



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

CIRCULAR Nº 86 – Pólo Aquático
05/09/07

DISTRIBUIÇÃO: Associações Distritais c/Clubes P.A., Clubes P.A.

ASSUNTO:	<ol style="list-style-type: none">1. Cursos no âmbito do Pólo Aquático2. Estágio Seleção Nacional Júnior Feminina3. SuperTaça
-----------------	---

1. Cursos no âmbito do Pólo Aquático:

a) Dada a importância que a Federação Portuguesa de Natação confere à Formação dos seus técnicos relembramos que está a decorrer o período de inscrições para o curso de 2º Nível de Pólo Aquático com início previsto para finais de Setembro.

	Comum	PA
1- Enquadramento Institucional	2h	--
2- Organização Escola de Natação	3h	2h
3- Bases Biomecânicas e Análise das técnicas (T +P)	10h	6h
5- Regulamentação e Arbitragem	--	2h
6- Treino Técnico e Preparação Técnico - Tática - (T+P) e Metodologia de Observação	10h	20h
7- Noções Básicas de Anatomia Funcional (T + P)	10h	--
8- Biologia do Treino Desportivo	10h	--
9- Formação Desportiva	6h	--
10- Treino das Qualidades Físicas	--	--
Coordenação	2h	28h
Força	2h	
Flexibilidade	2h	
Resistência	2h	
Velocidade	2h	
11- Planeamento e Periodização do Processo de Treino + Avaliação e estratégias de ensino	10h	8h
14 - Psicologia Desportiva	12h	4h
15- Sociologia do Desporto	6h	--
16- Nutrição	5h	--
19- Traumatologia (+ Revisão Socorrismo)	6h	--
Trabalhos de Grupo	10h	--
Avaliação (4 módulos da 1ª e 2ª chamada)	20h	--
Total Parcial	130h	70h
Total (Tronco Comum + Específico)		200h



Este curso contará com a presença de um formador espanhol, para a área específica de Pólo Aquático.

b) Estão também abertas inscrições para a área específica destinadas aos técnicos com o 2º nível que pretendam actualizar/reciclar os seus conhecimentos.

Condições de Inscrições e selecção:

A taxa de inscrição é de €75, com direito a documentação e certificado de participação, estando dispensados da realização de avaliação.

A selecção dos candidatos será feita por ordem de entrada das candidaturas na FPN e sem prejuízo das inscrições dos candidatos à realização do curso de 2º nível.

2. Estágio Selecção Nacional Júnior Feminina

Convocam-se as seguintes jogadoras para o estágio em epígrafe:

Inês Nunes	CNA	Aurélia Mariani	EVS
Joana Monteiro	CFP	Janete Sousa	EVS
Lúcia Guimarães	FOCA	Patrícia Andrade	EVS
Isabel Rocha	SSCMP	Naida Mariani	EVS
Fátima Airosa	ADDCEG	Elisabete Lisboa	EVS
Marta Ribeiro	ADDCEG	Mara Gonçalves	GESPAÇOS
Beatriz Soares	ADDCEG	Natália Freitas	GESPAÇOS
Liliana Carvalho	Lousada XXI		
Eva Mendonça	Lousada XXI		

Data: 17 e 18 de Setembro 2005

Local: Porto (piscina a designar)

Horários: a definir

3. SuperTaça

Informa-se que os jogos do “Troféu Carlos Meinedo”, a disputar na piscina de Felgueiras, no dia 15/10/2005 terão os seguintes horários:

15h00	CFP x ADDCEG	Femininos
16h30	SCS x CNA	Masculinos

Pela Direcção da FPN



Paulo Ramos
Vice presidente

