova individual, constante na tabela de referência (5% dos recordes do mundo de piscina curta em 1 de Setembro de 1998).

A data limite para obtenção de tempo mínimo de acesso é 1 de Março de 1999.

Só serão válidos tempos feitos em piscina de 25 metros, em competições com cronometragem electrónica.

No caso de mais de dois nadadores obterem mínimos de participação para a mesma prova, serão seleccionados os dois nadadores com melhor tempo na data limite para a realização dos mesmos (1 de Março de 1999).

Tempos mínimos de acesso para os Campeonatos do Mundo de Piscina Curta (1-4/04/1999)		
Provas	Masculinos	Femininos
50 m Livres	00:22,58	00:25,44
100 m Livres	00:49,08	00:55,66
200 m Livres	01:48,82	01:59,88
400 m Livres	03:51,48	04:12,03
1500 / 800 m Livres	15:09,85	08:40,11
50 m Costas	00:25,46	00:29,02
100 m Costas	00:54,00	01:01,43
200 m Costas	01:58,14	02:12,39
50 m Bruços	00:28,32	00:32,31
100 m Bruços	01:01,97	01:08,99
200 m Bruços	02:14,19	02:27,89
50 Mariposa	00:24,52	00:27,80
100 Mariposa	00:53,62	01:00,68
200 Mariposa	01:58,27	02:11,93
100 m Estilos	00:55,76	01:04,19
200 m Estilos	02:00,38	02:14,18
400 m Estilos	04:17,68	04:42,45

2- CAMPEONATO DA EUROPA PISCINA CURTA-SHEFFIELD 11/13DEZ98

Por lapso, não foi incluído na lista dos nadadores pré-seleccionados para esta competição, o atleta Alexandre Gonçalves do CNM.

3- ACÇÃO DE FORMAÇÃO NO ÂMBITO DO ALTO RENDIMENTO

A Federação Portuguesa de Natação leva a efeito nos dias 19 e 20 de Dezembro de 1998 uma Acção de Formação, sob a forma de curso monográfico, destinada aos treinadores de natação pura desportiva envolvidos na preparação de nadadores dos níveis júnior e absoluto de Alta Competição, sobre o tema "*A Preparação Psicológica para a Competição no Nadador de Elite*".

O prelector convidado para esta acção é o psicólogo Brent Rushall, autor de numerosos trabalhos publicados, incidindo sobre a intervenção psicológica em nadadores e colaborador habitual de várias selecções nacionais absolutas de Natação Pura, entre elas a americana, a canadiana e a australiana.

Oportunamente serão fornecidas as informações necessárias a todos os potenciais participantes.

4- 1º ESTÁGIO JÚNIOR 98/99

Data: 27 de Novembro a 1 de Dezembro de 1998.

Local: Piscina do Estádio Nacional.

Concentração: 27 Novembro às 12:30, no INATEL-Oeiras (Tel.4431186)

Final: 1 de Dezembro às 14:30.

Critérios de participação

Participarão neste estágio todos os nadadores que:

- tenham obtido tempos ou classificações definidas no PAC'98;
- na época 97/98 tenham obtido tempos que se encontrem a 0,25 seg. por cada 50 metros da TAB-Jun'98.

Treinadores Seleccionados:

Serão seleccionados os cinco treinadores com mais nadadores participantes. Caso existam um ou mais treinadores com o mesmo número de nadadores, será escolhido o treinador cuja região (excepto grande Lisboa) tenha o maior número de nadadores.

As actividades do estágio estão abertas à participação dos restantes treinadores, com nadadores seleccionados, que manifestem o seu interesse.

A coordenação técnica do estágio será da responsabilidade de um membro do departamento técnico da FPN.

Com base nos critérios anteriormente referidos foram seleccionados os seguintes nadadores:

AAC – José Cavalheiro e Mariana Cunha

ABVE – Ana Rita Catarino e Rui Cortes

ACM – Hélder Lopes

CDN – Paulo Franco

CFP – Hugo Amorim, Sofia Afonso e Teresa Ferreira

CNAC – M^a Sofia Martins

CNM – Pedro Matos

CNS – Filipe Custódio
EDV – Sérgio Fernandes
FCP – João Costa e Sílvio Neves
GCF – Hugo Gonzalez
LSC – Luísa Fonseca
SAD – Inês Águas
SCB – Eugénio Costa e João Coelho
SCP – Andreia Martins, Henrique ferreira, Joana Silva, Raquel Garcia e Rita Correia
SFUAP – Bruno Freitas, Joana Guerra e Ricardo Coxo
SLB – Ana Leal e Liliana Fonseca
VGAC – David Gorgulho.

Brevemente serão designados os treinadores seleccionados, assim como o fisioterapeuta.

5- CURSOS/LORD (Formação Avançada em Treino Desportivo)

O LORD-FMH levam a efeito a 20 e 21 de Novembro de 1998 o curso “Nutrição no Desporto de Competição”. Juntamos em anexo informações relativas ao mesmo.

6- I CONGRESSO HISPANO-PORTUGUÊS DE PSICOLOGIA DA ACTIVIDADE FÍSICA E DESPORTO

Realiza-se em Mérida de 19 a 21 de Novembro de 1998. Juntamos em anexo, informações sobre o mesmo.

7 - FORMAÇÃO

Foram dadas as seguintes Equivalências:

Monitores (IV Grau)

Pedro Pacheco
Jorge Manule Ferraz Camacho
João Paulo Feijó Lopes
Pedro Alexandre Sousa
Claúdia Alexandra Simão

Treinadores de III Grau

Cecília Noronha
Pedro Almeida
Nuno Sequeira
José Baltar Leite
Miguel Silvério Morais
Fernando Miranda

8 - CALENDÁRIO OFICIAL DE PROVAS 98/99 - NATAÇÃO PURA

a) Foram aprovados os seguintes Regulamentos :

99/06/27	JO	III Torneio de Natação	Ourém	273
----------	----	------------------------	-------	-----

b) Novo Local

98/11/07-08	ANL	Festival de Abertura de Grupos de Idade – 3º Agrup.	Areeiro	58
-------------	-----	---	---------	----

9 - NOVA MORADA

O Clube de Actividades Aquáticas da Nazaré – CAANAZ, solicitou-nos para informar que a partir desta data a sua nova morada é:

Rua Abel Silva, nº9 Porta 1
Pederneira
2450 - Nazaré

Pela Direcção da FPN



Custódia Corôa
Secretária Permanente

FORMAÇÃO AVANÇADA EM TREINO DESPORTIVO

CURSOS - LORD



NUTRIÇÃO NO DESPORTO DE COMPETIÇÃO
20 E 21 DE NOVEMBRO DE 1998

FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA

LABORATÓRIO DE OPTIMIZAÇÃO DO RENDIMENTO DESPORTIVO

Perfil curricular do formador.

Para esta acção organizada pelo LORD-FMH, optámos por convidar o Prof. Doutor Bram van Dam. Nascido na Holanda em 21.06.1943, tem-se dedicado com grande êxito à consultoria de atletas e equipas de alto rendimento. Licenciado em Bioquímica, obteve o doutoramento em Ciências do Desporto na Universidade de Freiburg - Alemanha em 1981. Trabalha no Instituto de Medicina do Desporto de Aachen - Alemanha, desde 1978, desenvolvendo simultaneamente trabalhos com equipas, federações e atletas em Espanha, pelo que domina também este idioma, razão pela qual preferirá este curso em espanhol, tornando-o desta forma acessível a um maior número de técnicos. O seu distinto percurso profissional inclui colaborações e assessoria científica em fisiologia do esforço e nutrição com várias equipas de futebol (PSV Eindhoven, Werder Bremen, Borussia Dortmund), federações de esgrima, atletismo e natação (Alemanha), federação de ciclismo (Bélgica) e federação de tennis em Espanha onde acompanha os tenistas Alberto Berasatequi, Alex Correija, Galo Blanco, Albert Costa, Alberto Portas, Gala León e Cristina Torrens. Ainda no plano individual acompanhou a campeã mundial e olímpica de patinagem de velocidade Rintje Ritsma, a campeã mundial de 3000 metros Margret Klinger e actualmente a especialista mundial do heptatlo Sabine Braun. No seu percurso podemos ainda referir a sua faceta de treinador de atletismo na Alemanha onde conquistou vários títulos nacionais em meio-fundo e fundo. No plano científico são de realçar as mais de 120 publicações sobre temas da sua especialidade. Actualmente desenvolve a sua actividade profissional em Espanha, onde também colabora com a equipa de basquetebol do Pamesa Valencia. É ainda consultor científico de várias revistas de Medicina e Ciências do Desporto.

FORMAÇÃO AVANÇADA EM TREINO DESPORTIVO

Nº _____

CURSOS LORD - NUTRIÇÃO NO DESPORTO DE COMPETIÇÃO

Nome: _____

Morada _____

Telefone _____ Local de trabalho _____

Profissão _____ Modalidade desportiva _____

Junto envio cheque nº _____ Banco _____

Participação: 1º bloco _____ (6.000 esc.) 2º bloco _____ (6.000 esc.) ambos os blocos _____ (9.000 esc.)

Na quantia de _____

O Laboratório de Optimização do Rendimento Desportivo, iniciou em 1996, um conjunto de cursos que se entendeu designar por **Formação Avançada em Treino Desportivo**. Pretendemos desta forma contribuir para uma formação diferenciada, fora do contexto curricular universitário tradicional e proporcionar aos técnicos portugueses o contacto com especialistas de real craveira internacional e que, para além da componente científica, comportem a componente prática, com provas dadas no âmbito da intervenção no terreno.

O curso que agora apresentamos - **Nutrição no Desporto de Competição**, aborda uma tema comum, já largamente debatido mas que se reveste sempre de grande interesse. Neste contexto, colocámos um cuidado particular na selecção do formador responsável por esta acção, cujo resumo do perfil curricular pode ser consultado neste folheto.

Acreditamos que este curso, a exemplo dos que já se realizaram, possa constituir um espaço de informação e debate conducente ao nosso enriquecimento profissional. Para tal, o vosso apoio é fundamental na consolidação deste desiderato.

Como se inscrever:

O curso é constituído por dois blocos independentes. No dia primeiro abordam-se questões básicas e no segundo aspectos específicos da suplementação em atletas. Os participantes podem optar por apenas um dos blocos, ou por ambos os blocos.

O custo de inscrição para cada bloco é de 6.000 escudos. Quem pretenda frequentar os dois blocos, pode realizar a inscrição conjunta, pelo preço de 9.000 escudos. A inscrição inclui, documentação de apoio, diploma de participação e cafés

As inscrições são limitadas a um número máximo de 150 participantes, aceites por ordem de chegada. Para se inscrever, preencha o cupão anexo e envie para a morada indicada.

6ª feira, 20 de Novembro

Curso básico

- 09.00: Abertura do secretariado
- 09.30: Introdução à nutrição desportiva. Equilíbrio hidro-electrolítico - Ingestão de líquidos e despenho atlético.
- 11.00: Pausa para café
- 11.30: Nutrição e produção energética de acordo com o perfil metabólico das diferentes modalidades desportivas
- 13.00: Pausa para almoço
- 14.30: Proteínas e amino-ácidos. Interesse, que quantidade e porquê?
- 16.00: Pausa para café
- 16.30: Conclusões e painel final

Sábado, 21 de Novembro

Curso específico sobre suplementação

- 09.00: Abertura do secretariado
- 09.30: Suplementação, saúde e performance: minerais e oligoelementos.
- 11.00: Pausa para café
- 11.30: Vitaminas e seu interesse no desporto. Metabolismo e funções.
- 13.00: Pausa para almoço
- 14.30: Substâncias ergogénicas
- 16.00: Pausa para café
- 16.30: Substâncias ergogénicas vs. substâncias dopantes
- 17.15: Conclusões e painel final

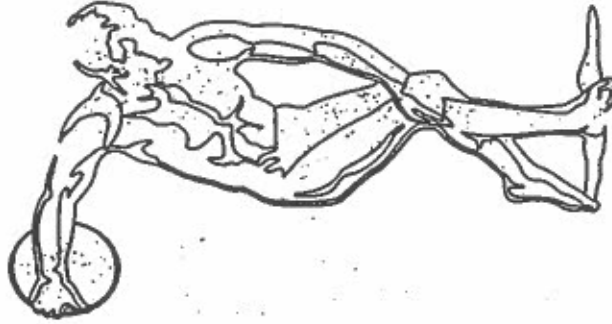
Consulte a nossa página na Internet:
www.fmh.utl.pt



PROTESTO CONVENCIDO POR C.E.
LA PORTUGUES



CONGRESO HISPANO-PORTUGUES
DE PSICOLOGIA DE LA A. F. Y EL DEPORTE



Mérida, 19 al 21 de Noviembre de 1998

COMITÉ DE HONOR

- D. Luis Millán Vázquez de Miguel. *Consejero de Educación y Juventud. Junta de Extremadura.*
- D. Alejandro Hidalgo Manchado. *Director General de Deportes. Consejería de Educación y Juventud. Junta de Extremadura.*
- D. Manuel Rodríguez Fernández. *Presidente del Colegio Oficial de Psicólogos de Extremadura.*

COMITÉ CIENTIFICO

- Presidente:
D. José M Buceta Fernández. *Director del Master de Psicología de la A.F. y del Deporte de la UNED.*
- Miembros:
D. Sixto Cubo Delgado. *Director de la revista "Ciencia Psicológica". COP Extremadura.*
D. Rafael Díaz Violabas. *Presidenta de la Comisión Deontológica del COP Extremadura.*

COMITÉ ORGANIZADOR

- Dirección General de Deportes:
- D. Fernando García Sánchez. *Jefe de Servicio.*
- D. Isidro Sánchez Vinagre. *Jefe de Negociado.*
- Colegio de Psicólogos de Extremadura:
- D. Clotilde Plator Sotelo. *Vicepresidenta.*
- D. Asunción Rodríguez Granado. *Secretaría.*
- D. Rosa M Redondo Granado. *Tesorera.*
- D. Mismel Picado Méndez. *Vocal.*
- D. Salvd Acasio Coto. *Vocal.*
- D. José Torrado Félix. *Vocal.*
- D. Celedonio Pérez de las Vacas Aparicio. *Vocal.*

COORDINACION TECNICA

- D. Rosa M Redondo Granado. *Coordinadora del Area de Psicología del Deporte. COP Extremadura.*

INFORMACION Y RESERVA DE PLAZAS

- D. Ana Rosa Contreras Vas. *Administrativa COP Extremadura.*

Apellidos.....
 Nombre.....
 Dirección.....
 Población..... CP.....
 Provincia..... País.....
 Teléfonos..... Fax.....
 E-mail.....

Indique si presentará algún trabajo: SI_ NO_

Cantidad abonada:

• Cuota de reserva ps.

Si desea asistir a la Cena Oficial del Congreso el viernes 20, sume..... 5.000ps

TOTAL.....

Forma de pago:

- Transferencia bancaria a la cuenta Nº 2104.0431.07.3030001929 Caja Duero
- Ingreso en efectivo en cuenta Nº 2104.0431.07.3030001929 Caja Duero.
- Pago en metálico en la Secretaría del Congreso C/ Alvarado, 4-2º dcha. Mérida

Enviar a: Colegio Oficial de Psicólogos de Extremadura, C/ Alvarado, 4-2º dcha. 06800 Mérida. España. Apartado de correos 180

PREPROGRAMA

JUEVES 19:

- 17h Entrega de documentación.
- 17:30h Taller N°1
- 18:30h Inauguración Oficial del Congreso
- 19h Conferencia Inaugural D. José M^o Buceta Fernández "La Psicología en los deportes de
leición"
- 20:30h Vino español

VIERNES 20:

- Mañana
- 9:30h Taller N° 2
- 10:30h Pausa-Café
- 11h Conferencia: D. Sidonio Serpa "La relación entrenador-esteta en los deportes
individuales"
- 12:30h Mesa Redonda
- 14h Fin de Jornada
- Tarde

17h Taller N° 3

- 18h Conferencia: D. Alejandro García Más "La Psicología en los deportes de equipo: el
fútbol"
- 19:30h Sesión de Posters
- 20:30h Final de jornada
- 21h Cena Oficial de Congreso

SABADO 21:

- 10h Taller N° 4
- 11h Conferencia D. Jose Cruz "Psicología y recuperación de lesiones"
- 12:30h Clausura del Congreso

OBJETIVOS

- Favorecer la divulgación de los avances y trabajos en Psicología de la Actividad Física y del Deporte
entre los profesionales.
- Establecer canales de intercambio permanentes entre los profesionales del deporte en regiones
próximas en el ámbito de la Comunidad Económica Europea.
- Facilitar el intercambio de experiencias en áreas específicas de intervención.
- Analizar las necesidades de formación e impulsar las acciones formativas más convenientes para las
diferentes regiones.
- Fortalecer los lazos de amistad e intercambio cultural entre los países vecinos.

DIRIGIDO A

Psicólogos, Entrenadores, Médicos, Preparadores físicos, Profesores de Educación Física, Arbitros,
Responsables deportivos, Monitores, Periodistas y demás profesionales del deporte.

ACTIVIDADES

El Congreso se articula en torno a tres grandes áreas de intervención:

- Deporte de Base e Iniciación.
- Deporte de Alto Rendimiento.
- Deporte de Ocio y Salud.

Para desarrollar las diferentes áreas se programarán:

- Conferencias con la participación de reconocidos profesionales en el campo de la Psicología del
Deporte.
- Mesas Redondas con la asistencia de deportistas, periodistas, psicólogos etc.
- Talleres trabajo práctico en grupos pequeños.
- Comunicaciones libres dentro de la aplicación de la psicología al ámbito del deporte se expondrán
estudios y/o trabajos aplicados en las modalidades de comunicaciones y posters.

IDIOMAS DEL CONGRESO

Las actividades se desarrollarán en los dos idiomas oficiales del Congreso: Castellano / Portugués

PROPUESTA DE PONENTIAS Y COMUNICACIONES

El Comité Organizador anima a los asistentes a presentar propuestas de presentación de trabajos científicos o experiencias profesionales desarrolladas en las áreas de Intervención del Congreso, en las modalidades de Comunicaciones y Pósters.

Las propuestas se enmarcarán siempre en una de las áreas propuestas:

Comunicaciones: se enviará un resumen con un máximo de 250 palabras y un máximo de 5 palabras clave. El resumen incluirá el título en mayúsculas y negrita, debajo del cual aparecerá el nombre/s del/los autor/es en minúsculas excepto la primera letra del nombre y los apellidos, más abajo figurará la institución/es o centros de trabajo. A continuación se colocará el resumen y las palabras claves.

Se enviarán en soporte papel y en soporte magnético (Word ó Word Perfect) o mediante correo electrónico a deixtreingadu@correo.cop.es adjuntando en un attach el fichero.

Se especificará la modalidad en la que se desea hacer la presentación (comunicación oral o póster). Las comunicaciones orales tendrán una duración máxima de exposición de 10 minutos. Los pósters tendrán un tamaño máximo (0,80x1,20).

Todas las comunicaciones y trabajos presentados se recogerán en un libro de resúmenes que se entregará con la documentación del Congreso.

El Comité Científico aceptará o rechazará las propuestas de los trabajos presentados, y se comunicará al autor encargado de la presentación el resultado del dictamen. No se aceptarán una propuesta sin que al menos uno de los autores (el encargado de presentarlo) se encuentre inscrito en el Congreso.

La fecha límite para la presentación de trabajos finalizará el 30 de Octubre de 1998. Los envíos se realizarán a la Secretaría del Congreso dentro del plazo establecido.

RESERVA DE PLAZAS

Secretaría del Congreso: Delegación de Extremadura del Colegio Oficial de Psicólogos.
C/ Alvarado, 4 - 2ºch. Apartado de Correos 180 CP 06800 Mérida, España
Teléfonos: 924317660/924330674 Fax: 924312015
E-mail: deixtreingadu@correo.cop.es

LA INSCRIPCIÓN ESTA SUBVENCIONADA POR LA DIRECCIÓN GENERAL DE DEPORTES DE LA CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN Y JUVENTUD DE LA JUNTA DE EXTREMADURA. POR TANTO ES GRATUITA

Las plazas son limitadas, por lo que es preciso realizar una reserva:

- * Colegiados y trabajadores de la Junta de Extremadura: 1.000pts.
- * No Colegiados: 2.000pts.

Para formalizar reserva de plaza asegúrese de enviar a la Secretaría del Congreso los siguientes documentos:

- Hoja de inscripción con sus datos personales
- Justificante del pago de cuota de reserva (resguardo de transferencia ó ingreso bancario)
- Fotocopia de acreditación como miembro del COP o Trabajador de la Junta de Extremadura.

ACTIVIDADES DEL CONGRESO

PONECIAS

- D. José M^o Buceta Fernández: "La Psicología en los deportes de iniciación"
- D. Sidonio Serpa: "La relación entrenador-atleta en los deportes individuales"
- D. Alejandro García Más: "La Psicología en los deportes de equipo: el fútbol"
- D. Jose Cruz: "Psicología y recuperación de lesiones"

TALLERES

- T1: D^a M^a Carmen Pérez-Llantada Rueda. UNED. "Observación de conductas deportivas"
- T2: D. Fernando Gimeno Marcos: "Recursos didácticos en intervenciones de carácter formativo con jóvenes deportistas"
- T3: D. Andrés López de la Llave Rodríguez. UNED. "Técnicas de control de activación"
- T4: D. Pedro Almeida. Instituto Superior de Psicología Aplicada, Lisboa.

MESA REDONDA

Con la presencia de Entrenadores, Deportistas, Psicólogos del Deporte, Periodistas y otros profesionales del deporte.

POSTERS

Las comunicaciones en formato posters quedarán expuestos durante todo el Congreso, estableciéndose espacios horarios para contar con la presencia de los autores.