



## COMUNICADO Nº 45-17

17/11/2017

### ÍNDICE

1. NATAÇÃO PURA
2. FORMAÇÃO
3. RECORDES HOMOLOGADOS

### 1. NATAÇÃO PURA

#### *a) Campeonato da Europa PC – Copenhaga (DIN) 13 a 17 de dezembro – Seleção Absoluta*

No seguimento do Plano de Alto Rendimento e Seleções Nacionais de Natação Pura 2017, estão selecionados os seguintes nadadores:

Femininos	Clube	Masculinos	Clube
Diana Margarida Durães (2)	SLB	Alexis Manaças Santos (1)	SCP
Tamila Holub (5)	SCB	Diogo Filipe Carvalho (3)	CGA
Victoria Kaminskaya (1)	ESJB	Gabriel José Lopes (3)	ALN
		João Alexandre Vital (1)	SCP
		Miguel Duarte Nascimento (2)	SLB

O enquadramento técnico será assegurado pelos seguintes elementos:

**FPN:** José Machado (DTN) (1)

**Treinadores Convidados:** Élio Terrível (CGA) (3); Ricardo Santos (SLB) (2)

**Fisioterapeuta:** Nuno Pina (1)

**Médico:** Rui Escaleira (4)

**Diretor Seleções FPN:** Vasco Sousa (3)

**Árbitro:** Tiago Marques (CA ANL) (1)





**Alojamento:** Seleção – Hotel Scandic Sydhavnen, Árbitro – Hotel Crowne Plaza

## Plano Viagem:

### Grupo 1

TP 752	11 dezembro	Lisboa / Copenhaga	17h15/21h55
TP 753	18 Dezembro	Copenhaga / Lisboa	06h10/08h50

### Grupo 2

TP 1939	11 Dezembro	Porto / Lisboa	13h30/14h30
TP 752	11 dezembro	Lisboa / Copenhaga	17h15/21h55
TP 753	18 Dezembro	Copenhaga / Lisboa	06h10/08h50

### Grupo 3

TP 1939	11 Dezembro	Porto / Lisboa	13h30/14h30
TP 752	11 dezembro	Lisboa / Copenhaga	17h15/21h55
TP 753	18 Dezembro	Copenhaga / Lisboa	06h10/08h50
TP 1934	18 Dezembro	Lisboa / Porto	11h00/12h00

### Grupo 4

TP 1939	11 Dezembro	Porto / Lisboa	13h30/14h30
TP 752	11 dezembro	Lisboa / Copenhaga	17h15/21h55
TP 757	15 Dezembro	Copenhaga / Lisboa	15h55/18h35
TP 1970	15 Dezembro	Lisboa / Porto	20h00/21h00

### Grupo 5

AA 174	10 Dezembro	Raleigh Durham / Londres Heathrow	18h25/#06h50
BA 814	11 dezembro	Londres Heathrow / Copenhaga	08h55/11h50
TP 753	18 Dezembro	Copenhaga / Lisboa	06h10/08h50
TP 1934	18 Dezembro	Lisboa / Porto	11h00/12h00

**São permitidos, por pessoa, 23 Kg de bagagem. Qualquer excesso de peso que obrigue ao pagamento de taxas-extra, será da exclusiva responsabilidade dos próprios.**

**Os pedidos de dispensa ao abrigo do Decreto-Lei nº 72/09, 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.**





**b) Campeonatos Nacionais de Juvenis, Juniores e Absolutos 2017/2018**

Segue em anexo listagem de contactos relativamente a alojamento e refeições \_ Funchal.

**c) IV Meeting Internacional do Algarve, 11 e 12 de novembro – Vila Real Santo António – 25m**

Vila Real Santo António				
11/11/2017				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
<b>200 Bruços</b>	10(27)	Maria Gomes Pereira	02:42.85	00:37.43 – 01:19.37
	20(27)	Filipa Manso Preto	02:50.88	00:38.27 – 01:21.93
	9(16)	Maria Gomes Pereira	02:40.56	00:37.06 – 01:18.38 – Final B
<b>50 Livres</b>	16(50)	Tiago Moura Rodrigues	00:24.76	
	16(16)	Tiago Moura Rodrigues	00:24.82	Final B
<b>50 Livres</b>	22(39)	Maria Vieira Marques	00:28.42	
	32(39)	Matilde Alves Florêncio	00:29.74	
<b>100 Costas</b>	9(38)	Ricardo Lopes Silva	00:59.85	00:29.28
	23(38)	Tomás Nogueira Gomes	01:01.95	00:30.03
	36(38)	Lucas Medeiros Pereira	01:07.05	00:31.86
	11(16)	Ricardo Lopes Silva	00:59.78	00:29.12 – Final B
<b>100 Costas</b>	14(33)	Maria Lopes Amado	01:07.70	00:32.69
	20(33)	Ana Rita Oliveira	01:09.31	00:33.25
	15(16)	Maria Lopes Amado	01:08.22	00:33.15 – Final B



Vila Real Santo António				
11/11/2017				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
<b>400 Livres</b>	30(43)	André Costa Marques	04:22.56	00:29.71 - 01:02.21 – 02:09.64
	31(43)	Paulo Vakulyuk	04:22.78	00:29.54 - 01:01.70 – 02:08.23
	37(43)	David Martyn	04:25.37	00:29.67 - 01:02.25 – 02:09.68
<b>400 Livres</b>	15(33)	Beatriz Ferreira Gaspar	04:39.12	00:31.18 - 01:05.68 – 02:16.80
	23(33)	Matilde Alves Florêncio	04:50.08	00:32.55 - 01:08.78 – 02:22.95
	15(16)	Beatriz Ferreira Gaspar	04:36.97	00:31.09 - 01:05.58 – 02:15.99 – Final B
<b>100 Mariposa</b>	22(30)	Lucas Medeiros Pereira	01:01.23	00:28.66
<b>100 Mariposa</b>	7(25)	Mariana Pacheco Cunha	01:05.65	00:30.60
	9(25)	Maria Ferreira Moura	01:06.28	00:30.92
	19(25)	Maria Alexandra Marques	01:10.13	00:32.73
	7(16)	Mariana Pacheco Cunha	01:05.94	00:30.68 – Final A
	11(16)	Maria Ferreira Moura	01:05.89	00:30.84 – Final B
<b>50 Bruços</b>	25(25)	Matilde Alves Florêncio	00:38.69	FTL
<b>200 Livres</b>	40(56)	André Costa Marques	02:04.99	00:28.71 - 01:00.13
<b>200 Livres</b>	20(59)	Maria Ferreira Moura	02:10.21	00:30.46 – 01:04.44
	30(59)	Maria Gomes Pereira	02:14.13	00:31.49 – 01:05.88
	32(59)	Maria Lopes Amado	02:14.33	00:31.19 – 01:04.92
	35(59)	Beatriz Ferreira Gaspar	02:14.84	00:31.27 – 01:05.46
<b>200 Estilos</b>	20(37)	Paulo Vakulyuk	02:18.04	00:29.08 – 01:03.76

PARCEIRO INSTITUCIONAL FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS





Vila Real Santo António				
11/11/2017				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
	26(37)	Tomás Nogueira Gomes	02:19.64	00:30.92 – 01:06.71
	28(37)	David Martyn	02:20.66	00:30.72 – 01:06.80
	29(37)	Tiago Moura Rodrigues	02:20.66	00:29.94 – 01:04.73
<b>200 Estilos</b>	10(33)	Mariana Pacheco Cunha	02:27.51	00:31.30 – 01:09.34
	15(33)	Ana Rita Oliveira	02:31.45	00:32.65 – 01:10.51
	21(33)	Maria Vieira Marques	02:34.23	00:31.97 – 01:12.89
	22(33)	Matilde Alves Florêncio	02:36.14	00:33.84 – 01:14.54
	26(33)	Maria Alexandra Marques	02:38.82	00:33.89 – 01:16.49
	DSQ	Filipa Manso Preto		
	14(16)	Mariana Pacheco Cunha	02:28.98	00:31.84 – 01:10.35 – Final B
	15(16)	Ana Rita Oliveira	02:30.24	00:32.54 – 01:10.67 – Final B
<b>4x100 Estilos</b>	11(13)	Ricardo Lopes Silva	04:10.17	01:00.07
		Tiago Moura Rodrigues		
		Lucas Medeiros Pereira		
		David Martyn		
<b>4x100 Livres</b>	8(16)	Mariana Pacheco Cunha	04:05.09	01:02.61 – Recorde Nacional de Juv. B
		Maria Gomes Pereira		
		Maria Ferreira Moura		
		Maria Vieira Marques		

PARCEIRO INSTITUCIONAL FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS





### Vila Real Santo António

12/11/2017

PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
<b>100 Estilos</b>	10(16)	Maria Gomes Pereira	01:08.40	00:31.63
	13(16)	Ana Rita Oliveira	01:10.03	00:31.89
	9(16)	Maria Gomes Pereira	01:07.26	00:31.48 – Final B
	12(16)	Ana Rita Oliveira	01:09.64	00:31.98 – Final B
<b>200 Mariposa</b>	12(24)	Maria Alexandra Marques	02:30.00	00:33.49 – 01:11.36
	14(24)	Matilde Alves Florêncio	02:32.37	00:33.51 – 01:12.55
	15(24)	Beatriz Ferreira Gaspar	02:33.65	00:33.15 – 01:11.27
	20(24)	Filipa Manso Preto	02:41.38	00:34.43 – 01:14.66
	12(16)	Maria Alexandra Marques	02:28.83	00:33.55 – 01:11.55 – Final B
	14(16)	Matilde Alves Florêncio	02:30.33	00:33.26 – 01:10.89 – Final B
	15(16)	Beatriz Ferreira Gaspar	02:34.94	00:33.05 – 01:11.78 – Final B
<b>200 Mariposa</b>	18(24)	Paulo Vakulyuk	02:18.38	00:31.16 – 01:06.92
<b>100 Livres</b>	9(62)	Maria Ferreira Moura	00:59.88	00:28.94
	21(62)	Mariana Pacheco Cunha	01:01.02	00:29.20
	28(62)	Maria Vieira Marques	01:02.00	00:29.88
	33(62)	Maria Lopes Amado	01:02.28	00:30.17
	12(16)	Maria Ferreira Moura	00:59.97	00:29.07 – Final B
<b>100 Livres</b>	27(68)	Tiago Moura Rodrigues	00:54.59	00:25.93

PARCEIRO INSTITUCIONAL

FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS



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

+351 21 415 81 90/91

+351 21 419 17 39

secretaria@fpnatacao.pt



Vila Real Santo António				
12/11/2017				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
	28(68)	Ricardo Lopes Silva	00:54.66	00:26.30
	45(68)	Tomás Nogueira Gomes	00:56.19	00:26.81
	53(68)	David Martyn	00:56.79	00:27.83
	62(68)	Lucas Medeiros Pereira	00:59.01	00:28.28 FTL
<b>100 Bruços</b>	15(37)	Maria Gomes Pereira	01:16.37	00:36.30
	28(37)	Filipa Manso Preto	01:20.37	00:37.83
	32(37)	Matilde Alves Florencio	01:22.47	00:38.83
	14(16)	Maria Gomes Pereira	01:15.99	00:35.91 – Final B
<b>50 Mariposa</b>	8(26)	Maria Vieira Marques	00:29.93	
	8(16)	Maria Vieira Marques	00:29.89	Final A
<b>50 Mariposa</b>	27(38)	Lucas Medeiros Pereira	00:27.79	
<b>200 Costas</b>	17(54)	Maria Lopes Amado	02:25.86	00:35.20 – 01:12.28
	25(54)	Ana Rita Oliveira	02:28.87	00:33.72 – 01:11.18
	34(54)	Beatriz Ferreira Gaspar	02:33.91	00:36.17– 01:14.97
	39(54)	Matilde Alves Florêncio	02:36.14	00:37.01 – 01:16.74
<b>200 Costas</b>	10(39)	Ricardo Lopes Silva	02:10.17	00:30.47 – 01:03.67
	22(39)	Paulo Vakulyuk	02:13.89	00:32.51 – 01:06.79
	27(39)	Tomás Nogueira Gomes	02:15.93	00:31.56 – 01:05.82
	DSQ	André Costa Marques		

PARCEIRO INSTITUCIONAL FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS



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

+351 21 415 81 90/91 +351 21 419 17 39 secretaria@fpnatacao.pt



Vila Real Santo António				
12/11/2017				
PROVA	CLASS.	PRATICANTE	TEMPO	PARCIAIS / OBSERVAÇÕES
	16(16)	Ricardo Lopes Silva	02:10.91	00:30.44 – 01:03.55 – Final B
<b>4x100 Estilos</b>	7(15)	Maria Lopes Amado	04:29.95	01:07.29
		Maria Gomes Pereira		
		Mariana Pacheco Cunha		
		Maria Ferreira Moura		
	11(15)	Ana Rita Oliveira	04:41.92	01:10.42
		Filipa Manso Preto		
		Maria Alexandra Marques		
		Maria Vieira Marques		
<b>4x100 Livres</b>	9(14)	Tiago Moura Rodrigues	03:41.83	00:55.35 – Recorde Nacional de Juv. B
		Ricardo Lopes Silva		
		Tomás Nogueira Gomes		
		Paulo Vakulyuk		

Resultados completos e respetivo ficheiro lxf podem ser consultados e descarregados no seguinte link:

[http://www.analgarve.pt/directo/17\\_18/IVMIA2017/index.html](http://www.analgarve.pt/directo/17_18/IVMIA2017/index.html)





## 2. FORMAÇÃO

### *Ações de Formação “O Treino Desportivo Específico em Mulheres”*

Dando cumprimento ao seu plano anual de formação vai a FPN organizar uma ação de formação com a temática “O Treino Desportivo Específico em Mulheres”, recensão da prelação de Alberto Garcia Bataller, no Centro de Natação M-86 em 27 de maio de 2017 em Madrid.

A ação decorrerá no dia 8 de dezembro no Porto, inserida nos Campeonatos Nacionais Juniores e Seniores Piscina Curta e terá como formador Júlio Borja – Treinador de Alto Rendimento de Natação Grau IV, treinador principal do ESJB.

Mais informações no flyer em anexo.

## 3. RECORDES HOMOLOGADOS

### a) Natação Pura

RECORDES NACIONAIS – Pisc. 25m					
DATA	PROVA / CTG.	PRATICANTE	TEMPO	CLUBE	LOCAL
11/11/17	200 B SEN/ABS	Victoria Kaminskaya	02:25.49	ESJB	V. R. Stº António
11/11/17	200 L JUN-16	Ana Reis Sousa	02:01.86	CNLA	V. R. Stº António
11/11/17	4x100 L-S JUV B-14	Mariana Pacheco Cunha	04:05.09	FPN	V.R. Stº António
		Maria Gomes Pereira			
		Maria Ferreira Moura			
		Maria Vieira Marques			
12/11/17	4x100 L-S JUV B-15	Tiago Moura Rodrigues	03:41.83	FPN	V.R. Stº António
		Ricardo Lopes Silva			
		Tomas Nogueira Gomes			
		Paulo Vakulyuk			





## b) Mistos

Na sequência da divulgação da primeira lista oficial destes recordes (Comunicado nº 43 - 2017), recebemos alguns comentários, que levaram à correção dos seguintes dados:

### **4x50 LIVRES**

Clubes - P25

ABS 1:45.39 Bruno Miguel Franco, José Tomás Simeão, Bruna Martins Riesenberger, Sofia Alexandra Nunes CIRL 17.04.2016 Entroncamento

### **4x100 LIVRES**

Clubes - P50

INF B 4.15.46 João Afonso Antunes, Pedro Duarte Jesus, Lara Rodrigues Vasconcelos, Carolina Miranda Fernandes CGA 16.07.2017 Loulé

INF A 4.09.68 André Costa Marques, Mateus Costa Faia, Ada Lobo Passos, Margarida Passos Cunha GDNFAMA 16.07.2017 Loulé

### **4x200 LIVRES**

INF B 9.19.25 Carolina Miranda Fernandes, João Afonso Antunes, Pedro Duarte Jesus, Lara Rodrigues Vasconcelos CGA 15.07.2017 Loulé

### **4x100 ESTILOS**

INF B 4.48.64 Gabriel Moreira Santos, Inês Faria Rego, João Campelo Oliveira, Mariana Martins Costa GDNFAMA 15.07.2017 Loulé

Pela FPN

António José Silva  
Presidente





## FICHA DE INSCRIÇÃO



### O TREINO DESPORTIVO ESPECÍFICO EM MULHERES 8 de Dezembro - Porto

#### IDENTIFICAÇÃO

Preencher tudo com maiúsculas e letra legível

Nome	<input type="text"/>		
Sexo	F <input type="text"/>	M <input type="text"/>	Data de Nascimento <input type="text"/>
Número de BI / CC	<input type="text"/>		NIF <input type="text"/>
Morada	<input type="text"/>		
Número / Lote	Andar <input type="text"/>	Código Postal <input type="text"/>	Cidade <input type="text"/>
Telémovel	<input type="text"/>	Telefone Fixo	<input type="text"/>
Email	<input type="text"/>		
Profissão	<input type="text"/>		

#### INSCRIÇÃO E PAGAMENTO

Até 30 de novembro 15,00 € Depois de 30 de novembro 25,00 €

Pagamento efectuado através de transferência bancária para o NIB da FPN 0018 0003 1333 0170 02088. Obrigatório anexar comprovativo da pagamento e enviar para [formacao@fpnatacao.pt](mailto:formacao@fpnatacao.pt)

Todos os treinadores que façam parte de clubes aderentes ao Portugal a Nadar, devem juntamente com a ficha de inscrição anexar uma declaração do clube onde são propostos para a formação.

Sem a declaração, serão considerados não aderentes, não podendo usufruir do pacote destinados à formação.



# O TREINO DESPORTIVO ESPECÍFICO EM MULHERES

8 DE DEZEMBRO DE 2017

PORTO



## O TREINO DESPORTIVO ESPECÍFICO EM MULHERES

RECENSÃO DA PRELECCÃO DE ALBERTO GARCIA BATALLER, NO CENTRO DE NATACÃO M-86 (27/05/17, MADRID)

**Júlio Borja** - Treinador de Alto Rendimento de Natação - grau IV.  
Treinador principal do ESJB.

21.30h

### LOCAL:

Porto

No âmbito dos Camp Nacionais de JUN e SEN de Piscina Curta.

### PREÇO:

- Até 30 novembro: 15 euros
- Após 30 novembro: 25 euros

Inscrições limitadas.

Atribui 1 unidade de crédito para a renovação do TPTD - Natação (grau I, II, III e IV) de todas as disciplinas da Natação.



RUMO A TÓQUIO 2020

+info: [www.fpnatacao.pt](http://www.fpnatacao.pt)

ORGANIZAÇÃO



PARCEIROS INSTITUCIONAIS





21/ 26 Março 2018



## MADEIRA

Situado no oceano Atlântico a cerca de 560 km da costa de Marrocos, o arquipélago da Madeira é formado pelas ilhas da Madeira, a maior, e Porto Santo, ambas habitadas, além das Desertas e das Selvagens (estas um pouco mais próximas de África), dois pequenos grupos de ilhas não povoadas. Conhecidas pelos Romanos como "Ilhas da Púrpura", Porto Santo e a Madeira foram redescobertas no século XV por navegadores ao serviço do INFANTE D. HENRIQUE.

As origens vulcânicas da Madeira permanecem bem visíveis em locais como o anfiteatro montanhoso que envolve o Funchal, vestígio de uma antiga caldeira. A ilha é extremamente acidentada, com picos que atingem os 1860 m de altitude. Felizmente para os turistas, a actividade vulcânica cessou há cerca de 6500 anos – contudo, foi essa actividade que dotou a ilha de uma paisagem fértil, formada até recentemente por um importante manto de antigas florestas subtropicais que esteve na origem do seu nome – Madeira.

A Madeira é um encantador destino turístico durante todo o ano, e embora seja importante a produção de bananas, de cana-de-açúcar e de Vinho da Madeira, grande parte do seu crescimento económico deveu-se ao turismo. O norte permanece essencialmente rural, enquanto o sul, sobretudo no Funchal e áreas vizinhas, tem vindo a crescer proporcionando acolhimento aos turistas mais exigentes. Muitos dos melhores hotéis da ilha encontram-se nesta área.



## HOTEIS Dorisol 3\*



6 Dias / 5 Noites	Duplo PC	Single PC	Triplo PC
	490.00€	569.00€	477.00€

Os preços são por pessoa

Os pacotes incluem :

- 5 noites alojamento com pensao completa (**não inclui bebidas**) num dos Hoteis Dorisol 3\*
- Viagem de Aviao Lisboa ou Porto / Funchal / Lisboa ou Porto incluindo taxas de aeroporto

## HOTEL Windsor 4\*



6 Dias / 5 Noites	Duplo PC	Single PC	Triplo PC
	515.00€	609.00€	497.00€

### INTERTOURS TRAVEL CONSULTING

World Travel

Avenida Arriaga, 30-3º, P.O. Box 8, 9001-901 – Funchal – Madeira – Portugal

Tel.: +351 291 208 900 - Fax: +351 291 225 020 Email: [info@intertours.com.pt](mailto:info@intertours.com.pt) \* Site: [www.intertours.com.pt](http://www.intertours.com.pt)

## Os preços são por pessoa

### Os pacotes incluem :

- 5 noites alojamento com pensao completa ( inclui sumos e aguas ) no Hotel Windsor 4\*

Viagem de Aviao Lisboa ou Porto / Funchal / Lisboa ou Porto incluindo taxas de aeroporto

## HOTEL Centro 3\*



6 Dias / 5 Noites	Duplo PC	Single PC	Triplo PC
	501.00€	581.00€	484.00€

## Os preços são por pessoa

### Os pacotes incluem :

- 5 noites alojamento com pensao completa ( não inclui bebidas ) no hotel do Centro 3\*
- Viagem de Aviao Lisboa ou Porto / Funchal / Lisboa ou Porto incluindo taxas de aeroporto

#### INTERTOURS TRAVEL CONSULTING

World Travel

Avenida Arriaga, 30-3º, P.O. Box 8, 9001-901 – Funchal – Madeira – Portugal

Tel.: +351 291 208 900 - Fax: +351 291 225 020 Email: [info@intertours.com.pt](mailto:info@intertours.com.pt) \* Site: [www.intertours.com.pt](http://www.intertours.com.pt)



# HOTEL D.Pedro Garajau 3\*



6 Dias / 5 Noites	Duplo PC	Single PC	Triplo PC
	501.00€	606.00€	490.00€

(\* ) Taxa municipal incl neste pacote D.Pedro Garajau (1 eur por pessoa por noite)

## Os preços são por pessoa

### Os pacotes incluem :

- 5 noites alojamento com pensao completa ( inclui bebidas) no Hotel D. Pedro Garajau 3\*
- Viagem de Aviao Lisboa ou Porto / Funchal / Lisboa ou Porto incluindo taxas de aeroporto

TEMOS LUGARES ASSEGURADOS COM A TAP de 21/26 MARÇO 2018 (LISBOA e PORTO)

#### INTERTOURS TRAVEL CONSULTING

World Travel

Avenida Arriaga, 30-3º, P.O. Box 8, 9001-901 – Funchal – Madeira – Portugal

Tel.: +351 291 208 900 - Fax: +351 291 225 020 Email: [info@intertours.com.pt](mailto:info@intertours.com.pt) \* Site: [www.intertours.com.pt](http://www.intertours.com.pt)